

اضطراب و افسردگی در مادران شیرده

www.ketab.ir
تالیف
شراره شربت خوری

انتشارات نویان

پاییز ۱۳۹۶

سرشناسه	: شربت خوری، شراره، ۱۳۵۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: اضطراب و افسردگی در مادران شیرده / تالیف شراره شربت خوری.
مشخصات نشر	: سندج: نویان، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	: ۱۱۴ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۹۰-۸۶-۲: ۱۴۰۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست	: فیا
نویسی	
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: شیردهی مادران -- جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	: Psychological aspects Lactation --
موضوع	: افسردگی پس از زایمان
موضوع	: Postpartum depression
رده بندی کنگره	: الف ۶۴۹/۳۳ ۱۳۹۶
رده بندی دیویی	: ۶۴۹/۳۳
شماره کتابشناسی	: ۴۹۶۲۶۸۲

ملی

اضطراب و افسردگی در مادران شیرده

تالیف: شراره شربت خوری

انتشارات: نشر نویان

ویرایش: عبدالله محمدی

نوبت و سال چاپ: اول - ۱۳۹۶

تیراژ: ۱۰۰۰ نسخه

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۰۹۰-۸۶-۲

قیمت: ۱۴۰۰۰ تومان

فهرست مطالب

مقدمه.....	۵
کفایت شیردهی.....	۹
آناتومی پستان.....	۹
بافت شناسی پستان.....	۱۳
پستانها طی بارداری.....	۱۶
فیزیولوژی پستان.....	۱۹
تاریخچه کشف هورمون پرولاکتین و شرح اعمال آن در شیردهی از دیدگاه بیولوژی	
سلولی.....	۲۵
شیر مادر، محتویات و فواید آن.....	۳۰
تغذیه با شیر مادر.....	۳۵
اضطراب.....	۴۱
تعریف اختلالات اضطرابی.....	۴۱
تاریخچه اختلالات اضطرابی.....	۴۲
تاریخچه اضطراب.....	۴۴
تعریف اضطراب.....	۴۵
نظریه مکاتب در مورد اضطراب.....	۴۶
انواع اضطراب.....	۵۱
طبقه بندی اختلالات اضطرابی.....	۵۴
علل اختلالات اضطرابی.....	۵۶
روشهای درمان اختلالات اضطرابی.....	۶۴
افسردگی.....	۷۱
علائم.....	۷۱
نظریه های شناختی افسردگی.....	۷۱

مقدمه

شیر مادر مناسب ترین غذا برای تغذیه شیرخوار است و تأثیر مثبت آن بر سلامت کودک و مادر، کاهش مرگ و میر کودکان، از ضای نیازهای عاطفی مادر و کودک و نیز صرفه جویی اقتصادی در بعد خانوار و جامعه بر کسی پوشیده نیست (فیشر^۱، ۲۰۰۰). شیرانسان حاوی موادی است که از نظر کیفیت و کمیت قابل جذب برای شیرخوار بوده، انرژی و رشد کودک را تأمین می نماید (هاکنبری^۲، ۲۰۰۷).

آنچه حائز اهمیت است این است که مکیدن صحیح و مکرر شیر در روزهای اول و در وضعیت مناسب، آرامش خاطر و عدم نگرانی مادر، سابقه قبلی زایمان و سابقه قبلی شیردهی موفق، حمایت همسر و افراد خانواده و نیز اطمینان خاطر از تأمین اقتصادی و شغلی می تواند نقش مؤثری در تداوم شیردهی داشته باشد. در حالی که هم اتاق نبودن مادر و نوزاد، شیردهی دیرتر، عدم شروع به موقع تغذیه تکمیلی، عدم ترخیص همزمان مادر و نوزاد، زایمان سزارین و فقدان تمامی عوامل ذکر شده فوق می تواند منجر به قطع روند مناسب شیردهی شود (بولینگ^۳ و همکاران، ۲۰۰۷). وضعیت نامناسب روانی، اضطراب و افسردگی مادران می تواند منجر به عدم کفایت در شیردهی پس از زایمان شود.

^۱ Fisher

^۲ Hockenberry

^۳ Bolling