

ویراست دوازدهم



پرستاری داخلی - جراحی
برونر و سودارث

پوستان و سوختگی

۱۲

سوزان س. اسملتزر (FAAN, RN, EdD.)
برندا می. پیر (MSN, RN)
جانیس ال. هینکل (CNRN, RN, PhD.)
کری اچ. پیویر (RN, PhD.)

ترجمه:

مریم نمادی وثوق / آسیه موحدپور
اعضای هیأت علمی دانشگاه آزاد اردبیل
اسماعیل شریعت
عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد

ویرایش:

صدیقه سالمی

عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران

مجموعه‌ی کامل ۳۰ استار

- ۱ مفاهیم پایه**
شاهرخ علی‌نیا
عضو هیات علمی دانشگاه آزاد سمنج
دانشجوی دکترای پرستاری
- ۲ مفاهیم بیوفیزیکی و روانی اجتماعی**
دکتر ژیلایا عابد سعیدی
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی شهید بهشتی
- ۳ درد، الکترولیت، شوک، سرطان، و...**
دکتر عابد سعیدی / دکتر یارسانکتا براهیمی / تذکری
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی شهید بهشتی
- ۴ اتاق عمل**
آلیس خاچیان
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی ایران
دانشجوی دکترای پرستاری
- ۵ تنفس**
مرضیه شبان / شادان پدرام
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی تهران
نیرو براهیمی
- ۶ قلب، عروق و خون**
ژاله محمدعلیها / صدیقه عاممی
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی ایران
- ۷ گوارش**
مریم عالیخانی
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی ایران
- ۸ کبد و غدد**
احمدعلی اسدی نوقایی / دکتر تاهید دهقان نیری
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی تهران
- ۹ کلیه و مجاری ادراری**
زهرا نساچه / مریم حضرتی
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری علوم پزشکی شیراز
- ۱۰ تولیدمثل و پستان**
دکتر ژیلایا عابد سعیدی / دکتر صدیقه مجابی
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی شهید بهشتی
- ۱۱ ایمنی، آیدز، آلرژی، روماتولوژی**
فرروزان آتشزاده
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی شهید بهشتی
دانشجوی دکترای پرستاری
- ۱۲ پوست و سوختگی**
مریم نمادی وثوق / آسیه موحدپور
اعضای هیات علمی دانشگاه آزاد اردبیل
اسماعیل شریعت
عضو هیات علمی دانشگاه آزاد
- ۱۳ چشم و گوش**
محموده علی‌اصغریور
طاهره نجفی
اعضای هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی تهران و ایران
- ۱۴ مغز و اعصاب**
زهرا مشتاق
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی شهید بهشتی
- ۱۵ عضلانی و اسکلتی**
فریبا نصیری زیبا
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی ایران
- ۱۶ عفونی و اورژانس**
ژاله محمدعلیها
عضو هیات علمی دانشکده پرستاری و مامایی ایران

مریم نمادی و ثوق

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اردبیل
گروه پرستاری و مامایی

خلاصه سوابق علمی، آموزشی و تحقیقاتی

- ❖ کارشناس ارشد و مدرس پرستاری داخلی و جراحی
- ❖ مدیر گروه پرستاری دانشگاه آزاد اردبیل
- ❖ استاد نمونه دانشگاه آزاد - سال ۸۲
- ❖ رئیس کمیته توانمندسازی اعضای هیأت علمی در EPC دانشگاه آزاد اردبیل
- ❖ داوری بیش از ۵۰ عنوان پایان نامه پزشکی

آسیه موحدپور

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اردبیل
گروه پرستاری و مامایی

خلاصه سوابق علمی، آموزشی و تحقیقاتی

- ❖ دانشجوی رتبه اول کارشناسی و کارشناسی ارشد
- ❖ کارشناس ارشد و مدرس پرستاری داخلی و جراحی
- ❖ سابقه تدریس در دانشگاه علوم پزشکی اردبیل به مدت ۳ سال
- ❖ دارای چندین طرح پژوهشی و مقاله در همایش های ملی و بین المللی
- ❖ داوری پایان نامه های پزشکی
- ❖ مؤلف و مترجم پرستاری

اسماعیل شریعت

عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد
گروه پرستاری و مامایی

خلاصه سوابق علمی، آموزشی و تحقیقاتی

- ❖ کارشناس ارشد داخلی و جراحی
- ❖ مدرس پرستاری داخلی و جراحی دانشکده پرستاری و مامایی تهران
- ❖ مؤلف و مترجم پرستاری

مراقبت‌های شواهدمحور گسترش یافته‌اند تا فرصت‌هایی برای بهبود یافتن مهارت‌های تصمیم‌گیری بالینی پرستار باشد.

