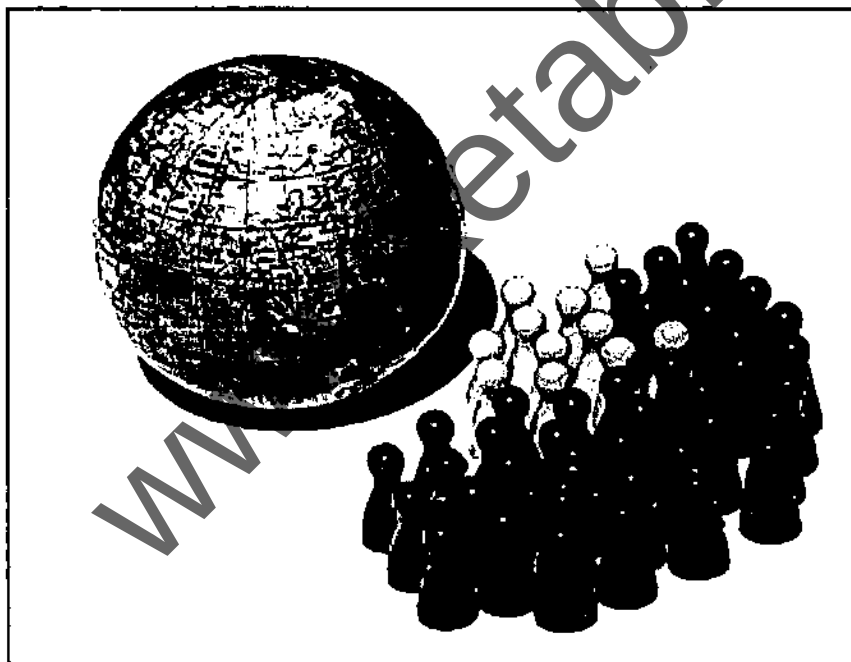


جمعیت، تنظیم خانواده و بهداشت باروری

براساس آخرین سرفصل تعیین شده از سوی وزارت علوم
و وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی



تألیف و گردآوری: شیرین شهبازی صیقلده

(رتبه یک آزمون ورودی دکترای بهداشت باروری سال ۱۳۸۸)

دانشجوی دکترای تخصصی بهداشت باروری

عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی، واحد ورامین پیشوا

سرشناسه	:	شهپازی صیقلده، شیرین، ۱۳۵۴ -
عنوان و نام پدیدآور	:	جمعیت، تنظیم خانواده و بهداشت باروری/تالیف و گردآوری شیرین شهپازی صیقلده.
مشخصات نشر	:	تهران: تحفه: نشر و تبلیغ بشری.
مشخصات ظاهری	:	۱۸۰ ص: مصور، جنول.
شابک	:	۹۷۸-۹۶۴-۸۵-۵-۷۱-۹
یادداشت	:	کتابنامه.
موضوع	:	تنظیم خانواده
موضوع	:	جمعیت‌شناسی
رده بندی کنگره	:	۱۳۹۰ ج۸۳/ش۷۶۶/ HQ
رده بندی دیویی	:	۶۶۳/۹۶
شماره کتابشناسی ملی	:	۲۳۷۷۵۷۴

نام کتاب: جمعیت، تنظیم خانواده و بهداشت باروری

مؤلف: شیرین شهپازی صیقلده

ناشر: انتشارات تحفه با همکاری بشری مرکز نشر علوم پزشکی

طرح جلد: سبیده کفاسی

چاپ و صحافی: طنین

تیراژ: ۵۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۰

قیمت: ۵۵۰۰۰ ریال

مرکز پخش

تهران - خیابان انقلاب - ضلع شرقی دانشگاه تهران - خیابان قدس - پلاک ۳ - واحد ۴ و ۶

تلفن: ۶۶۴۰۶۴۱۵، ۶۶۴۶۵۸۰۶ فکس: ۶۶۹۵۵۹۱۶

لینک اینترنتی از سایت www.msps.ir مقدور می‌باشد.

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۲۸ است. هر کس تمام یا قسمتی از این اثر را بدون اجازه مؤلف (ناشر) نشر یا پخش یا عرضه کند مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

بنام خداوند جان و خرد کزین برتر اندیشه برنگذرد

با حمد و سپاس به درگاه یگانه هستی‌بخش و تشکر از تمامی مسوولینی که در انتشار این کتاب به من یاری رسانده‌اند، این کتاب را به همه دانشجویان عزیز رشته‌های غیرپزشکی تقدیم می‌کنم.

