

به نام خالق هستی

تنظیم خانواده

و

پیشگیری از بارداری

والت: همدراپی



سر شناسه: صدرایی، ه
عنوان و نام: پدیدآور: تنظیم خانواده و پیشگیری از بارداری/مؤلف ه صدرایی..
مشخصات نشر: مشهد: نسیم فرهنگ، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: ۱۰۴ص: مصور، جدول، نمودار
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۹۶۸-۸-۰
وسعت فهرست نویسی: فیا
یادداشت: کتابنامه
موضوع: بارداری -- پیشگیری
موضوع: تنظیم خانواده
ردیف: ۱۳۹۳: ۳۶ص/ RG۱۳۶
ر.بندی: ۶۱۳/۹۴
شماره: ۳۴۸۷۳۱۲

انتشارات نسیم فرهنگ

مشهد-بولوار امامیه- امامیه ۷۱ - فیک خانه سازی - بلوک ۹ واحد ۵

تلفن: ۰۹۱۵۹۷۶۲۸۸۳-۰۱۱۲۸۳

عنوان: تنظیم خانواده و پیشگیری از بارداری

مؤلف: ه صدرایی

صفحه آرای و طرح جلد: هومن صدرایی

شمارگان: ۳۰۰۰ جلد

چاپ اول: ۱۳۹۳

چاپ: هنر

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۲۹۶۸-۸-۰

قیمت: ۴۰۰۰ تومان

حق چاپ برای مؤلف محفوظ است

فهرست

۹	فصل اول بارداری
۹	تخمک گذاری و آزاد شدن نطفه در زنان
۹	نطفه مردان
۱۰	زمن
۱۱	شدن سال رایج در رابطه با روشهای پیشگیری از بارداری
۱۶	فصل دوم روشهای پیشگیری از بارداری
۱۷	قرصهای پیشگیری از بارداری
۱۹	مزایای قرصهای پیشگیری از بارداری
۱۹	زنان در صورت استفاده از این بیماری ها نباید قرص پیشگیری از بارداری مصرف کنند:
۲۰	افراد فراموش و معیبت و ص های پیشگیری از بارداری
۲۰	قرصهای پیشگیری از بارداری و این
۲۶	قرصهای ال دی و اچ
۲۶	قرص ها تری فازیک
۲۷	زمان مصرف قرصهای پیشگیری از بارداری پس از سقط و زایمان
۲۹	فراموش کردن قرصهای پیشگیری از بارداری
۳۰	قرصهای پیشگیری از بارداری جدید
۳۱	قرص باسمین
۳۲	قرص مارولون
۳۲	قرص یاز
۳۳	قرص بلارا
۳۳	قرص روکین
۳۴	سوالات رایج در رابطه با قرصهای پیشگیری از بارداری
۴۲	روش های طبیعی جلوگیری از بارداری
۴۲	معایب روش های طبیعی جلوگیری از بارداری
۴۳	پیشگیری از بارداری به کمک شیردهی
۴۳	پیشگیری از بارداری با نزدیکی منقطع
۴۴	پیشگیری از بارداری به روش پرهیز دوره ای
۴۵	روش تقویمی
۴۶	روش اندازه گیری درجه حرارت
۴۶	روش بررسی ترشحات رحمی
۴۷	روش علامتی - حرارتی
۴۷	تشخیص زمان تخمک گذاری به کمک کیت تشخیصی
۴۸	نشانه های دیگر تخمک گذاری
۴۸	آمپولهای تزریقی جلوگیری از بارداری
۵۵	کپسولهای کاشتنی جلوگیری از بارداری
۵۹	IUD آی-یو-دی (وسیله داخل رحمی پیشگیری از بارداری)

