

ریحانه آسمانی

مؤلفین

داماد او جاقلو

مصطفی ارای خانی



سرشناسه: اوجاقلو، فاطمه، ۱۳۵۷
عنوان و نام پدیدآور: ریحانه آسمانی / مؤلفین فاطمه اوجاقلو - مصطفی اردی خانی
مشخصات نشر: تهران: لاهوت ۱۳۹۳
مشخصات ظاهری: ۲۸۰ ص
شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۸۸-۸۳-۷
وضعیت فهرست‌نویسی: فیبا
موضوع: زناشویی (اسلام)
موضوع: بارداری -- جنبه‌های مذهبی -- اسلام
موضوع: بارداری -- بهداشت
شناسه افزوده: اردی خانی، مصطفی، ۱۳۵۳
رده‌بندی کنگره: ۹۱۳۹۳ ر ۸۵ الف / ۵ BP ۲۵۸
رده‌بندی دیویی: ۲۷۹/۷۲۵
ماره کتابشناسی ملی: ۳۵۴۹۶۲۱

نام کتاب: ریحانه آسمانی
مؤلفین: فاطمه اوجاقلو، مصطفی اردی‌خانی
ناشر: مؤسسه انتشاراتی لاهوت

نوبت چاپ: اول / ۹۶

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

چاپ: کتبه

قیمت: ۱۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۵۱۸۸-۸۳-۷

آدرس: تهران، میدان انقلاب، خیابان ارد بهشت، بین چهارراه نظری و

روانمهر، کوی توپید، پک

تلفن: ۶۶۴۸۸۴۹۶-۷ همراه: ۰۹۱۲۵۰۰۹۹



فهرست مطالب

پیشگفتار

۱۱

فصل اول

دوران قبل از بارداری

۱۵

مسئله ازواج

۱۶

اهمیت انتخاب غمسر در ازدواج

۲۱

عوامل تأثیر گذار بر آمیزش از دیدگاه اسلام

۲۲

الف) ایام هفته

۲۴

ب) اوقات مکروه آمیزش

۲۹

ج) مکان های مکروه آمیزش

۳۰

د) حالات مکروه آمیزش

۳۵

تأثیر حالات روحی و روانی والدین بر آمیزش

۳۸

تأثیر غذای والدین قبل از بارداری

۳۹

۱- خوردن انار

۴۰

۲- خوردن به و سیب

۴۲

۳- خوردن شیر

۴۳

۴- خوردن خربزه

۴۴

۵- خوردن خرما

۴۵

۶- خوردن قاووت

۴۵

۷- خوردن کاسنی

۴۶

۸- خوردن کندر

۴۷

۹- خوردن گلابی

۴۷

۱۰- خوردن تخم مرغ

۴۸

۱۱- خوردن فندق، بادام، مویز

- ۴۸ ۱۲- خوردن هویج
۴۹ ۱۳- خوردن موز
۴۹ ۱۴- روغن زیتون

فصل دوم

انتخاب جنسیت

- ۵۳ طلب فرزند و شفای نازایی
۵۸ جایگاه فرزند (پسر یا دختر) در اسلام
۶۰ برای سردار شدن چه کنیم؟
۶۱ الف- ادا و اذکار سردار شدن
۶۳ ب- رامل و شمار گذار برای سردار شدن
۶۳ ۱- زمان مقاربت
۶۵ ۲- بالا بودن دمای بدن زن
۶۶ ۳- تغذیه و فصول
۶۸ برای دختردار شدن چه کنیم؟
۶۹ ۱- زمان مقاربت
۷۰ ۲- دمای بدن زن
۷۰ ۳- تغذیه و فصول
۷۲ راههای تشخیص جنسیت در گذشته
۷۲ تعیین جنسیت با کمک جدول چینی‌ها
۷۵ تشخیص جنسیت از طریق فال شیخ بهایی

فصل سوم

دوران بارداری

- ۷۹ تعریف باروری (لقاح)
۸۱ مراحل رشد جنین در شکم مادر
۸۸ حاملگی دوقلویی یا چند قلویی
۹۰ علائم و نشانه‌های قطعی بارداری
۹۰ ۱- قطع شدن قاعدگی

