

بهداشت مادر و کودک

براساس سرفصل دروس، منابع آزمون کارشناسی ارشد و دستورالعمل‌های اعلام شده از سوی وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی

■ تالیف

شهربانو صالحین

مهرین بدخش

مهربانو امیرشاهی

اعضای هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی زابل

سرشناسه	صالحین، شهربانو
عنوان و نام پدیدآور	بهداشت مادر و کودک / تالیف شهربانو صالحین، مهین بدخش، مهربانو امیرشاهی.
مشخصات نشر	تهران: جامعه‌نگر؛ دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زابل، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۵۱۲ ص.: مصور، جدول، نمودار.
شابک	۱۸۹۰۰۰ ریال : 978-600-101-276-1
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه.
موضوع	دانشگاه‌ها و مدارس عالی -- ایران -- آزمون‌ها
موضوع	مادر و کودک -- بهداشت -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع	آزمون دوره‌های تحصیلات تکمیلی -- ایران
شناسه افزوده	بدخش، مهین، ۱۳۴۴-
شناسه افزوده	امیر شاهی، مهربانو، ۱۳۴۹-
شناسه افزوده	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی زابل
رده‌بندی کنگره	۱۳۹۲ ب ۹ / ۲۲۸۳۷۲۳ ص / LB۲۳۵۳
رده‌بندی دیویی	۳۷ / ۱۶۶۲
شماره کتاب‌شناسی ملی	۲۲۶۶۷



این اثر، مشمول قانون حمایت از مؤلفان و مصنفان می‌باشد. هیچ بخشی از کتاب به هیچ شکل اعم از فیزیکی یا بازنویسی مطالب در هرگونه رسانه‌ای من جمله چاپ، لوح فشرده و مجلات، بدون اجازه‌ی کتبی ناشر قابل استفاده نیست و موجب پیگرد قانونی می‌شود.



بهداشت مادر و کودک

تألیف: شهربانو صالحین، مهین بدخش، مهربانو امیرشاهی.

ناشر: جامعه‌نگر با همکاری دانشگاه علوم پزشکی و خدمات درمانی زابل

نویت و سال چاپ: اول / ۱۳۹۲، شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

صفحه‌آرایی: بابک قلی زاده طرح جلد: محبوبه اله‌مرادی

لیتوگرافی: آبرنگ ؛ چاپ: آفرنگ ؛ صحافی: چاوش

بها: ۱۸۹۰۰ تومان

شابک: ۱-۲۷۶-۱۰۱-۶۰۰-۹۷۸

ناشر برگزیده دانشگاهی (۱۳۹۱)

نمایشگاه و فروشگاه مرکزی جامعه‌نگر و نشر سالمی

تهران: خ انقلاب - مقابل درب اصلی دانشگاه تهران - خ فخر رازی - خ نظری غربی - شماره ۸۴ - تلفن: ۶۶۴۹۳۷۱۶ - ۶۶۴۹۳۷۱۷

فروش اینترنتی: www.jameenegar.com

اهواز: رشدماوز - شرق - اردبیل: خیام - ارومیه: شاهد ایثارگران - اصفهان: پارسا - کیا - رازی - پژواک - ارواک: حیدری - یابل: اندیشه - علیزاده - بجنورد: بهمنشیر - بروجرد: ولایت - بندرعباس: سروش - بوشهر: کتاب فروشی عمادی - بیرجند: شهر کتاب - تالش: جامعه‌نگر - تبریز: شهرنگ - بابک - تنکابن: میرچی - چهرم: کلبه کتاب - خرم‌دره: معلم ۲ - خرم‌آباد: نشر و قلم - رشت: دانشگاه آزاد پل طالشان - ارجمند - مزده - زابل: رازی - زاهدان: کالج - زنجان: شهر کتاب - ساری: هدف - دانشجو - سبزوار: نشر لرس - شیراز: مرکز کتاب دانشگاه علوم پزشکی شیراز - جمالی - قم: فاضل - قوچان: نوآندیش - کاشان: خانه کتاب - گرمان: پایپروس - کرمانشاه: دانشمند - جهان کتاب - گرگان: جلالی - گناباد: کتابستان - مشهد: مجد دانش - نمایشگاه علوم پزشکی - همدان: روزاندیش - یزد: بوعلی سینا - خانبانخان

