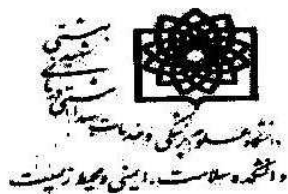


۱۳۱۰.۹۸۰



سلامت

و

بهداشت خانواده

تألیف و گردآوری

دکتر محمد حسین وزیری

عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشت

با همکاری

فهیمة وزیری

فاطمه صفری

یاسر وزیری

مرضیه قربانی مطلق

سرشناسه	:	وزیری، محمدحسین، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پدیدآور	:	سلامت و بهداشت خانواده/ تالیف و گردآوری محمدحسین وزیری؛ با همکاری فهیمه وزیری، فاطمه صفری، یاسر وزیری؛ [برای] دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی، دانشکده سلامت، ایمنی و محیط زیست.
مشخصات نشر	:	تهران: آوای جامعه، ۱۳۹۳.
مشخصات ظاهری	:	۱۹۲ص: مصور، جدول.
شابک	:	978-600-94926-1-9
فهرست نویسی	:	فیبا
یادداشت	:	واژه‌نامه.
یادداشت	:	کتابنامه: ص. [۱۸۱]؛ همچنین به صورت زیرنویس.
موضوع	:	بهداشت جنسی
موضوع	:	خانواده‌ها
موضوع	:	خانواده‌ها — بهداشت
شناسه افزوده	:	وزیری، فهیمه، ۱۳۶۸ -
شناسه افزوده	:	فری، فاطمه، ۱۳۷۱ -
شناسه افزوده	:	ری، یاسر، ۱۳۶۷ -
شناسه افزوده	:	دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی، دانشکده سلامت، ایمنی و محیط زیست
رده بندی کنگره	:	۱۳۳۳ / ۸۸۲ / ۳۳
رده بندی دیویی	:	۶۱۰ / ۹۵
کتابشناسی ملی	:	۱۳۵۹۶۰۱

نام کتاب: سلامت و بهداشت خانواده

تألیف و گردآوری: دکتر محمد حسین وزیری

با همکاری: فهیمه وزیری، فاطمه صفری، یاسر وزیری، مرضیه قربانی مطلق

ناشر: نشر آوای جامعه با همکاری نشر بشری

چاپ و صحافی: نارنجستان

تیراژ: ۱۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۳

قیمت: ۱۱۵۰۰۰ ریال

فروشگاه: تهران - خیابان انقلاب - ضلع شرقی دانشگاه تهران - خیابان قدس - پلاک ۳ - واحد ۴ و ۵

تلفن: ۰۶۶۴۴۶۵۸۰۶، ۰۶۶۴۰۶۴۱۵ فکس: ۰۶۶۴۹۷۸۵۴

دفتر مرکزی: تهران - خیابان انقلاب - ضلع شرقی دانشگاه تهران - خیابان قدس - پلاک ۳ - واحد ۵

تلفن: ۰۶۶۴۹۸۲۸۵، ۰۶۶۴۱۰۲۵۶ فکس: ۰۶۶۹۵۵۹۱۶

فرید اینترنتی از سایت www.mspc.ir مقدور می‌باشد.

این اثر، مشمول قانون حمایت مؤلفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۴۸ 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.

فصل اول - فیزیولوژی و آناتومی دستگاه تولید مثل انسان

۱	بخش اول: اعمال تولید مثلی و هورمونی مردانه
۲	اسپرماتوژنز
۲	مراحل اسپرماتوژنز
۴	عوامل هورمونی که اسپرماتوژنز را تحریک می کنند
۴	بلوغ اسپرم در آیدیم
۵	عملکرد کیسه های منی
۶	عملکرد غده پروستات
۶	منی (Semen)
۸	تأثیر دما
۸	آنزیم های آکروزوم، واکنش آکروزوم و نفوذ در تخمک
۹	تکامل بیشتر اسپرم
۱۰	عمل جنسی مرد
۱۰	محرک عصبی انجام عمل جنسی مرد
۱۰	مراحل عمل جنسی مرد
۱۲	اختلالات عملکرد جنسی مرد
۱۲	غده پروستات و ناهنجاری های آن
۱۳	اختلال نعوظ در مردان
۱۳	اسپرم سازی غیرطبیعی و اختلال در باروری مرد
۱۴	کریپتورکیدیسم
۱۵	هیپوگنادیسم مردانه
۱۷	تومورهای بیضه و هیپرگنادیسم در مردان

بخش دوم: سیستم تناسلی زنانه

۱۸	چرخه قاعدگی:
۱۸	چرخه تخمدانی
۲۱	چرخه رحمی
۲۲	قاعدگی طبیعی
۲۲	چرخه های بدون تخمک گذاری
۲۳	تغییرات دوره ای در گردن رحم
۲۳	چرخه واژینال

۲۳	تغییرات دوره ای در پستان ها
۲۳	تغییرات حین مقاربت
۲۴	شاخص های تخمک گذاری
۲۴	اثرات استروژن ها بر پستان ها
۲۵	خصوصیات جنسی ثانویه زنانه
۲۵	سایر اعمال استروژن ها
۲۶	حاملگی
۲۶	لقاح و لانه گزینی
۲۷	عدم پس زدن جنین توسط بدن مادر
۲۷	زایمان
۲۹	شیردهی
۲۹	تکامل پستان ها
۲۹	ترشح و تخلیه شیر
۳۰	آغاز ترشح شیر پس از زایمان
۳۰	اثر شیردهی بر چرخه قاعدگی