۹۰	۲- تغییرات سینه
۹۱	۳- ویار و حالت تهوع
۹۲	۴- بزرگ شدن شکم
۹۳	۵- حرکت جنین در شکم
۹۳	۶- تکرار ادرار
۹۴	زمان شکلات شایع دوران بارداری
۹۴	۱- ویار و حالت تهوع
۹۵	۲- تکرار ادرار
۹۵	۳- بیوسه
۹۶	۴- واریس
۹۶	۵- بواسیر
۹۶	۶- گرفتگی عضلات
۹۷	۷- غش و ضعف
۹۷	۸- نفخ و سوزش معده
۹۷	۹- کم خوابی
۹۸	۱۰- ترشحات مهبل و خارش
۹۸	۱۱- فشار خون
۹۹	۱۲- تنگی نفس (نفس نفس زدن)
۹۹	۱۳- خونریزی لته
۱۰۰	۱۴- احساس ناراحتی در رختخواب
۱۰۰	۱۵- تورم پاها، مچ پا و انگشتان
۱۰۱	جدول راههای درمان مشکلات شایع دوران بارداری
۱۰۵	علائم هشداردهنده در دوران بارداری
۱۰۵	سقط جنین و چگونگی درمان آن
۱۱۰	تأثیر بهداشت روحی مادر بر روی جنین
۱۱۵	تأثیر بهداشت جسمی مادر بر روی جنین
۱۲۱	مراجعه به پزشک

۱۲۳	تغذیه دوران بارداری
۱۲۵	گروه‌های اصلی مواد غذایی دوران بارداری
۱۲۶	مواد مورد نیاز جنین
۱۲۶	الف- آهن
۱۲۸	ب- کلسیم (مواد اهنکی)
۱۲۹	ج- ید
۱۳۰	د- مس
۱۳۱	هـ- ویتامین‌ها
۱۳۱	- ویتامین A
۱۳۲	- ویتامین B
۱۳۳	۳- ویتامین C
۱۳۴	۴- ویتامین D
۱۳۴	۵- ویتامین E
۱۳۶	۶- ویتامین K
۱۳۶	غذاهای مفید دوران بارداری
۱۴۱	غذاهای مضر دوران بارداری
۱۴۲	حفظ تناسب اندام در دوران بارداری
۱۴۸	مستحبات دوران بارداری
۱۵۱	آداب معنوی دوران بارداری
۱۵۷	هیکل ۹ ماهه دوران بارداری
۱۵۸	جدول آداب معنوی دوران بارداری

فصل چهارم

زایمان

۱۶۳	زایمان چیست؟
۱۶۴	محاسبه تاریخ زایمان
۱۶۷	چگونه زایمان آسان داشته باشیم
۱۷۰	شروع زایمان

۱۷۳	در احوال زایمان
۱۷۷	مراقبت‌های پس از زایمان
۱۸۳	حفظ تناسب اندام بعد از زایمان

فصل پنجم

ولادت و فرزندداری

۱۸۹	درباره ولادت
۱۹۰	۱- گفتن اذان و اقامه در گوش نوزاد
۱۹۱	۲- غسل نوزاد
۱۹۲	۳- برداشتن نام نوزاد
۱۹۳	۴- عقیقه کردن نوزاد
۱۹۵	۵- تراشیدن سر نوزاد
۱۹۶	۶- نام‌گذاری نوزاد
۱۹۹	۷- ختنه کردن نوزاد
۲۰۰	۸- سوراخ کردن گوش
۲۰۰	رابطه ولادت و روزهای ماه قمری
۲۰۲	تأثیر رابطه مادر و نوزاد
۲۰۹	اهمیت شیر مادر
۲۱۳	مستحبات دوران شیردهی
۲۱۳	روش شیردادن نوزاد
۲۱۴	الف- شیردادن با پستان مادر
۲۱۷	ب- شیردادن با شیشه (بطری)
۲۲۰	جلوگیری و رفع قولنج
۲۲۱	روش دوشیدن شیر
۲۲۳	راههای افزایش شیر مادر
۲۲۶	شیر چه کسانی را نباید به فرزند داد
۲۲۷	شروع غذای کمکی و گرفتن از شیر
۲۳۱	خواب نوزاد

۲۳۴	بلند کردن و زمین گذاشتن نوزاد
۲۳۴	الف- بلند کردن نوزاد
۲۳۶	ب- زمین گذاشتن نوزاد
۲۳۷	گریه نوزاد و راههای آرام کردن نوزاد
۲۴۱	مراقبت‌های بهداشتی نوزاد
۲۴۱	۱- بند ناف
۲۴۲	۲- صورت و چشم‌ها، بینی و گوش
۲۴۳	۳- تعویض پوشک نوزاد
۲۴۵	۴- اسهال و یبوست
۲۴۸	۵- تب
۲۴۹	۶- بیماری‌های رایج در نوزادان
۲۵۰	۱- یرقان (زردی)
۲۵۰	۲- تب
۲۵۲	۳- تشنج
۲۵۳	۴- اسهال
۲۵۵	۵- استفراغ
۲۵۵	۶- مننژیت
۲۵۷	مراحل رشد و تکامل کودک
۲۶۷	ادعیه و اذکار مربوط به کودک
۲۷۲	نماز پدر برای فرزند
۲۷۳	فهرست منابع