مقدمه

در جهان امروز که شاهد پیشرفت روزافزون علم بشری هستیم، استفاده از منابع علمی مفید و معتبر نقش مهمی در نیل به اهداف علمی بشر ایفا می کند. در این رهگذر دانشجویان و دانش پژوهان مخاطبین اصلی این مقوله اند. امروزه به دلیل نقش و تأثیر سلامت مادران و کودکان در ارتقای سطح سلامت و بهداشت جامعه، اهمیت مراقبت از مادر و کودک افزایش یافته است. از سوی دیگر، دانشجویان مامایی به منبع علمی نیاز دارند که علاوه بر دفع نیاز آنها به مطالب آموزشی و علمی بتوانند جوابگوی آزمونهای کارشناسی ارشد مامایی نیز باشند. از آنجائیکه در آزمون ورودی کارشناسی ارشد مامایی، منابع ارائه شده توسط وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی حاوی دستورالعملهای اعلام شده نیز می باشد و در این میانه با توجه به کمبود وقت و گستردگی مطالب، داوطلبان آزمونهای ورودی کارشناسی ارشد ناگزیر به مطالعه فصول اعلام شده از کتابهای متعدد و دستورالعملهای موجود در مراکز بهداشتی و درمانی به طور پراکنده هستند. در این راستا و با توجه به نبود کتاب جامعی در مورد بهداشت مادر و کودک بر اساس سرفصل دروس و دستورالعملهای اعلام شده از سوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی به صورت توأم، تصمیم بر آن شد که در این کتاب علاوه بر سرفصل دروس تعیین شده، به دستورالعملهای اعلام شده از سوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی نیز اشاره گردد. لذا این کتاب با توجه به نیازهای علمی دانشجویان و داوطلبان آزمونهای ورودی در مقاطع تحصیلی کارشناسی ارشد تألیف و تدوین شده است. انتظار خاضعانه از محضر گرانقدر استادان ارجمند و دانشجویان گرامی، امان نظر و ارائه انتقادات و پیشنهاداتی است که بی شک در جهت بهبود کمی و کیفی مطالب کتاب سازنده است. در اینجا فرصت را غنیمت شمرده و از همفکری و مساعدت حوزه پژوهشی دانشگاه علوم پزشکی راسل صمیمانه سپاسگذاری می نمایم.

بخش اول: آموزش بهداشت

فصل اول

اصول و مبانی بهداشت

- آموزش بهداشت در مقابل تبلیغات ۱۰
- محتوای آموزش بهداشت ۱۱
- روش‌های آموزش بهداشت ۱۳
- انواع ارتباطات ۱۴
- انواع برنامه‌های آموزش بهداشت ۱۵
- مراقبت بهداشتی اولیه ۱۶
- تعریف بهداشت برای همه ۱۹
- شاخص‌های جهانی ۲۱
- سابقه ارائه خدمات اولیه بهداشتی درمانی در ایران ۲۳
- سازمانهای ارائه دهنده خدمات بهداشتی در جهان ۲۳
- واحدهای عرضه خدمات در جمهوری اسلامی ایران ۲۹

فصل دوم

شاخص‌های بهداشتی و جمعیتی

- نشانگرهای بهداشتی ۴۰
- ویژگی‌های نشانگر ۴۰
- طبقه بندی نشانگرهای بهداشتی ۴۰
- شاخص‌های جمعیتی ۴۶
- آمارهای مربوط به باروری ۴۷

فصل سوم

چگونگی ثبت و گزارش اطلاعات بهداشتی

- ثبت روزانه فعالیت‌ها ۵۸
- گردونه آماری ۵۸
- فرم‌های گزارش ماهانه ۵۸
- پرونده خانوار ۵۹
- زیج حیاتی ۵۹
- شاخص‌هایی که از زیج حیاتی قابل محاسبه است ۷۲

بخش دوم: بهداشت مادران

فصل چهارم

خدمات بهداشت مادر و کودک

- بهداشت مادر و کودک ۸۲
- اهداف مهم MCH ۸۲
- ضرورت خدمات بهداشت مادر و کودک ۸۲
- دامنه فعالیت‌های بهداشت مادر و کودک ۸۳
- مشکلات بهداشتی مادران ۸۵
- خدمات اساسی بهداشت مادران ۸۶

- فعالیت‌های بهداشتی زنان که بر سلامت فرزندان اثر می‌گذارد ۸۸
- مشکلات بهداشتی مادران جوان ۸۹

فصل پنجم

بهداشت دوران بلوغ و قبل از ازدواج

- بهداشت دوران بلوغ ۹۲
- تغییرات دوران بلوغ در دختران ۹۲
- بهداشت جسمی نوجوانان در دوران بلوغ ۹۴
- بهداشت قبل از ازدواج ۹۴
- مواردی که در مشاوره قبل از ازدواج مورد نظر می باشد ۹۵
- آزمایشات قبل از ازدواج ۹۵
- مشاوره ژنتیک ۱۰۱
- ناهنجاری‌های کروموزومی ۱۰۲

