



جمعیت، بهداشت باروری و تنظیم خانواده

تالیف: دکتر سودابه چگینی

طراوت ۱۳۸۶

سرشناسه: چگینی، سودابه، ۱۳۳۴-

عنوان و نام پدیدآور: جمعیت، بهداشت باروری و تنظیم خانواده/ تالیف سودابه چگینی

مشخصات نشر: تهران: طراوت، ۱۳۸۶

مشخصات ظاهری: ۱۲۰ ص

شابک: 978-964-2850-13-6

وضعیت فهرست نویسی: فیا

موضوع: جمعیت

موضوع: تنظیم خانواده

موضوع: آبستنی -- پیشگیری

رده بندی کنگره: ۸ ج ۸ / ج ۸ / HB ۸۷۱

رده بندی دیویی: ۳۰۴/۶

شماره کتابخانه ملی: ۱۰۹۱۳۷۴

جمعیت، بهداشت باروری و تنظیم خانواده

دکتر سودابه چگینی

✓ مدیر اجرا: سمانه ترابی

✓ طراح جلد: نوشین روستازاده

✓ نوبت چاپ: اول تاریخ چاپ: ۱۳۸۶

✓ شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

✓ شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۲۸۵۰-۱۳-۶

✓ قیمت: ۲۲۰۰ تومان

✓ حق چاپ برای ناشر محفوظ می باشد.

مرکز پخش: میدان بهارستان، خ مجاهدین اسلام، روبروی بیمه البرز

کوچه شهید کشمش (کریلا)، شماره ۲۸

تلفن ۷۷۶۵۱۴۱۲-۰۹۱۲۵۸۴۶۱۰۹

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۵	پیش گفتار
۸	فصل اول - جمعیت و جمعیت شناسی
۱۴	فصل دوم - حرکات جمعیت
۲۱	فصل سوم - شاخص های جمعیتی
۲۶	فصل چهارم - میزان رشد جمعیت و پیش بینی آن
۳۰	فصل پنجم - مشکلات ناشی از افزایش جمعیت
۴۲	فصل ششم - تغییرات جمعیت جهان و ایران
۴۵	فصل هفتم - سیاستهای جمعیتی
۵۱	فصل هشتم - سلامت، بهداشت و حقوق باروری
۵۵	فصل نهم - تنظیم خانواده
۵۸	فصل دهم - تشریح فیزیولوژیک تولید مثل در انسان
۶۲	فصل یازدهم - دستگاه تولید مثل مردان
۷۰	فصل دوازدهم - دستگاه تولید مثل زنان
۷۶	فصل سیزدهم - آبستنی
۸۲	فصل چهاردهم - روشهای پیشگیری از بارداری
۱۱۵	واژه نامه
۱۱۸	فهرست منابع فارسی
۱۱۹	فهرست منابع انگلیسی

سخن ناشر

خوانندگان و نویسندگان محترم:

از اینکه ما را میهمان خانه چشمانتان ساخته اید سپاسگزاریم.
امیدواریم نظرات، پیشنهادات، انتقادات و هرگونه مشاوره درباره چاپ و خرید
کتاب را با ما در میان بگذارید.

نشر طراوت

۷۷۶۵۱۴۱۲ - ۰۹۱۲۵۸۴۶۱۰۹

پیشگفتار

وقتی که زنی می میرد و یا از کار افتاده و ناتوان می شود؛ اقتصاد، جامعه، خانواده و خصوصاً فرزندان در معرض مشکلات و خسارات اجتناب ناپذیر قرار می گیرند. اساس مراقبت های مادران و نوزادان بطور چشمگیری هزینه اثر بخشی زیادی دارد و تاثیر سرمایه گذاری در برنامه های سلامت مادران به خوبی در جامعه قابل لمس است. برنامه ریزی در جهت سلامت مادران، از مسائل مهم برای سیاست گذاران بوده و مسئولان باید فواید سرویس دهی بهداشت، برای مادران را ارزیابی کنند و راهکارهایی مناسب برای تهیه برنامه ها و نحوه ارتقاء کیفیت خدمات ارائه دهند.

هدف از سلامت مادران چیست؟

اطمینان از اینکه همه زنان می توانند به خدمات مراقبت بهداشت باروری و جنسی با کیفیت مطلوب خصوصاً در مراقبت از مادران و درمان اورژانس های مامایی دسترسی داشته باشند، تا بتوان مرگ و میر و معلولیت مادران را کاهش داد. اساس این تعهدات از نشست های مجمع جهانی کودکان، کنفرانس بین المللی جمعیت و توسعه، مجمع جهانی توسعه اجتماعی، چهارمین کنفرانس جهانی زن و پیمان رفع تبعیض بر علیه زنان گرفته شده است.

