

آنچه که باید قبل از بارداری بدانید

www.ketab.ir

سرشناسه	عفتی داریانی، فاطمه، ۱۳۶۴-
عنوان و نام پدیدآورندگان	آنچه که باید قبل از بارداری بدانید/ تالیف: فاطمه عفتی داریانی، اعظم محمدی، سمیه زارعی، فهیمه صحتی شفقانی.
مشخصات نشر	تبریز: انس، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری	۱ ج، رقعی.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۷۲۵۷-۱۵-۹
وضعیت فهرست‌نویسی	فیا.
موضوع	مشاوره.
شناسه‌های افزوده	محمدی، اعظم، ۱۳۶۴- زارعی، سمیه، ۱۳۶۵- صحتی شفقانی، فهیمه، ۱۳۴۴-
شماره کتابشناسی ملی	۳۷۸۵۱۱۱

به سفارش دانشگاه علوم پزشکی تبریز



آنچه که باید قبل از بارداری بدانید

گرد آورندگان:..... فاطمه عفتی داریانی- اعظم محمدی- سمیه زارعی- فهیمه صحتی
 ناشر: انس
 تیراژ: ۵۰۰ جلد
 نوبت چاپ: اول
 تعداد صفحه: ۱۴۰ صفحه
 تاریخ چاپ: ۱۳۹۴
 قطع: رقعی
 شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۷۲۵۷-۱۵-۹

Email: ons_pub@yahoo.com

حق چاپ محفوظ می‌باشد

مرکز پخش و فروش

تبریز، خ شریعتی جنوبی، جنب پاساژ زرغامی، اول کوی مستشاردوم

تلفن: ۳۵۵۶۰۸۶۶ - همراه: ۰۹۱۴۴۱۴۳۶۱۳

قیمت: ۶۰۰۰ تومان

باتوجه به شرف روز افزون علم پزشکی دریافت مراقبت و مشاوره قبل از بارداری زتنساز داشتن یک بارداری سالم ترنگ کند است بلکه از بروز

بیماری از مشکلات طاقهت فرسای مین بارداری جلوگیری می کند و نقش بسیار مهمی در سلامت مادر و کودک در مین بارداری و پس از آن دارد از این رو

انجام مراقبت های قبل از بارداری زتنساز برای مادرانی که سانه منگی را از قبل ذکر می کنند بلکه در تمام مادن توصیه می شود تا بتوانند دوران بارداری را

بدون مشکل طی نمایند

بارداری و زایمان دودیده کلا طبیعی محسوب می شود که پیش از این که نیازمند مداخله ای طبی باشد حیات و همراهی مادر را میطلبد. در واقع حاملگی مثل بلوغ و

یا سگی یکی از دوران های مهم و بحرانی زندگی یک زن تلقی می شود که طی آن مایه تحلی در جهت تحول و طاقنی صورت گیرد تا نقش مادی به سزیه زنده شود

زندگی قبل از تولد آغاز می شود و رشد متداول کودکان ما، ارتباط تنگاتنگ با سلامت جسم و روان مادر و بارداری دارد. عدم آگاهی مادر و پدر در این

ماه های حیاتی می تواند اثرات جبران ناپذیری در سلامت آینده سازان فروای جاسه بگذارد. هدف ما آماده کردن قبل از بارداری و افزایش شناخت

پدران و مادران نسبت به تغییرات بوجود آمده و ارتقای بهداشت خود و فرزند آینده شان و همچنین استفاده از خدمات های لازم است تا مادران آینده

توانند با توانمندی جسمی و اعتماد بنفس بیشتر این مرحله ای جدید زندگی را آغاز نمایند.