سازماندهی

درسنامه‌ی پرستاری داخلی - جراحی برونر و سودارت، ویرایش دوازدهم، در ۱۶ بخش سازماندهی شده است. بخش‌های ۱ تا ۴ آن، مفاهیم اصلی مربوط به اقدامات پرستاری داخلی و جراحی را پوشش می‌دهد. بخش‌های ۵ تا ۱۶ در مورد بیماری‌های بالینی که از طریق طبی یا جراحی درمان می‌شوند، بحث می‌کند. هر یک از بخش‌های مربوط به بیماری‌های بالینی، برای فهم آسان، به شیوه‌ی زیر سازماندهی شده است:

اولین فصل هر بخش، به بررسی و شناخت می‌پردازد و شامل مروری بر آناتومی و فیزیولوژی دستگاهی از بدن است که مورد بحث قرار می‌گیرد. فصل‌های بعدی هر بخش، به بحث درباره‌ی درمان اختلالات ویژه می‌پردازند. پاتوفیزیولوژی، تظاهرات بالینی، بررسی و یافته‌های تشخیصی، تدابیر پزشکی و تدابیر پرستاری، مورد بحث قرار می‌گیرند. بخش‌های فرآیند پرستاری اختصاصی برای بیماری‌های مهم تدارک دیده شده است تا نقش پرستاران در مراقبت از بیماران مبتلا به این اختلالات را روشن کرده و گسترش دهد.

مطالب مهم

مطالب مبتنی بر نقش

پرستاران در هنگام مراقبت پرستاری، نقش‌های مختلف زیادی ایفا می‌کنند. بسیاری از اجزای این درسنامه برای کمک به پرستاران جهت انجام این نقش‌های مختلف توسعه یافته است.

نخستین ویراست درسنامه‌ی پرستاری داخلی - جراحی برونر و سودارت در سال ۱۹۶۴ و به رهبری لیلیان شولتیس برونر و دوریس اسمیت سودارت منتشر شد. لیلیان و دوریس یک درسنامه‌ی پرستاری داخلی - جراحی بنیاد نهادند که کلاسیک شده است.

پرستاری داخلی - جراحی از سال ۱۹۶۴ مسیر طولانی را پیموده است اما در ادامه توسط دامنه‌ی وسیعی از علم، پزشکی، جراحی، و تکنولوژی و نیز چالش‌های بی‌شمار اجتماعی، فرهنگی، اقتصادی، و محیطی سرتاسر جهان به شدت تحت تأثیر قرار گرفته است. پرستاران باید مهارت‌های حرفه‌ای خاصی در زمینه‌های تفکر انتقادی و تصمیم‌گیری بالینی و همچنین در زمینه‌های مشاوره و همکاری با سایر اعضای تیم چندرشته‌ای مراقبت بهداشتی کسب کنند.

همراه با چالش‌های رودرروی پرستاران امروز، در مجموعه‌های مختلف مراقبت بهداشتی، فرصت‌های زیادی برای ارائه مراقبت پرستاری حرفه‌ای و دلسوزانه‌ی بیماران در مراحل مختلف بیماری، در طی پیوستار سنی وجود دارد. همزمان فرصت‌های خوبی برای پرورش فعالیت‌های ارتقای سلامت افراد گروه‌ها وجود دارد؛ این بخش مکمل ارائه‌ی مراقبت پرستاری است.