مشکل چیست؟

سالانه حداقل ۵۸۵۰۰۰ زن در اثر عوارض ناشی از حاملگی و زایمان می میرند. در بسیاری از کشورهای در حال توسعه اینگونه مرگ مادران حدود ۲۵-۳۳ درصد مرگ زنان در سنین باروری را تشکیل می دهد. بیش از ۲۵ درصد زنان بالغ در کشورهای توسعه یافته از عوارض ناشی از حاملگی و زایمان رنج می برند که این رقم سالیانه شامل بیش از ۵۰ میلیون زن را می شود. در جهان حدود ۷۵/۰۰۰/۰۰۰ حاملگی ناخواسته در سال به وقوع می پیوندد که روزانه ۵۵/۰۰۰ از این گونه حاملگی ها با سقط های غیر بهداشتی خاتمه می یابد. ۷۵ درصد از مرگ های دوران جنینی «یعنی حدود ۷/۵ میلیون مرگ و میر سالیانه نوزادان قبل از تولد» در کشورهای در حال توسعه را می توان با تغذیه خوب مادران و کیفیت بالای مراقبت از آنان، پیشگیری نمود.

اقدامات اساسی برای آینده کدامند؟

نخستین اقدام برای رسیدن به سلامت جهانی مادران، آموزش رسیدن به یک خط مشی کلی در مورد اینکه کدام استراتژی مؤثر و سودمندترین راه برای توسعه سلامت مادران و جلوگیری از مرگ و میر آنان است. مهمترین نکات عبارتند از:

الف- مرگ و میر مادران تنها یک وضعیت نامساعد بهداشتی نیست بلکه یک بی‌عدالتی اجتماعی است. سیاست‌گزاران باید به سیاست‌های بهداشتی و سیستم‌های قانونی که بر سلامت مادران تأثیر منفی دارند توجه داشته باشند.

ب- باید نابرابری‌های بهداشتی درمانی را که مانع از برخورداری زنان از مراقبت‌های ویژه شده و موجب بیماری‌ها و مرگ آنان می‌شود شناسایی کرد و برای رفع آن، خط مشی‌هایی با ترویج مجوزهای قانونی و بسیج در جامعه تدوین نمود تا به زنان کمک کنند که نیازهای سلامتی‌شان را بشناسند و خدمات مورد نیازشان را بدون تأخیر بدست آورند.

ج- اطمینان از اینکه کارکنان بهداشتی و ماماها با مهارت کافی به مسائل آشنایی دارند و برای موارد اورژانسی امکان انتقال سریع وجود دارد. این یکی از مؤثرترین راه‌های جلوگیری از مرگ مادران است. خط مشی‌ها و طرح‌های کلی باید بر اساس آموزش کارکنان بهداشتی طرح ریزی شده تا در موارد نیاز در دسترس باشند و در مواقع اضطراری تجهیزات کافی در روستاها فراهم شود.

- اطمینان از اینکه هر زن حامله می‌تواند به خدماتی با کیفیت بالا دسترسی پیدا کند. خدمات را می‌توان در سیستم بهداشتی ادغام نمود که عبارتند از:

۱- آموزش در مورد سلامت مادران به مردم

۲- مراقبت‌های پیش از زایمان و مشاوره

۳- وجود افراد ماهر حین زایمان

۴- مراقبت در موارد اورژانس و عوارض مامایی

۵- مراقبت‌های بعد از زایمان

۶- مراقبت‌های عوارض سقط

۷- ارائه اطلاعات و خدمات در مورد برنامه‌های تنظیم خانواده

۸- ارائه آموزش بهداشت باروری به نوجوانان و سرویس دهی به آنان

۹- توانایی خلاقیت و ابتکار در موارد خاص بحرانی توسط کارکنان ارائه دهنده خدمات

سلامت مادران

بنابراین با عنایت به مطالب فوق و به منظور تضمین سلامت بارداری و نشاط و رفاه خانواده باید به موارد زیادی مثل تغذیه، بهداشت دوران بلوغ، مشاوره قبل از ازدواج، بارداری و زایمان ایمن، کنترل جمعیت و تنظیم خانواده، مشارکت مردان، حقوق باروری، بیماری‌های مقاربتی و ایدز توجه خاص نمود. کتاب حاضر به ذکر اطلاعات مختصر و کاربردی در زمینه جمعیت، تعاریف، ازدیاد و مشکلات ناشی از آن، تعاریف و اهداف بهداشت باروری و تنظیم خانواده و چگونگی تولید مثل و برخی راه‌های رایج پیشگیری از بارداری می‌پردازد. امید است با نگارش این کتاب که براساس سرفصل‌های مصوب درس جمعیت و تنظیم خانواده تدوین شده بتوانیم گامی هر چند کوچک به سوی ارتقاء سطح سلامت عمومی و رفاه خانواده و اجتماع برداریم.

و من الله التوفیق

دکتر سودابه چگینی