در سال‌هایی که مدرس درس جمعیت‌شناسی و تنظیم خانواده در رشته‌های غیرپزشکی بودم، مشاهده کردم که ارائه این درس بعنوان یک واحد عمومی نه اختصاصی، منجر به استقبال کمتر دانشجویان از این واحد درسی می‌شود. در حالی که این واحد بخصوص برای دانشجویان دختر رشته‌های غیرپزشکی بسیار اهمیت دارد. زیرا تنها واحدی است که آنها را کمی با ساختمان و عملکرد دستگاه باروری زنان آشنا می‌کند، به بسیاری از سوالات ذهن و ترس‌های پنهان آنها پاسخ می‌دهد و در نهایت آنها را با نحوه کنترل باروری خود آشنا می‌سازد.

آشنایی با راه‌های صحیح و مطمئن پیشگیری از بارداری، یکی از راه‌های حفظ و ارتقاء سلامت زنان است. از آنجایی که در این زمینه کتاب‌های ارزشمندی تألیف شده است، اینجانب با راهنمایی گرفتن از این کتاب‌ها و همچنین پاسخ دادن به بعضی از ابهاماتی که همواره در کلاس‌های تنظیم خانواده با آن روبرو بودم، درصدد گردآوری و تالیف این کتاب برآمدم. هرچند نتوانستم آنطور که شایسته دانشجویان عزیز است در این کتاب به همه سوالات آنها پاسخ دهم اما تا آنجایی که مقدور بود سعی کردم با ساده کردن مطالب، فهم و بخاطر‌سپاری آنها را آسان‌تر کنم. پیشاپیش از همه دانشجویانی که این کتاب را مطالعه می‌کنند، تشکر می‌کنم و امیدوارم در آینده شاهد انتشار کتاب‌های باشیم که به کمبودهای این کتاب پاسخ می‌دهند.

در پایان از مادرم که همواره مشوق و حمایتگر من در زمینه انجام کارهای علمی هستند تشکر کرده و این کتاب را به ایشان تقدیم می‌دارم.

"من دو بار از راه زندگی نمی‌گذرم پس هر سعادتی و هر خیر و کمکی که باید به ابناء نوع خود برسانم در همین ایام محدود عمر است. نباید هیچ چیز مرا از انجام این تکلیف باز دارد، زیرا عمر دوباره به کسی داده نشده است."

دیل کارنگی

شیرین شهبازی صیقله

فهرست مطالب

عنوان

صفحه

فصل اول: جمعیت و جمعیت‌شناسی

۲	تعریف جمعیت و جمعیت‌شناسی
۲	شاخه‌های جمعیت‌شناسی
۳	انواع جمعیت
۴	ویژگی‌های جمعیت
۴	تعداد جمعیت
۴	توزیع جمعیت
۵	ساخت جمعیت
۸	شاخص‌های جمعیتی
۸	شاخص‌های مرگ‌ومیر
۱۰	شاخص‌های باروری
۱۱	شاخص‌های مربوط به ازدواج و طلاق
۱۲	شاخص‌های مهاجرت
۱۲	حرکات جمعیت
۱۳	باروری
۱۳	مرگ‌ومیر
۱۴	مهاجرت
۱۵	روش‌های کلاسیک مطالعه جمعیت
۱۶	چرخه جمعیت‌شناسی
۱۶	سیر تاریخی جمعیت جهان
۱۷	سیر تاریخی جمعیت ایران
۱۸	تاریخچه اندیشه‌های جمعیتی
۱۹	افزایش و پیش‌بینی جمعیت
۲۰	دو برابر شدن جمعیت
۲۱	مشکلات ناشی از جمعیت زیاد در جهان و ایران
۲۲	جنبه‌های اپیدمیولوژیک بهداشت و حرکات جمعیت
۲۳	تعریف اپیدمیولوژی
۲۳	شاخص‌های اپیدمیولوژی
۲۳	جنبه‌های اپیدمیولوژیک تنظیم خانواده
۲۵	جنبه‌های اپیدمیولوژیک حرکات جمعیت
۲۶	سیاست‌های جمعیتی، ضوابط و معیارهای مسایل جمعیتی
۲۷	سیاست تنظیم خانواده
۲۷	قلمرو خدمات تنظیم خانواده
۲۸	سیاست‌های جمعیتی ایران

۲۹	قانون تنظیم خانواده
۲۹	کنفرانس قاهره
۳۰	تاثیر تنظیم خانواده و فاصله‌گذاری در سلامت و بقای مادران و کودکان
۳۳	استراتژی‌ها و راهکارهای برنامه جمعیت و توسعه
۳۵	نکات منفی برنامه تنظیم خانواده در ایران
۳۵	نکات مثبت برنامه تنظیم خانواده در ایران
۳۵	نقش مردان در برنامه‌های تنظیم خانواده
۳۶	مشاوره تنظیم خانواده
۳۸	برنامه‌ریزی، آموزش و ارزشیابی برنامه‌های تنظیم خانواده