در ادامه‌ی اولین ویراست قدیمی لیلیان و دوریس، دوازدهمین ویراست درسنامه‌ی داخلی - جراحی برونر و سودارت برای کمک به پرستاران جهت ارائه‌ی نقش‌ها و مسئولیت‌هایشان در سیستم پیچیده‌ی ارائه‌ی مراقبت بهداشتی طراحی شده است. یکی از اهداف درسنامه، ارائه توجه متعادل به علم و هنر پرستاری داخلی - جراحی بالین است. درسنامه بر مفاهیم فیزیولوژی، پاتولوژی، و روانی - اجتماعی مرتبط با پرستاری تمرکز دارد، و بر تلفیق مفاهیم مختلف رشته‌های دیگر از قبیل تغذیه، فارماکولوژی و سالمندی تأکید می‌کند.

متون مرتبط با نیازهای مراقبت بهداشتی، معلولین، یافته‌های تحقیقات پرستاری، ملاحظات اخلاقی و نیز

پرستار در نقش متخصص

یکی از نقش‌های اصلی پرستار، انجام مراقبت کل‌نگر از بیماران و خانواده‌هایشان، هم به صورت مستقل و هم با مشارکت سایر متخصصین مراقبت بهداشتی است. بسیاری از مطالب در **سازماندهی پرستاری داخلی - جراحی** بر **نور** و **سودا**رت به منظور کمک به دانشجویان برای اقدامات بالینی طراحی شده است.

قسمت‌های فرآیند پرستاری. فرآیند پرستاری، پایه‌ی همه‌ی اقدامات پرستاری است. قسمت‌های خاص سراسر متن، بر اساس چارچوب فرآیند پرستاری سازماندهی شده است تا مسئولیت‌های پرستاران را در مراقبت از بیماران مبتلا به اختلالات مهم، روشن سازد.

برنامه‌های مراقبت پرستاری. این برنامه‌ها برای بیماری‌های مهم مدارک دیده شده که چگونگی استفاده از فرآیند پرستاری برای رودرویی با مراقبت پرستاری افراد و نیازهای پرستاری را تشریح می‌کند.

کاربرد مفاهیم NIC، NANDA، و NOC **NANDA، NIC و NOC** هر بخش با یک

مطالعه‌ی موردی و نیز نمایی که مثال‌هایی از واژه‌های مربوط به آن مطالعه‌ی موردی را تشریح می‌نماید، شروع می‌شود. نقشه‌های مفهومی که نشان دهنده‌ی تصویری از نمای NIC، NANDA و NOC برای هر مطالعه‌ی موردی است، در وبسایت مربوط به کتاب به نشانی زیر: thepoint.lww.com/Smeltzer12c آمده است.^(۱) این مطالب دانشجو را با طبقه‌بندی و بیان مفاهیم NANDA، NIC و NOC و کاربرد آن‌ها در زندگی آشنا می‌کند.

نماهای بررسی کاربرد. این نماها به دانشجو کمک می‌کنند تا توجه خود را بر اطلاعاتی متمرکز کند که به عنوان بخشی از مرحله بررسی فرآیند پرستاری لازم است.

نماهای عوامل خطر. این نماها توجه دانشجو را به عوامل احتمالی مغل سلامت، معطوف می‌کنند.

نماهای رهنمودها. این نماها، مداخله‌های پرستاری کلیدی و دلایل منطقی آن‌ها برای موقعیت‌های مراقبت از بیماران خاص را بررسی می‌کنند.

نماها و جدول‌های فارماکولوژی. نماها و جدول‌های فارماکولوژی، ملاحظات مهم مربوط به تجویز داروها و پایش دارویی را خاطرنشان می‌کنند.

هشدارهای پرستاری. این بخش‌های خاص شامل توصیه‌های کوتاهی برای اقدامات بالینی و اخطارهای قرمز برای کمک به دانشجویان جهت اجتناب از اشتباهات رایج است.

مراقبت‌های ویژه. این بخش‌های خاص، بر ملاحظات فرآیند پرستاری در مراقبت از بیماران ویژه تأکید می‌کنند.

ملاحظات سالمندی. در ایالات متحده، سالمندان سریع‌ترین بخش جمعیت رو به رشد جامعه را تشکیل می‌دهند و این علامت در سرخطها، نماها، و جدول‌های مربوط به اطلاعات مرتبط با سالمندان و به‌خصوص بیماران سالمند است.