پیشگفتار

«يَحْفَظُ الْأَطْفَالَ بِصَلَاحِ آبَائِهِمْ»^(۱)؛ «در سایه وجود والدین صالح و خوب، فرزندان شایسته و نسل‌های ارزنده به وجود می‌آید»

در دنیای کنونی که جامعه و افراد آن هر چه بیشتر به امور مادی و دنیوی توجه دارند و تمام تلاش و فکر خود را صرف پیروزی در تصاحب دنیا به کار گرفته‌اند غافل از اینکه هر چیزی در این جهان دارای هدف و کمال مطلوب است. انسان خود نیز جزء کوچکی از این دنیا است و از این قاعده مستثنی نیست، بلکه دست‌کردگار آفرینش در وجود او کمالی مطلوب را به ودیعه نهاده است که این کمال به عواملی چون: تربیت والدین در اوان کودکی و وحی قبل از ان (لقاح) بستگی دارد. لذا برای رسیدن به این هدف باید کمر همت را با تلاش و کار را از مبانی شروع نمود چرا که ایجاد جامعه سالم در گرو فرزندان صالح است که همچون بذری در دامن مادران صالحه شکفته می‌شوند.

طی احادیثی که از بزرگان دین به دست ما رسیده است، اساس سعادت و شقاوت آدمی در شکم مادرپی‌ریزی می‌شود و به موجب آن اثری و تحقیقات دانشمندان جهان، رحم سهم بسیار مهمی در خوشبختی و بدبختی انسان دارد. پس فرزندان در شکم مادر خلاصه‌ای از مجموعه صفات ظاهری و معنوی پدر و مادر و اجداد دور دست خویش هستند و ده‌ها عوامل گوناگون وراثت می‌تواند در آنان تأثیرهای کوچک و بزرگ و همچنین مفید یا مضری داشته باشد.

در سایه یک ازدواج سالم و با در نظر گرفتن اصول تربیتی اسلامی است

که می‌توان سلامت نسل آینده را تضمین نمود. کودک بیشترین ارتباط را با مادر دارد و اوست که می‌تواند با پرورش صحیح فرزند، جامعه‌ای را به سوی اصلاح یا فساد و تباهی بکشاند؛ چرا که کودک همچون خمیر بازی است که شکل و فرم اصلی او به دست مادر صورت می‌پذیرد؛ در حقیقت مادر در رشد و تربیت فرزند نقش بسزایی دارد. مادر است که سعادت و خوشبختی جامعه را در تمام عرصه‌های اجتماعی، فرهنگی، علمی و... با تربیت فرزندان صالح رقم می‌زند، لذا اصل محور تربیتی خانواده، «مادر» است.

مادر با بخواهد فرزندی سالم و سعادتمند داشته باشد باید قبل از بارداری و حتی قبل از ازدواج با مسؤولیت‌های یک مادر و یک همسر خوب آشنا باشد چرا که چنین در شکم مادر از همان ابتدا که نطفه بسته می‌شود با مادر ارتباط و تقیم دارد و اعمال و رفتار و حرکات مادر در روح کودک تأثیر گذار است.

با توجه به اینکه در تربیت انسان، مادر رابطه نزدیک و خونی با فرزند دارد، که حتی این رابطه به قبل از تولد فرزند (دوره بارداری و ازدواج) بر می‌گردد و در سایه آن شخصیت اولیه فرزند از طریق مادر شکل می‌گیرد؛ لذا در این کتاب به جنبه تربیتی مادر و نقش او پرداخته ایم.

ما مسلمانان اگر بخواهیم در امر تربیت فرزندان خود موفق باشیم باید روش‌هایمان با اصول علمی تطبیق کند و با مبانی تربیت اسلامی توافق داشته باشد. لذا تلاش نمودیم مجموعه خود را با توجه به مبانی غنی اسلامی (احادیث، روایات و...)، که هم از نظر پزشکی و هم تربیتی به انسان و تربیت آن پرداخته است جمع‌آوری نموده و از آن میان به مسئله بارداری بپردازیم که امید است مورد توجه مادران جوان قرار گیرد.