۵۹	انواع آی یو دی
۶۲	مزایای آی یو دی
۶۴	عوارض آی یو دی
۶۵	زمان گذاشتن آی یو دی
۶۶	چه مدت پس از زایمان میتوان آی یو دی گذاشت؟
۶۶	چه مدت پس از سقط میتوان آی یو دی گذاشت؟
۶۶	آله شدن پس از برداشتن آی یو دی
۶۷	تاریخ کردن آی یو دی
۶۷	کاندوم
۶۷	انواع کاندوم
۷۰	طریق استفاده صحیح از کاندوم مردانه
۷۲	بستن لوله زنان
۷۴	بستن لوله مردان
۷۶	روشهای پیشگیری از بارداری که به ندرت در ایران استفاده می شود:
۷۹	فصل سوم روشهای پیشگیری از بارداری در زمان شیردهی
۸۱	مینی پیل
۸۷	فصل چهارم روشهای پیشگیری از بارداری اضطراری
۹۲	فصل پنجم جلوگیری از بارداری با استفاده از طبی سستی
۹۳	میخک
۹۳	گیاه نروک پلنگ
۹۴	فصل ششم راه های تشخیص بارداری
۹۵	نوار تست حاملگی (بی بی چک)
۹۷	بی بی چک چه زمانی مثبت می شود؟
۹۷	چرا گاه علی رغم بارداری، تست حاملگی منفی می شود؟
۹۷	چرا گاه علی رغم بارداری نبودن، نتیجه تست بارداری مثبت می شود؟
۹۸	آزمایش خون بارداری
۹۹	تشخیص بارداری به روش ابن سینا
۹۹	چه عاملی می تواند مقدار هورمون اچ سی را تحت تاثیر قرار دهد؟
۱۰۰	سونوگرافی و تشخیص بارداری

مقدمه:

کتاب پیشگیری از بارداری را برای زوجهای عزیز هموطنم نوشتم تا با اطلاع کامل از روشهای پیشگیری از بارداری و مزایا و معایب هر کدام، روش مناسب برای پیشگیری از بارداری را انتخاب کنند.

در طی مدتی که به عنوان ماما در درمانگاه کار می کردم، زوجها زیادی بری مشاوره انتخاب روش مناسب پیشگیری از بارداری به درمانگاه مراجعه می کردند اما متأسفانه مدت کوتاه ویزیت، اجازه توضیح کامل در رابطه با روش های پیشگیری از بارداری را نمی داد.

به همین علت تصمیم گرفتم کتاب را بنویسم تا هموطنان عزیزم با اطلاع کامل از روشهای پیشگیری از بارداری و نحوه استفاده از آنها، روش مناسب را انتخاب کنند.

همچنین در نگارش کتاب از معتبرترین منابع علمی دانشگاهی استفاده کرده ام و این کتاب با آخرین دستاوردهای پزشکی روز دنیا مطابقت می کند.

در این کتاب سعی کرده ام روشهای پیشگیری از بارداری متداول در ایران را معرفی کنم و طریقه استفاده از هر روش و مزایا و معایب هر کدام را بیان کنم.

همچنین فصلی از کتاب برای مادران شیرده نگاشته شده تا رابطه با روشهای پیشگیری از بارداری دوران شیردهی توضیح داده شده است.

یک از فصول کتاب در رابطه با روشهای پیشگیری از بارداری طب سنتی است. در طب سنتی به چند روش مناسب برای پیشگیری از بارداری اشاره شده است که به عنوان نمونه دو روش را در این فصل معرفی کرده ام. البته روشهای پیشگیری از بارداری طب سنتی هنوز به مرحله تحقیق و اثبات علمی نرسیده است اما با توجه به

گسترده‌گی طب سنتی و سرچشمه غنی آن در حیطه پزشکی دو نمونه از روشهای پیشنهادی طب سنتی معرفی شده است.

فصل آخر این کتاب را نیز در رابطه با تشخیص بارداری نوشته ام. همانطور که می دانید هر روش پیشگیری از بارداری، ممکن است شکست خورده و منجر به بارداری شود. به همین علت در استفاده از هر روش پیشگیری از بارداری، ممکن است نیاز به استفاده از روشی تشخیص بارداری باشد. در صورت نیاز به تشخیص بارداری می توانید از این فصل کتاب استفاده کنید.

امیدوارم نتایج این عزیز هموطنم با مطالعه این کتاب بتوانند روش مناسبی جهت پیشگیری از بارداری انتخاب کنند و گرفتار حاملگی های ناخواسته و عوارض روشهای پیشگیری از بارداری نباشند.