نماهای ژنتیک در اقدامات پرستاری. این نماها به طور خلاصه، نقش علم ژنتیک در بسیاری از اختلالات را مشخص می‌کنند.

تصاویر فیزیولوژی/پاتوفیزیولوژی. این شکل‌ها و الگوریتم‌ها، به دانشجویان برای فهم فرآیندهای فیزیولوژی و پاتوفیزیولوژی کمک می‌کنند.

پرستار در نقش آموزش دهنده

آموزش بهداشت از مسئولیت‌های مهم حرفه‌ی پرستاری است. مراقبت پرستاری به سوی ارتقا، تداوم و بازگرداندن سلامت، پیشگیری از بیماری، و کمک کردن به بیماران و خانواده‌هایشان جهت سازش با اثرات باقیمانده‌ی بیماری پیش می‌رود. آموزش به شکل آموزش به بیمار و ارتقای بهداشت، در مرکز همه این فعالیت‌های پرستاری قرار دارد. **نماهای آموزش به بیمار.** این نماها، به پرستاران کمک می‌کند تا بیماران و خانواده را برای اقدامات آماده کنند؛ به آنها کمک کنند تا وضعیت بیمار را بفهمند و برای آن‌ها توضیح دهند که چگونه پس از ترخیص از بیمارستان، از خودشان مراقبت کنند.

فهرست بازبینی مراقبت در منزل. فهرست بازبینی، شامل نکاتی می‌باشد که به عنوان

بخشی از آموزش به بیمار، قبل از ترخیص از بیمارستان باید یادآوری شوند.

نماهای ارتقای بهداشت. این نماها شامل نکات مهمی است که پرستار باید به منظور پیشگیری از مشکلات شایع سلامتی، در مورد آن‌ها با بیمار صحبت کند.



پرستار در نقش مدافع بیمار

پرستاران با حمایت از حقوق بیمار (از جمله حق مراقبت بهداشتی)، به عنوان مدافع آن‌ها عمل کرده و به بیماران و خانواده‌هایشان کمک می‌کنند تا درباره‌ی مراقبت بهداشتی، تصمیم آگاهانه‌ای بگیرند.



نماهای اخلاقی و موارد مربوطه. این نماها، یک سناریو را بازگو می‌کنند، توصیفی است از وضعیت‌های احتمالاً دشوار اخلاقی مطرح‌شده در سناریو و فهرستی از سؤالات درباره‌ی سناریو که بحث و گفتگو را برمی‌انگیزد.

پرستار در نقش محقق

پرستاران برای افزایش دانش و ارتقای مراقبت از بیمار، مشکلات و سؤالات احتمالی تحقیق را تعیین می‌کنند. استفاده و ارزیابی یافته‌های پژوهشی در اقدامات پرستاری، برای آینده‌ی پرستاری ضروری است. **شرح‌های پژوهش پرستاری.** این نماها، مفاهیم و نیز کاربردهای یافته‌های پژوهشی در اقدامات پرستاری را تعیین می‌کنند.



سؤالات اقدام شواهدمحور. این علامت، پس از تمرینات تفکر پویا می‌آید و دانشجویان را تشویق می‌کند تا درباره علت اقدامات پرستاری خاص، فکر کنند. بخش مکمل نشریات، دسترسی رایگان به مقالات بیش از ۷۰ عنوان تشریه را درباره سؤالات اقدام شواهدمحور متن، به دانشجویان پیشنهاد می‌کند.

مطالب آموزشی

اهداف آموزشی. هر فصل با فهرستی از اهداف آموزشی شروع می‌شود. این اهداف مروری است بر مطالب فصل، و به تمرکز هنگام مطالعه کمک می‌کند.

واژه‌نامه‌ها. واژه‌نامه‌ها که در شروع هر فصل آمده‌اند به دانشجویان این اجازه را می‌دهند که قبل از مطالعه‌ی فصل، مروری بر تمرین لغات داشته باشند و در حین مطالعه نیز به عنوان یک مرجع مفید، آن را مورد استفاده قرار دهند.