فهرست

۹	فصل اول: پیش از یک بارداری طبیعی
۱۰	چرا باید مشاوره و مراقبت قبل از بارداری انجام شود؟
۱۲	آیا سن مادر هنگام بارداری اهمیت دارد؟
۱۴	اگر بارداری بدون برنامه‌ریزی قبلی انجام شود ممکن است چه مشکلاتی به وجود بیاید؟
۱۴	آیا بارداری سبب ایجاد اندام نامتناسب خواهد شد؟
۱۵	آیا چاقی زن بر قدرت باروری تاثیر دارد؟
۱۶	آیا چاقی با بیماری تخمدان پلی کیستیک (PCOS) ارتباط دارد؟
۲۰	سندرم متابولیک چیست و چه مشکلاتی را بدنبال خواهد داشت؟
۲۰	آیا ورزش قبل و حین بارداری مشکلی ایجاد میکند؟
۲۱	آیا مصرف قهوه و چای در دوران قبل از بارداری و بارداری ضرر دارد؟
۲۲	آیا سیگار کشیدن همسر میتواند سبب مشکل در جنین شود؟
۲۲	مصرف مشروبات الکلی ممکن است چه مشکلاتی را در بارداری ایجاد کنند؟
۲۳	تعیین جنسیت نوزاد قبل از بارداری چگونه است و به چه روشهایی قابل انجام است؟
۲۶	آیا چیزهایی در خانه یا محل کار هست که مضر باشد؟
۲۷	آیا مصرف دارو در دوران قبل از بارداری برای مادر و جنین وی در دوران بارداری اشکالی دارد؟
۲۸	چه کسانی باید آزمایشات پیش از تولد را انجام دهند؟
۲۹	عواقب حاملگی نوجوانی
۳۱	حاملگی پس از ۳۵ سالگی احتمال چه مشکلاتی را به همراه خواهد داشت؟
۳۴	تغذیه مناسب برای مادران سن بالا
۳۴	آزمایشات پیش از بارداری در ویزیت اول پزشک، چه آزمایشاتی هستند؟
۳۵	آزمایش خون برای ارزیابی چه مواردی انجام می‌گیرد؟
۳۷	تست پاپ اسمیر (تست بررسی سرطان گردن رحم)
۳۸	چرا آزمایش ادرار قبل از بارداری باید انجام شود؟
۳۹	واکسیناسیون قبل از بارداری برای چه کسانی نیاز است؟
۴۱	آیا بیماریهای منتقله از راه تماس جنسی قبل از بارداری برای بارداری و باردار شدن مشکل

ایجاد می کنند؟

۴۱ آیا بررسی از نظر مشکلات روانی ضروری است؟

۴۱ رژیم غذایی قبل از بارداری شامل چه موادی و به چه مقداری هستند؟

۴۵ آیا مواد و روشهایی برای زیبا شدن نوزاد وجود دارد؟

۴۹ اگر حاملگی ناخواسته رخ دهد چکار باید بکنیم؟

۵۰ منظور از سلامت روانی چیست؟ آیا احتیاج است که از این نظر قبل از بارداری اقدامی انجام

دهیم؟

۵۱ تستهای بررسی حاملگی خانگی تا چه حدی در تشخیص بارداری دقت دارند؟

۵۲ چگونه از تست حاملگی خانگی استفاده کنیم؟

۵۵ در صورتی که آزمایشات و مشاوره های قبل از بارداری را به طور کامل انجام دهیم تا چه

مدت اعتبار دارند؟

۵۵ آیا وضعیت اقتصادی خانواده میتواند بر سلامت مادر و کودک او تاثیر داشته باشد؟

۵۶ چه موقعی حق دارم دیگر از روشهای جلوگیری از بارداری استفاده نکنم و به طور دائم جهت

