

به نام خدا



مؤسسه فرهنگی هنری
دیباگران تهران

بهداشت و تغذیه مادر و کودک و تنظیم خانواده

(خلاصه درس، پرسش‌های چهارگزینه‌ای و پاسخنامه)

(ویژه آزمون‌های کارشناسی و کارشناسی ارشد مامایی)

مؤلفان

شهناز گلیان تهرانی

(عضو هیأت علمی دانشگاه علوم پزشکی تهران)

زهره مؤمنی موحد

فائزه غفوری

هرگونه چاپ و تکثیر از محتویات این کتاب بدون اجازه کتبی
ناشر ممنوع است. متخلفان به موجب قانون حمایت حقوق
مؤلفان، مصنفان و هنرمندان تحت پیگرد قانونی قرار می گیرند.

بهداشت و تغذیه مادر و کودک و تنظیم خانواده
خلاصه درس، پرسش های چهارگزینه ای و پاسخنامه
ویژه آزمون های کارشناسی ارشد مامایی

مؤلفان: شهناز گلستان تهران - زهره مؤمنی موحّد - فائزه غفوری

ناشر: مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران

حروفچینی و صفحه آرایی: مجتمع فنی تهران

طرح روی جلد: مجتمع فنی تهران

چاپ: ادیبان ایران

نوبت چاپ: اول

تاریخ نشر: اردیبهشت ماه ۱۳۹۳

تیراژ: ۵۰۰ نسخه

قیمت: ۱۶۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۱۲۴-۳۳۴-۹

ISBN: 978-600-124-334-9

سرشناسی: مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران، شهناز، ۱۳۲۹-
عنوان: بهداشت و تغذیه مادر و کودک و تنظیم خانواده (خلاصه درس، پرسش های
چهارگزینه ای و پاسخنامه) مؤلفان: شهناز گلستان تهران، زهره مؤمنی موحّد، فائزه غفوری.
مشخصات نشر: تهران: مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری: ۱۲۴-۳۳۴-۹ شابک: 978-600-124-334-9
وضعیت فهرست نویسی: فیا
موضوع: دانشگاه ها و مدارس عالی - ایران - مؤلفان
موضوع: مادر و کودک -- بهداشت - سلامت - موزن (عالی)
موضوع: مادر و کودک -- بهداشت -- آزمون ها - آزمون های (عالی)
موضوع: بارداری -- بهداشت -- راهنمای (عالی)
موضوع: بارداری -- بهداشت -- آزمون ها و تمرین ها (عالی)
موضوع: تنظیم خانواده -- راهنمای آموزشی (عالی)
موضوع: تنظیم خانواده -- آزمون ها و تمرین ها (عالی)
شناسه افزوده: مؤمنی موحّد، زهره، ۱۳۶۵-
شناسه افزوده: غفوری، فائزه، ۱۳۶۶-
رده بندی کنگره: ۱۳۹۳ ۹۷۸۷۳۳۴۳/۹۷۸۷۳۳۴۳ LB۲۲۴۵۳/۹۷۸۷۳۳۴۳
رده بندی دیویی: ۴۷۸/۱۶۶۴
شماره کتابشناسی ملی: ۴۴۷۲۸۶۶

نشانی دفتر مرکزی: تهران، سعادت آباد، میدان کاج، خ سرو شرقی، روبه روی خ علامه، پلاک ۴۹

وب سایت: dibakaran.mft.info

صندوق پستی: ۱۴۳۳۵/۹۴۳

نشانی واحد فروش: تهران، میدان انقلاب، خ کارگر جنوبی، قبل از چهارراه لبافی نژاد، پلاک ۱۲۵۱

کد پستی: ۱۳۱۴۹۸۳۱۸۵

تلفن: ۲۲۰۸۵۱۱۱-۱۲

فروش اینترنتی: www.mftshop.com

پست الکترونیکی: bookmarket@mftmail.com

فهرست مطالب

مقدمه ناشر	۶
مقدمه مؤلفان	۷

فصل اول: اصول خدمات بهداشتی

مفهوم تندرستی و بیماری	۹
نشانه‌های بهداشتی	۱۵
پرسش‌های چهار گزینه‌ای	۲۶
پاسخنامه	۳۲

فصل دوم: بهداشت برای همه و PHC

بهداشت برای همه	۳۳
مراقبت بهداشتی اولیه (PHC)	۳۴
مراقبت‌های بهداشتی	۳۷
بهداشت بین‌المللی	۴۶
پرسش‌های چهار گزینه‌ای	۵۰
پاسخنامه	۵۲

فصل سوم: غربالگری و سطوح پیشگیری

غربالگری	۵۳
پیشگیری	۵۵
پرسش‌های چهار گزینه‌ای	۵۹
پاسخنامه	۶۲

فصل چهارم: عفونت‌های بیمارستانی

عفونت بیمارستانی	۶۳
پرسش‌های چهار گزینه‌ای	۷۳
پاسخنامه	۷۳

فصل پنجم: رشد و نمو کودکان

۷۵.....	رشد و نمو.....
۹۹.....	پرسش‌های چهار گزینه‌ای.....
۱۰۴.....	پاسخنامه.....

فصل ششم: آموزش بهداشت

۱۰۵.....	آموزش بهداشت.....
۱۰۸.....	ارتباطات بهداشت.....
۱۱۰.....	مدیریت.....
۱۱۲.....	پرسش‌های چهار گزینه‌ای.....
۱۱۳.....	پاسخنامه.....

فصل هفتم: واکسیناسیون

۱۳۸.....	پرسش‌های چهار گزینه‌ای.....
۱۴۶.....	پاسخنامه.....