فصل ششم

بهداشت قبل از بارداری

- مشاوره قبل از بارداری ۱۰۶
- حاملگی ناخواسته ۱۰۶
- اختلالات مزمن طبی ۱۰۷
- بیماریهای ژنتیکی ۱۱۱
- مشاوران قبل از بارداری ۱۱۷
- عوامل خطرزا در شروع بارداری ۱۱۸
- ویزیت مشاوره قبل از بارداری ۱۲۱
- ارمایش‌های قبل از بارداری ۱۲۱
- شرح حال ۱۲۱
- معاینه فیزیکی ۱۲۴
- اندازه‌گیری غلظت حیاتی ۱۲۵
- مصون‌سازی ۱۲۵
- راهنمای مراقبت پیش از بارداری ۱۲۶
- تفسیر نتایج آزمایش‌های پیش از بارداری ۱۲۸
- فرم مراقبت پیش از بارداری ۱۲۸

فصل هفتم

بهداشت دوران بارداری

- مراقبت دوران بارداری ۱۳۸
- ارزیابی سلامت مادر در طی بارداری ۱۳۸
- شرح حال ۱۴۰
- معاینه بالینی ۱۴۲
- ارزیابی‌های آزمایشگاهی اولین ویزیت حاملگی ۱۴۵
- آموزش‌های دوران بارداری ۱۵۱
- ایمن‌سازی ۱۵۱
- ویزیت‌های پره‌ناتال بعدی ۱۵۱

تست‌های پره‌ناتال کمکی ◀ ۱۵۶	قرص‌های پروژسترونی پیشگیری از بارداری ◀ ۳۱۵
علائم خطر در بارداری ◀ ۱۵۸	روش اورژانس پیشگیری از بارداری ◀ ۳۱۸
شکایات شایع بارداری ◀ ۱۵۹	ایمپلانت‌های پروژستین ◀ ۳۲۶
تغییرات نیازهای تغذیه‌ای مادر در بارداری ◀ ۱۶۷	چسب پوستی ضد بارداری ◀ ۳۲۸
آموزش‌های مراقبت از خود در طی بارداری ◀ ۱۷۹	دستگاه داخل رحمی ◀ ۳۲۹
واکسیناسیون ◀ ۲۰۲	کاندوم ◀ ۳۳۷
ثبت وزن و پایش وزن‌گیری در طول بارداری ◀ ۲۰۸	دیافراگم ◀ ۳۴۰
ارزیابی سلامت جنین در طی بارداری ◀ ۲۱۵	اسفنج‌های ضد بارداری ◀ ۳۴۲
سازگاری با بارداری ◀ ۲۲۴	روش‌های مبتنی بر آگاهی از زمان باروری ◀ ۳۴۳
بارداری: بحران یا واقعه عادی زندگی ◀ ۲۲۴	بستن لوله‌های رحمی ◀ ۳۴۳
نگرش و احساس زن باردار نسبت به بارداری ◀ ۲۲۵	بستن لوله‌های اسپرم‌بر ◀ ۳۴۷
عوامل مؤثر بر پاسخ‌های عاطفی ◀ ۲۲۵	
مراحل روانی دوران بارداری ◀ ۲۲۶	
تغییرات شایع روانی - اجتماعی در دوران بارداری ◀ ۲۲۶	
وظایف مردان هنگام بارداری همسر ◀ ۲۲۷	
نگرش سایر فرزندان خانواده در برابر ورود نوزاد ◀ ۲۲۸	
جدول راهنمای مراقبت‌های بارداری ◀ ۲۲۹	
فرم مراقبت بارداری و نحوه تکمیل آن ◀ ۲۳۰	
	فصل هشتم
	بهداشت بعد از زایمان
تغییرات بدن در دوره نقاس ◀ ۲۵۴	
تغییرات رفتاری ◀ ۲۵۸	
مراقبت‌های بلافاصله بعد از زایمان ◀ ۲۵۸	
دفعات مراقبت پس از زایمان ◀ ۲۵۹	
گرفتن شرح حال ◀ ۲۵۹	
معاینه بالینی ◀ ۲۶۱	
آموزش‌های بهداشتی پس از زایمان ◀ ۲۶۵	
علائم خطر پس از زایمان ◀ ۲۷۳	
علائم خطر در نوزاد ◀ ۲۷۴	
جدول راهنمای مراقبت‌های پس از زایمان ◀ ۲۷۵	
فرم مراقبت پس از زایمان و نحوه تکمیل آن ◀ ۲۷۶	
	فصل نهم
	تنظیم خانواده
تعریف تنظیم خانواده ◀ ۲۹۶	
قانون تنظیم خانواده و جمعیت ◀ ۲۹۷	
برنامه کشوری تنظیم خانواده ◀ ۲۹۸	
اهداف برنامه کشوری تنظیم خانواده ◀ ۲۹۹	
تنظیم خانواده از دیدگاه اسلام ◀ ۳۰۰	
روش‌های پیشگیری از بارداری ◀ ۳۰۱	
قرص‌های ترکیبی پیشگیری از بارداری ◀ ۳۰۱	
آمیول ترکیبی پیشگیری از بارداری ◀ ۳۱۰	
	فصل دوازدهم
	تغذیه با شیر مادر
ارزش تغذیه‌ای شیر مادر ◀ ۳۸۴	
جنبه‌های ایمنولوژیک شیر مادر ◀ ۳۸۷	
آناتومی پستان و فیزیولوژی ترشح شیر ◀ ۳۸۸	