بارداری آنها را قطع کنم؟

۵۶ مشاوره ژنتیک چیست؟

۵۶ چه افرادی باید مشاوره ژنتیک انجام بدهند؟

۶۱ آیا در همه موارد زایمان طبیعی امکان پذیر است؟

۶۳ مقایسه زایمان طبیعی با سزارین

۶۴ آزمایشات قبل از بارداری چه آزمایشاتی هستند؟

فصل دوم: اختلالات طبی مزمن

۶۷ کمخونی چیست و چرا کمخونی باید قبل از بارداری بررسی و درمان بشود؟

۷۱ دیابت چیست؟

۷۳ عوارض دیابت حاملگی

۷۳ بیماری صرع چیست و در صورتی که مادری مبتلا به بیماری صرع باشد چه باید بکند؟

۷۵ در صورت ابتلاء به بیماری قلبی برای اقدام به بارداری چه باید کرد؟

۷۷ تنگی میترال

۷۸ تنگی آنورت

۷۹ نارسایی میترال و آنورت

- ۷۹ آیا بیماری در چغدهای بارداری را تحت تاثیر قرار می دهد؟
- ۸۲ بررسی بیماری های ژنتیکی چقدر اهمیت دارد؟
- ۸۲ نقایص لوله عصبی
- ۸۳ فنیل کتونوری (PKU) یا بیماری شربت افرا
- ۸۳ بیماری تی ساکس (Tay Sachs)
- ۸۴ تالاسمی
- ۹۱ آسم چیست و مبتلایان به آسم چه اقداماتی باید قبل از بارداری انجام دهند؟
- ۹۱ بیماریهای کلیوی چه تاثیری بر بارداری خواهند داشت و قبل از بارداری چه اقداماتی باید انجام داد؟
- ۹۱ افرادی که سابقه ابتلاء به سرطان دارند قبل از بارداری چه باید بکنند؟
- ۹۲ بیماری خود ایمنی چیست و این افراد چه اقداماتی را باید قبل از بارداری انجام دهند؟
- ۹۲ بیماری لوپوس اریتماتوی سیستمیک (SLE)
- ۹۳ سندرم آنتی فسفولیپید
- ۹۴ بارداری و سندرم آنتی فسفولیپید
- ۹۴ مولتیپل اسکلروزیس یا بیماری ام اس چیست و قبل از بارداری باید چه اقداماتی انجام داد؟ ...
- ۹۵ کنترل بیماری ام اس در حاملگی چگونه است؟
- ۹۶ زایمان و بیهوشی در مادران مبتلا به ام اس چگونه است؟
- ۹۶ مصرف دارو و درمان در طی حاملگی مادران ام اس چگونه خواهد بود؟
- ۹۷ مراقبتهای بارداری در افراد مبتلا به ام اس چگونه خواهد بود؟
- ۹۷ اقدامات پس از زایمان در افراد مبتلا به ام اس چه اقداماتی هستند؟
- ۹۸ شیردهی در مادران مبتلا به ام اس چگونه خواهد بود؟
- ۹۸ درمان عود در دوره پس از زایمان در افراد مبتلا به ام اس چگونه خواهد بود؟
- ۹۸ عوامل تعدیل کننده بیماری ام اس چه عواملی هستند؟
- ۹۹ شروع مجدد اینترفرون پس از زایمان از چه زمانی خواهد بود؟
- ۹۹ ارزیابی بیماری سل قبل از بارداری به چه دلیلی اهمیت دارد؟
- ۱۰۰ زنان مبتلا به بیماریهای تیروئید قبل از بارداری چه اقداماتی باید انجام بدهند؟
- ۱۰۰ آیا لازم است که زنان مبتلا به کم خونی قبل از بارداری مشاوره بشوند و اقدام خاصی را انجام بدهند؟

بیماریهای منتقله از راه تماس جنسی (بیماریهای آمیزشی) چه بیماریهای هستند و قبل از

- ۱۰۰ بارداری چه باید کرد؟
- ۱۰۱ سیفلیس
- ۱۰۴ سوزاک
- ۱۰۵ کلامیدیا
- ۱۰۶ تبخال تناسلی
- ۱۰۸ زگیل تناسلی
- ۱۰۹ چه کسانی نیاز به مشاوره ژنتیک قبل از اقدام به بارداری دارند؟
- ۱۱۰ ایدز چیست و زنان مبتلا به ایدز قبل از بارداری چه باید بکنند؟
- ۱۱۱ هپاتیت چیست و چه کسانی در معرض خطر ابتلاء به هپاتیت هستند؟
- ۱۱۷ آیا بیماریهای دهان و دندان تاثیری بر سلامت مادر و کودک دارد؟
- ۱۱۷ سلامت دندانها در بارداری
- ۱۲۰ تهوع و استفراغ صبحگاهی یا Morning Sickness و تاثیر بر دندان
- ۱۲۱ آیا درمان مشکلات دندان و دهان قبل از بارداری ضروری است؟
- ۱۲۲ آیا پرفشاری مزمن خون قبل از بارداری ممکن است باعث مشکلاتی در بارداری شود؟
- ۱۲۴ راهبردها و شواهد ارزیابی حاملگی در افرادی که مبتلا به پرفشاری خون قبل از بارداری هستند چگونه است؟
- ۱۲۵ پایش جنینی در مادران مبتلا به پرفشاری خون چگونه است؟
- ۱۲۶ شیردهی در مادرانی که دچار پرفشاری مزمن خون هستند چگونه خواهد بود؟
- ۱۲۶ اختلالات روانی در دوران قبل از بارداری چه اهمیتی دارند؟
- ۱۲۷ خطرات مربوط به جنین در مادرانی که بیماری روانی دارند چه هستند؟
- ۱۲۷ نشانگان تخمدان پر از کیست (PCOS) چیست و سبب چه مشکلاتی میشود؟
- ۱۳۲ تست هوش در مورد تغذیه دوران بارداری
- ۱۳۶ منابع