



دانشگاه علوم پزشکی
وزارت بهداشت و درمان ایران
معاونت بهداشتی

باروری زنان از قاعدگی تا یائسگی

تهیه و تدوین :

دکتر مهتا سنگستانی

نرگس باباخانی

مهسا سنگستانی

زیر نظر دکتر مطهره علامه

دکتر شهلا نوری

با همکاری

نغمه عطار عباسی

سنگستانی، مهتا

باروری زنان از قاعدگی تا یائسگی / مؤلفان: دکتر مهتا سنگستانی، نرگس باباخانی
مهشا سنگستانی ویراستاران: دکتر مهتا سنگستانی، زهرا اسکندری - همدان:

۱۳۹۰ - کتابا

۲۷ ص: مصور عکس (بخش رنگی)

ISBN:978-600-92978-0-1

فهرست نویسی بر اساس اطلاعات فیبا.

کتابنامه: ص ۲۷

۱. بهداشت زنان: ۲. باروری: ۳. یائسگی. الف. باباخانی، نرگس ب. سنگستانی، مهشا. ج.
سنگستانی مهتا، اسکندری، زهرا. د. عنوان.

۱/۶۱۸

RG ۱۳۱/۱۳۱

نام کتاب: باروری زنان از قاعدگی تا یائسگی

مؤلفان: دکتر مهتا سنگستانی، نرگس باباخانی، مهشا سنگستانی

زیر نظر دکتر مطهره علامه و دکتر شهلا نووری

بهمکاری نغمه عطار عباسی

ویرایش: دکتر مهتا سنگستانی و زهرا اسکندری

طراحی و صفحه آرایی: گیتی همدان

چاپ و صحافی: گیتی همدان

تیراژ: ۱۰۰۰ جلد

شابک: ۹۷۸ - ۶۰۰ - ۹۲۹۷۸ - ۰ - ۱

صفحه	عنوان
۱	مقدمه
۲	ساختمان و عملکرد دستگاه تناسلی زنان
۴	دوره باروری در زنان
۶	چرخه قاعدگی
۸	علت چرخه های قاعدگی
۸	حاملگی و شیر دهی
۹	طول مدت حاملگی
۱۰	یائسگی
۱۲	علائم و عوارض یائسگی
۲۱	یائسگی و رفتار جنسی
۲۲	مشکلات شایع پس از یائسگی
۲۳	کنترل علائم و پیشگیری از عوارض
۲۶	توصیه های غیر دارویی
۳۱	درمان های دارویی
۳۴	پیوست
۳۷	منابع و مآخذ

مقدمه

امروزه زنان به عنوان محور سلامت خانواده و به تبع آن محور سلامت جامعه به شمار می آیند. گرچه زنان و مردان در برخورداری از سلامت و بهداشت به یک اندازه محق هستند و آموزش و ارائه مراقبتهای بهداشتی پیشگیرانه در کل زندگی اهمیت دارد اما زنان به دلیل مشکلات ناشی از شرایط طبیعی جسمی خود (حاملگی، زایمان، یائسگی و...) بیشتر در معرض ناتوانی قرار دارند و از طرفی با توجه به اهمیت سلامت جسمی و روان کودکان، مادران به عنوان اولین و مهمترین مراقب و مربی کودک باید از سلامت جسمی، روانی و اجتماعی کافی برخوردار باشند. به همین منظور باید به بهداشت و سلامت در دوران بلوغ، ازدواج، بارداری، شیردهی و یائسگی توجه کرد. از آنجائی که زنان حدوداً یک سوم عمر خود را در دوره پس از یائسگی طی می کنند و در این زمان علاوه بر مشکلات ناشی از پایان دوره باروری زن به دلیل افزایش سن با مشکلات ناشی از سالمندی نیز مواجه می شود، برای حفظ سلامتی، نیاز به توجه و مراقبت بیشتری دارند. یائسگی به انسان یادآوری می کند که زمان آموزش فرارسیده است و در زنان یائسه توجه به مسائل بهداشتی به ویژه بیماری های قلبی عروقی و پوکی استخوان بسیار با اهمیت است.

ساختمان و عملکرد دستگاه تناسلی زنان

دستگاه تناسلی زنان شامل ۲ قسمت خارجی و داخلی است.

مهل (واژن): واژن عضو لوله ای شکلی است که بین محیط بیرون و قسمتهای داخلی دستگاه تناسلی ارتباط برقرار می کند. در واقع واژن خارجی ترین قسمت کانال زایمان و محلی است که امکان مقاربت را فراهم می کند. به علاوه مجرای برای خروج ترشحات و خونریزی قاعدگی است. واژن دارای غددی است که به طور طبیعی آن را مرطوب و انقباض نگه می دارند. در دهانه خارجی واژن، پرده بکارت (هایمن) وجود دارد که به اشکال حلقوی، مشبک، ارتجاعی و دیواره دار دیده می شود. پاره شدن پرده بکارت عامل خونریزی پس از اولین مقاربت است. اما لازم است بدانیم در انواع حلقوی و ارتجاعی ممکن است خونریزی دیده نشود.

در موارد استثنایی پرده بکارت بدون منفذ است و پس از بلوغ و با شروع خونریزی قاعدگی، به دلیل عدم خروج و تجمع خون در واژن باعث درد و ایجاد توده در زیر شکم می شود که در این صورت مراجعه به پزشک ضروری است.

رحم: عضو گلابی شکل داخل لگن است که دارای یک بدنه و یک دهانه است. رحم داخل لگن آویزان است و توسط رباط هایی به دیواره لگن متصل می گردد. بدنه رحم قسمت اصلی رحم بوده و دیواره داخلی آن محل خونریزی قاعدگی و همچنین محل رشد و نمو جنین است. دهانه رحم ارتباط بین واژن و رحم را برقرار کرده و قسمت داخلی کانال زایمان را تشکیل می دهد. سرطان دهانه رحم که یکی از سرطان های شایع در زنان است، در مراحل اولیه قابل تشخیص و درمان می باشد.