- وضعیت صحیح شیردادن ۳۹۲
 دفعات و نحوه تغذیه شیرخوار ۳۹۵
 نکات مهم در شیر دادن ۳۹۶
 عوامل مؤثر بر شیر دهی موفق ۳۹۷
 مزایای تغذیه با شیر مادر ۳۹۷
 اهداف کودکان سالم سال ۴۰۰
 نشانه های کافی بودن شیر ۴۰۱
 هشدار در مورد نشانه های کاذب ناکافی بودن شیر مادر ۴۰۱
 تغذیه مادر شیرده ۴۰۲
 دستورالعمل کشوری شروع تغذیه با شیر مادر در ساعت اول زندگی ۴۰۹
 قانون ترویج تغذیه با شیر مادر و حمایت از مادران در دوران شیردهی ۴۱۲
 مشکلات مربوط به پستان ۴۱۴
 دوشیدن شیر و طرز نگهداری شیر دوشیده شده ۴۱۷
 کنترل آندیکاسیونهای شیردهی از پستان ۴۲۰

فصل سیزدهم

تغذیه تکمیلی

- دوره های تغذیه کودک ۴۲۲
 خصوصیات غذای کمکی مناسب ۴۲۲
 نکات مهم در مورد غذا دادن به کودک ۴۲۳
 جدول تغذیه از بدو تولد تا ۱۲ ماهگی ۴۲۵
 میزان و برنامه غذایی ۴۲۶
 غذاهای ممنوع در زیر یکسالگی ۴۳۰
 تغذیه در سال دوم زندگی ۴۳۰
 از شیر گرفتن کودک ۴۳۰
 تغذیه بعد از دو سالگی ۴۳۰

فصل چهاردهم

تغذیه با شیر خشک

- تغذیه با شیر خشک ۴۳۴
 خطرات تغذیه مصنوعی ۴۳۷
 تهیه فرمولا ۴۳۸

فصل پانزدهم

رشد و تکامل کودک

- عوامل تعیین کننده رشد و تکامل ۴۴۰
 مراحل رشد و تکامل ۴۴۰
 روشهای بررسی رشد و تکامل ۴۴۰
 شاخص های رشد کودکان ۴۴۵
 شیوع اختلالات رشد بر اساس شاخص های رشد ۴۴۶
 دفعات پایش رشد ۴۵۰

رشد دندانها ۴۵۹

- مراحل تکامل کودک ۴۶۱
 رشد بیولوژی کودک ۴۶۷
 رابطه متقابل کودک و والدین ۴۶۹
 توصیه هایی برای والدین ۴۷۰

فصل شانزدهم

واکسیناسیون

- انواع ایمنی ۴۷۸
 انواع واکسن ۴۷۹
 انواع ایمونوگلوبولین ۴۸۰
 خطرات ایمن سازی ۴۸۰
 چگونگی تزریق واکسن و روش اجرایی ۴۸۷
 زنجیره سرد ۴۸۸
 نکات مهم در ایمنسازی ۴۹۵
 برنامه واکسیناسیون هاری ۵۰۱
 واکسن مننژیت ۵۰۱
 واکسن آنفلوانزا ۵۰۲
 نحوه استفاده از سرم ضد دیفتری ۵۰۲
 نحوه استفاده از سرم ضد کزاز ۵۰۳
 مراقبت های احتیاطی در مصرف سرم ضد مار گزیدگی ۵۰۳
 روش استفاده از سرم ضد بوتولیسم ۵۰۴
 برنامه واکسیناسیون تب زرد ۵۰۴
 نکاتی در مورد سرم ها و آنتی توکسین های حیوانی ۵۰۵
 موارد ویژه مصرف واکسن ها ۵۰۶