تمرین‌های تفکر پویا. این سؤالات که در آخر هر فصل آمده است، با به چالش کشیدن دانشجو جهت کاربرد دانش درسنامه برای سناریوهای بالینی، او را به تفکر وادار می‌دارد.

ارجاعات و مطالب خواندنی برگزیده. فهرستی از منابع استنادی رایج در آخر هر فصل آمده است. **منابع.** فهرست منابع در پایان هر فصل، خواننده را برای منابع اطلاعاتی بیشتر، تارنماها، آژانس‌ها، و مواد آموزش بیمار هدایت می‌کند.

بسته‌ی جامع آموزش و یادگیری

برای آموزش و یادگیری بیشتر، یک بسته‌ی جانبی دقیق نیز در دسترس شماست. علاوه بر منابع چاپی موجود، ابزارهای چندرسانه‌ای دیگری نیز مرتبط با متن ارائه شده است.

منابع برای دانشجویان

DVD-ROM^(۱) با تأثیر متقابل (به زبان انگلیسی). که ضمیمه ترجمه‌های ۱۶ جلدی



است. این DVD-ROM به دانشجویان کمک می‌کند تا دانش خود را بسنجند و درک پرستاری داخلی - جراحی را ارتقا بخشند.

این DVD-ROM با تأثیر متقابل، شامل موارد زیر است:

- ❖ بیش از ۷۰۰ سؤال سازماندهی شده بر اساس بخش‌ها
- ❖ ۲۵۰۰ سؤال به سبک NCLEX
- ❖ ویدئوهای اقدامات پرستاری
- ❖ شبیه‌سازی‌های بالینی
- ❖ فرهنگ صوتی انگلیسی - اسپانیایی
- ❖ تکنیک‌های دارویی
- ❖ ابزارهای یادگیری دیگر

- ❖ درسنامه‌های PowerPoint، یادداشت‌های درسی و آزمون‌های قبل از درس
- ❖ بانک تصویری
- ❖ عناوین بحث و تکالیف
- ❖ منابع برای دانشجویان و مدرسان

دانشجویان و مدرسان جهت دستیابی به منابع چند- رسانه‌ای برای بهبود یادگیری خویش، می‌توانند به سایت thepoint.lww.com مراجعه کنند^(۴).

تولید این منابع - درسنامه و بسته‌ی جانبی - برای ما بسیار خوشایند است. یکی از اهداف اصلی در تولید این منابع، کمک به پرستاران و دانشجویان پرستاری در ارائه مراقبت مطلوب به بیماران و خانواده‌هایشان در واحدهای ارائه‌ی خدمات در منزل است.

امیدواریم که توانسته باشیم به هدفمان برسیم، و از هرگونه بازخوردی از طرف خوانندگان استقبال می‌کنیم.

برندا جی. بیر
کری ایچ. چوپیر

سوزان س. اسملتزر
جانیس ال. هینکل

راهنمای مطالعه‌ی پرستاری داخلی - جراحی برونر و سودارث ویرایش دوازدهم^(۳). دارای تمرینات مختلف مرتبط با متن کتاب است که می‌تواند برای یادگیری مؤثر باشد.

درسنامه‌ی پرستاری داخلی - جراحی برونر سودارث ویرایش دوازدهم^(۳). دارای اطلاعات ضروری حدود ۲۰۰ بیماری شایع به ترتیب حروف الفبای لاتین و فارسی است.

منابع برای مدرسان

- ❖ DVD-ROM منبع مدرسان^(۵). این DVD ROM به زبان انگلیسی بوده و شامل موارد زیر است:
- ❖ مرور و بحث درباره‌ی طرح سؤال از سراسر متن، شامل بیش از ۲۰۰۰ سؤال به شیوه‌ی NCLEY
- ❖ برنامه‌ی درسی ساده برای دوره‌های یک، دو و سه ترمی
- ❖ راهبردهای آموزش مؤثر

- ۳- ویرایش ۲۰۰۴ آن توسط این انتشارات چاپ شده است علاقمندان می‌توانند استفاده کنند
- ۴- ترجمه‌ی دقیق و روان آن با کیفیت عالی توسط همین ناشر منتشر شده است.
- ۵- علاقمندان می‌توانند ضمن سفارش کتاب اریجنال به ناشر خارجی، این DVD را سفارش دهند.
- ۶- استفاده از اطلاعات این بخش، نیازمند خرید کد دسترسی با کارت اعتباری بین‌المللی است.