فصل هشتم: مراقبت‌های دوران بارداری

۱۶۸.....	پرسش‌های چهار گزینه‌ای.....
۱۷۷.....	پاسخنامه.....

فصل نهم: غربالگری پیش از ازدواج

۱۸۶.....	پرسش‌های چهار گزینه‌ای.....
۱۸۸.....	پاسخنامه.....

فصل دهم: جمعیت‌شناسی و تنظیم خانواده

۱۸۹.....	جمعیت‌شناسی.....
۱۹۳.....	تنظیم خانواده.....
۱۹۷.....	جلوگیری از حاملگی.....
۲۴۹.....	پرسش‌های چهار گزینه‌ای.....
۲۶۵.....	پاسخنامه.....

فصل یازدهم: تغذیه با شیر مادر

۲۶۷	ارتقای سلامت مادر و نوزاد
۲۷۲	تغذیه شیرخوار با شیر مادر
۲۸۶	تغذیه تکمیلی شیرخوار
۲۹۱	پرسش‌های چهارگزینه‌ای
۲۹۷	پاسخنامه

فصل دوازدهم: دوره نفاس

۲۹۹	دوره نفاس
۳۰۴	پرسش‌های چهارگزینه‌ای
۳۰۶	پاسخنامه
۳۰۷	فهرست منابع

www.ketab.ir

خط مشی کیفیت انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران در عرضه کتاب ملی است که بتواند

خواسته‌های به روز جامعه فرهنگی و علمی کشور را تا حد امکان پوشش دهد

حمد و سپاس ایزد منان را که با الطاف بی‌کران خود این توفیق را به ما ارزانی داشت تا بتوانیم در راه ارتقای دانش عمومی و فرهنگ این مرز و بوم در زمینه چاپ و نشر کتب علمی دانشگاهی، علوم پایه و به ویژه علوم کامپیوتر و انفورماتیک گام‌هایی هر چند کوچک برداشته و در انجام رسالتی که بر عهده داریم مؤثر واقع شویم. گستردگی علوم و توسعه روزافزون آن، شرایطی را به وجود آورده که هر روز شاهد تحولات اساسی چشمگیری در سطح جهان هستیم. این گسترش و توسعه نیاز به منابع مختلف از جمله کتاب را به میزان فزاینده‌تری و راحت‌ترین راه دستیابی به اطلاعات و اطلاع‌رسانی، بیش از پیش روشن می‌نماید. در این راستا، انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران با همکاری جمعی از اساتید، مؤلفان، مترجمان، پژوهشگران، محققان و نیز پرسنل ورزیده و ماهر در زمینه امور نشر درصدد هستند تا با تلاش بی‌وقفی و به منظور رفع کمبودها و نیازهای موجود، منابعی پربار، معتبر و با کیفیت مناسب در اختیار علاقه‌مندان قرار دهند.

کتابی که در دست دارید با همت "خانها و خانها گلپایه" تهرانی، زهره مؤمنی موحد و فائزه غفوری" و تلاش جمعی از همکاران انتشارات مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران که شایسته است از یکایک این گرامیان تشکر و قدردانی کنیم.

ویرایش و صفحه‌آرایی کامپیوتری: مهسا کوراوی - معصومه جی‌پور

ویراستار: فاطمه پورعبدال

کارشناسی و نظارت بر محتوا: زهره قزلباش - فاطمه سادات سرحیبی

طراح جلد: مینا دیده‌بان

ناظر چاپ: کریم براغ

در خاتمه ضمن سپاسگزاری از شما دانش‌پژوه گرامی درخواست می‌نمایم که به منظور دسترسی به آدرس dibagaran.mft.info (ارتباط با مشتری) فرم نظرسنجی را برای کتابی که در دست دارید تکمیل و ارسال نموده، انتشارات دیباگران تهران را که جلب رضایت و وفاداری مشتریان را هدف خود می‌داند، یاری فرمایید.

امیدواریم همواره بهتر از گذشته خدمات و محصولات خود را تقدیم حضورتان نماییم.

مدیر انتشارات

مؤسسه فرهنگی هنری دیباگران تهران

publishing@mftmail.com

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله و سلم

طَالِبُ الْعِلْمِ طَالِبُ الرَّحْمَةِ، طَالِبُ الْعِلْمِ رُكْنُ الْإِسْلَامِ وَيُعْطَى أَجْرُهُ مَعَ النَّبِيِّينَ؛

جویای دانش، جویای رحمت است. جوینده دانش، رکن اسلام است و پاداشش با پیامبران داده می‌شود.

بارداری و پرندآوری و مراقبت از مادر و کودک ویژگی و پیچیدگی خاصی دارد. با استناد به این ویژگی‌ها و گوناگونی مطالب مربوط به بهداشت مادر و کودک بر آن شدیم گامی در جهت تألیف و گردآوری این مطالب باشیم. این مجموعه، کتابی مشتمل بر خلاصه دروس، نکات، مطالب کلیدی و سؤالات مرتبط با آخرین سال‌های گذشته می‌باشد. این مجموعه با پیشی وسیع به رشته تحریر درآمده تا دانشجویان و اساتید باطلی و اساتید کارشناسی آزمون کارشناسی ارشد وزارت بهداشت بتوانند برای پاسخگویی به سؤالات از آن بهره‌مند شوند. در پایان بر خود لازم می‌دانیم از مدیریت محترم و کارکنان انتشارات دیباگران تهران که این مجموعه تقاضا داریم پیشرفتات خود را با انتشارات دیباگران تهران در میان بگذارند تا در نوبت‌های بعدی از نظرات ارزشمندشان استفاده کنیم.

شهناز گلیان تهرانی

زهره مؤمنی موحد

فائزه غفوری

momeni.z@gmail.com