فصل دوم: ساختمان و عملکرد دستگاه تناسلی

۴۲	دستگاه تناسلی زنان
۴۵	آسیب‌های ولو
۵۰	فیزیولوژی قاعدگی
۵۱	تکامل و عملکرد تخمدان
۵۳	اعمال استروژن و پروژسترون
۵۴	قطع قاعدگی (آمنوره)
۵۴	درد قاعدگی (دیسمنوره)
۵۶	سندرم پیش از قاعدگی
۵۶	دستگاه تناسلی مردان
۵۸	عملکرد بیضه
۵۸	ساختمان لگن

فصل سوم: بهداشت باروری

۶۱	تعریف بهداشت باروری
۶۱	بهداشت ازدواج
۶۱	خانواده
۶۳	بررسی‌های قبل از ازدواج
۶۳	آموزش و مشاوره درباره معیارهای انتخاب همسر
۶۴	مراحل ارتباط
۶۶	بررسی‌های آزمایشگاهی قبل از ازدواج
۶۸	واکسیناسیون زنان قبل از ازدواج
۶۹	مشاوره ژنتیک
۷۰	آموزش روش‌های پیشگیری از بارداری
۷۰	بهداشت بلوغ
۷۲	تفسیرات جسمی دوران بلوغ
۷۲	علامه جسمی بلوغ در پسران
۷۳	علامه جسمی بلوغ در دختران

۷۴	تغذیه نوجوانان
۷۶	تغذیه نوجوانان
۷۶	عقوت‌های زنان
۷۷	واژینوز باکتریال
۷۸	عقوت قارچی
۷۸	عقوت تریکومونایی
۷۹	پیشگیری و درمان بیماری‌های مقاربتی
۷۹	انواع بیماری‌های مقاربتی
۷۹	سوزاک
۸۰	سیفلیس
۸۱	هپاتیت ب
۸۲	سندرم نقص ایمنی اکتسابی
۸۶	زگیل تناسلی
۸۷	تبخال تناسلی
۸۷	غربالگری سرطان‌های شایع زنان
۸۸	غربالگری سرطان دهانه رحم
۹۱	غربالگری سرطان پستان
۹۲	خودآزمایی پستان
۹۳	ماموگرافی
۹۳	پهداشت جنسی
۹۶	اختلال عملکرد جنسی در زنان
۹۸	بارداری و زایمان
۱۰۰	نشانه‌های بارداری
۱۰۲	مراقبت بارداری
۱۰۲	نیازهای تغذیه‌ای زنان در دوران بارداری
۱۰۴	مشکلات شایع زنان باردار
۱۰۷	زایمان و دوران بعد از آن
۱۰۹	تغذیه با شیر مادر
۱۱۱	ناباروری
۱۱۵	دوران یائسگی

فصل چهارم: روش‌های پیشگیری از بارداری

۱۲۰	تاریخچه روش‌های پیشگیری از بارداری
۱۲۰	انواع روش‌های پیشگیری از بارداری
۱۲۱	تناسب روش‌های مختلف
۱۲۱	روش‌های سنتی پیشگیری از بارداری
۱۲۲	روش نزدیکی منقطع
۱۲۲	شستشوی واژن پس از مقاربت

۱۲۲	روش شیردهی.....
۱۲۳	خودداری یا پرهیز دوره‌ای از مقاربت.....
۱۲۳	روش تقویمی.....
۱۲۴	روش تعیین درجه حرارت بدن.....
۱۲۴	روش بررسی ترشحات دهانه رحم.....
۱۲۴	روش علامتی حرارتی.....
۱۲۵	فراورده‌های اسپرم‌کش.....
۱۲۶	روش‌های سدکننده جلوگیری از بارداری.....
۱۲۶	کاندوم مردانه.....
۱۲۷	کاندوم زنانه.....
۱۲۷	کلاهک دهانه رحم.....
۱۲۹	دیافرآگم واژینال.....
۱۲۹	اسفنج واژینال.....
۱۲۹	لی شیلد.....
۱۳۱	سدکننده‌های شیمیایی یا میکروب‌کش‌ها.....
۱۳۱	وسیله داخل رحمی.....
۱۳۰	عقیم‌سازی مردان.....
۱۳۳	عقیم‌سازی زنان.....
۱۳۷	روش‌های ضدبارداری تزریقی.....
۱۵۰	آمپول سه‌ماهه یا دیوپروورا.....
۱۵۰	آمپول سیکلوفم یا لونه.....
۱۵۰	آمپول نوراتیندرون اتانات و مسیگنا.....
۱۶۰	قرص‌های ترکیبی پیشگیری از بارداری.....
۱۶۴	قرص پروژسترونی یا شیردهی.....
۱۶۵	روش اورژانس پیشگیری از بارداری.....
۱۶۵	سقط انتخابی.....
۱۶۶	روش‌های جدید پیشگیری از بارداری.....
۱۶۹	روش‌های جلوگیری از بارداری در مردان.....
۱۷۱	فهرست منابع.....