- ۱- به علت عدم دسترسی به رمز ورود به این سایت برای دانشجویانی که از ترجمه‌ها استفاده می‌کنند، نقشه‌های مفهومی هر بخش در پایان کتاب مربوطه آورده شده است (استفاده از اطلاعات این بخش، نیازمند خرید کد دسترسی توسط کارت اعتباری بین‌المللی است).
- ۲- به خریداران مجموعه‌ی کامل ۱۶ جلدی، این DVD به صورت رایگان تعلق می‌گیرد.

بخش ۱۲ / پوست و سوختگی..... ۱۱	۶۵..... تبخال
مطالعه‌ی موردی..... ۱۱	۶۸..... عفونت‌های قارچی پوست (میکوتیک)
طبقه‌بندی‌های پرستاری و بیان مفاهیم..... ۱۲	۶۸..... آلودگی‌های انگلی پوست
	۶۸..... پدیکولوزیس: آلودگی با شپش
	۷۱..... گال (خرب)
فصل ۵۵ / بررسی عملکرد پوست..... ۱۳	۷۲..... درماتیت تماسی
اهداف یادگیری..... ۱۳	۷۳..... درماتوزهای التهابی غیر عفونی
واژه‌نامه..... ۱۳	۷۳..... پسوریازیس
مروری بر آناتومی و فیزیولوژی..... ۱۴	۸۱..... درماتیت (ورقه‌ای)
بررسی..... ۲۱	۸۳..... بیماری‌های تاولی
ارزشیابی تشخیصی..... ۳۵	۸۳..... پمفیگوس
تمرینات تفکر پویا..... ۳۶	۸۴..... پمفیگوئید تاولی
	۸۵..... درماتیت هرپتی فرم
فصل ۵۶ / رسیدگی به بیماران دچار مشکلات پوستی..... ۳۹	فرآیند پرستاری / مراقبت از بیمار مبتلا به
اهداف یادگیری..... ۳۹	بیماری‌های تاولی..... ۸۵
واژه‌نامه..... ۳۹	نکرولیز کشنده‌ی ایدرم و سندرم استیونس -
مراقبت پوستی در بیماران مبتلا به مشکلات پوستی..... ۴۰	جانسون..... ۸۸
مراقبت از زخم در مشکلات پوستی..... ۴۱	فرآیند پرستاری / مراقبت از بیمار مبتلا به نکرولیز
خارش..... ۵۰	سمی ایدرم و نشانگان استیونس - جانسون..... ۸۹
خارش عمومی..... ۵۰	زخم‌ها..... ۹۳
خارش اطراف مخرج و پرینه..... ۵۲	تومورهای پوست..... ۹۴
اختلالات ترشخی..... ۵۳	تومورهای خوش خیم پوست..... ۹۴
هیدراندی تیس چرکی..... ۵۳	تومورهای بدخیم پوست..... ۹۶
درماتوزهای چرب (سبورئیک)..... ۵۴	کارسینوم سلول‌های بازال و سنگفرشی..... ۹۶
آکنه و لگاریس..... ۵۵	ملانوم بدخیم..... ۱۰۱
درماتوزهای عفونی..... ۶۰	فرآیند پرستاری / بیمار با ملانومای بدخیم..... ۱۰۴
عفونت‌های باکتریایی پوست..... ۶۰	تومورهای متاستازدهنده به پوست..... ۱۰۷
زردن زخم..... ۶۰	سارکوم کاپوزی..... ۱۰۸
فولیکولیت، دمل و کورک..... ۶۱	جراحی ترمیمی پلاستیک و پوستی..... ۱۰۸
عفونت‌های ویروسی پوست..... ۶۳	پوشاندن زخم‌ها: گرافت‌ها (پیوندها) و فلاپ‌ها..... ۱۰۹
زونا یا هرپس زوستر..... ۶۳	پروسیجرهای زیبایی..... ۱۱۱

