

بارداری و پرسش‌های من

مولفین:

مریم جعفری

مدیر بالینی دانشگاه آزاد اسلامی

سارا دهایی

کارشناس مامایی

با همکاری:

آقای دکتر مجید آویزگان

استاد دانشگاه علوم پزشکی اصفهان، گروه بیماری‌های عفونی و طایف سنتی ایران

سرشناسه: جعفری، مریم،

عنوان و نام پدیدآور: بارداری و پرسش‌های من/ مؤلفین مریم جعفری، سارا مهابادی؛ با همکاری مجید آویزگان.

مشخصات نشر: اصفهان: نصوص، ۱۳۹۵.

مشخصات ظاهری: ۷۴ص. : مصور.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۰۸۸-۵۱-۹

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: بارداری- پرسش‌ها و پاسخ‌ها

Pregnancy- Questions and answers: موضوع

رده بندی کنگره: ۱۳۹۵ ب۲ ۶۷ج/ ۵۵۱ RG

رده بندی دیویی: ۶۱۸/۲

شماره ثبت: ۴۵۳۲۲۰۹ ملی

نوبت چاپ: اول ۳۹۵

تعداد صفحه: ۷۰ رقی

ناشر: نصوص ۹۱۳۳۱۱۹۲۴۰ web:www.nosuh.ir

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

چاپ: رضوی

قیمت: ۶۰۰۰۰ ریال

حق چاپ و نشر محفوظ است.

فهرست مطالب

فصل اول: قبل از بارداری	۹
فصل دوم: سه ماهه ی اول بارداری	۱۷
فصل سوم: سه ماهه ی دوم بارداری	۲۵
فصل چهارم: ماهه ی سوم بارداری	۳۱
فصل پنجم: ماهه ی چهارم بارداری	۳۷
فصل ششم: تغذیه و مراقبت های دوران بارداری	۴۵
فصل هفتم: نوزادی	۵۳
فصل هشتم: طب مکمل	۶۱
فصل نهم: اختلالات جنسی	۶۹
منابع	۷۱

پیشگفتار

زنان تجلی موهبت الهی و نوزادان شکوفه‌های زندگی هستند. سلامت جامعه در سایه‌ی سلامت این دو گروه تضمین می‌گردد. یکی از ملزومات سلامت، افزایش سطح آگاهی است. امیدواریم که با یاری خداوند متعال، قدمی کوچک در این راستا برداریم.

در این کتاب سعی شده است به سوالات رایج زنان از پیش از بارداری تا بعد از زایمان، تغذیه نوزادان و طب مکمل پاسخ داده شود. مطالب کوتاه، به زبان ساده و کاربردی، معتبر انتخاب شده است.

در پایان لازم می‌دانیم از همراهی همه جانبه خانواده‌هایمان که همیشه بهترین مشوق، پشتیبان و همراه هستند، قدر دانی کنیم؛ همچنین از استاد گرامی، جناب آقای دکتر مجید آبرو، عضو هیئت‌علمی دانشگاه علوم پزشکی اصفهان که با راهنمایی‌های بی‌دریغ ایشان فصل طب مکمل گردآوری شد، مساعدت‌های پدرا نه جناب آقای دکتر ابرج نرجامی متخصص زنان و زایمان، زحمات بی‌دریغ استاد گرانقدر، خانم دکتر میتا ریحانی، راهنمایی‌های بی‌شائبه‌ی سرکار خانم شمیلا مشرف؛ دانش سمپانه‌ی آقای سید رضا میرشفیعی، خانم‌ها آمنه ثالثی و مریم دوستی و همکاری جناب آقای نصوحی و تمام عوامل انتشارات نصوح و همه کسانی که ما را در تدوین این مجموعه یاری کردند تشکر می‌کنیم.

مریم جعفری

سارا مهابادی

«فیض روح القدس را باز مدد فرماید دیگران نیز کنند آنچه مسیحا می‌کرد»

دانش مامایی همگام با پیشرفت‌های علم پزشکی به گستره بسیار وسیعی دست یافته است. نقش ماما در هدایت مادران باردار و زایمان بی‌خطر روز به روز پرننگتر شده است. تا آنجا که در جوامع متمدنی و پیشرفته، متخصصین مایه در صف اول سلامت مادر و نوزاد قرار دارند. آموزش مادران باردار و کستن از آن نگرانی آنان در طول بارداری اهمیت ویژه‌ای دارد. همکاری ماماها با پزشکان متخصص زنان و زایمان و مامایی موجب پیشگیری از عوارض خطرات حاملگی و زایمان می‌گردد. به طوری که امروزه کاهش چشمگیر زایمان‌های پرخطر همراه با تولد نوزادان سالم، آینده بهتری را نوید می‌دهد. امید است که با پرتو مهر یزدان جامعه زنان و مامایی بتواند راهنمایی دلسوز برای مادران باردار و زایمان بی‌خطر باشد و به سوی آینده‌ای بهتر در ساختن جامعه‌ای سالم و پر نشاط گام بردارد.

کوشش به عمل آمده است تا در این مختصر به برخی سوالات در رابطه با مسائل مامایی پاسخ داده شود. بدیهی است مسائل مهم را با مراجعه به کلینیک‌های مامایی مطرح و راهنمایی‌های لازم ارائه خواهد شد.

تابستان ۱۳۹۴

دکتر ایرج فرجامی

متخصص زنان و زایمان