فصل دوم - بلوغ

۳۲	کنترل آغاز بلوغ
۳۳	بلوغ زودرس و دیررس
۳۳	بلوغ زودرس جنسی
۳۴	بلوغ دیررسی (تاخیری) یا عدم بلوغ
۳۴	خصوصیات جنسی ثانویه

فصل سوم - بیماریهای منتقله از راه جنسی (STDs)

۳۸	نشانه های بالینی بیماری های منتقله از راه آمیزش جنسی
۳۸	۱. ترشح از پیشابراه (Urethral Discharge)
۳۸	۲. ترشح از واژن (Vaginal Discharge)
۳۹	۳. زخم ناحیه تناسلی
۳۹	عفونت HIV و AIDS
۴۰	سبب شناسی
۴۰	همه گیری شناسی
۴۰	پاتوفیزیولوژی و ایمونپاتوژنز
۴۱	عفونت اولیه
۴۱	استقرار عفونت مزمن و پایدار
۴۱	بیماری پیشرفته HIV
۴۲	ناهنجاری های ایمنی در بیماری HIV

۴۲	پاسخ ایمنی به عفونت HIV
۴۲	تشخیص عفونت HIV
۴۳	پایش آزمایشگاهی بیماران مبتلا به عفونت HIV
۴۴	تظاهرات بالینی عفونت HIV
۴۴	سندرم حاد HIV (رتروویروسی)
۴۴	عفونت بدون علامت
۴۵	HIV و کارکنان مراقبت های بهداشتی
۴۶	واکسن
۴۶	پیشگیری
۴۶	ارزیابی میزان خطر مواجهه
۴۷	ارزیابی فرد مواجهه یافته
۴۸	مدیریت مواجهه با مواد های غیرجنسی
۴۹	مشاوره بعد از مواجهه با HIV
۵۰	پیشگیری
۵۰	هیپاتیت حاد
۵۰	هیپاتیت های ویروسی
۵۱	هیپاتیت B (HBV)
۵۲	پیامد بالینی
۵۲	تشخیص
۵۲	همه گیری شناسی
۵۲	پیشگیری
۵۲	هیپاتیت C (HCV)
۵۲	سیربالینی
۵۳	تشخیص
۵۳	همه گیری شناسی
۵۳	پیشگیری
۵۳	هیپاتیت مزمن
۵۳	سبب شناسی
۵۳	طبقه بندی بافت شناسی
۵۳	تظاهرات بالینی
۵۴	هیپاتیت B مزمن
۵۴	هیپاتیت B
۵۶	همه گیری شناسی و مشخصه های جهانی
۵۸	هیپاتیت C
۶۱	ویژگی های آزمایشگاهی

فصل چهارم - مشاوره ازدواج

۶۹	ویژگی های زیستی:
۶۹	قیافه و هیئت ظاهر
۷۰	آگاهی از آسیب پذیرفتگی های پیش رونده و سخت درمان
۷۰	برخورداری از سلامت روانی و تعادل عاطفی
۷۲	عدم اعتیاد و عدم وابستگی به مواد روان گردان و تصاویر مجازی
۷۳	ب: ویژگی های شخصیتی و مهارت های رفتاری مورد انتظار از داوطلبان ازدواج و همسران آرامشگر
۷۳	الف) مثبت اندیشی
۷۴	ب) امیدبخشی و امیدآفرینی
۷۴	ج) عفو و بخشایشگری
۷۵	و) بی تکلیفی ساده زیستی
۷۵	ه) گشاده رویی و تکریم گری و حرمت گذاری
۷۶	خ) خیرخواهی و خیرآفرینی
۷۶	ط) صفابخشی و نایب خوب
۷۶	ی) قدرشناسی و سپاسگری
۷۷	س) صداقت و صراحت
۷۷	ص) تلاش مداری و آفرینندگی
۷۸	م) توکل بر خدا
۷۸	همسران آرامشگر و جاذبه های دل آرام
۷۸	همسران آرامشگر و دقت مستمر در خطر جاذبه های هیئت ظاهر
۷۸	جاذبه های نگاه های پر از احساس و محبت
۷۹	جاذبه زبان و گیرایی کلام
۸۲	جاذبه های رفتاری و مطلوبیت منش ها
۸۴	جاذبه ها و ظرافت های خاص همسری
۸۵	جاذبه های زیستی، روانی و ارتباطی همسران
۹۱	ملاطفت نوازش کلامی و حس همسر

فصل پنجم - مراقبت های قبل و حین دوران بارداری

۹۶	مراقبت های پیش از بارداری
۹۶	ویزیت پیش از بارداری
۹۷	اولین ویزیت پس از بارداری
۹۷	معاینه
۹۷	تست های آزمایشگاهی
۹۷	کشت ترشحات تناسلی
۹۸	زمان ویزیت در بارداری طبیعی

۹۸.....	ویزیت بعدی
۹۹.....	بررسی های آزمایشگاهی و پاراکلینیک
۹۹.....	۱. بررسی سلامت جنین با تست های غربالگری
۹۹.....	۲. غربالگری دیابت بارداری
۱۰۰.....	۳. تعیین آنتی بادی ضد RH در بیماران RH منفی (کومیس تست)
۱۰۰.....	۴. غربالگری عفونت تناسلی
۱۰۰.....	گفتگو با فرد و خانواده اش
۱۰۲.....	تجویز ویتامین ها
۱۰۳.....	ورزش
۱۰۳.....	موارد ممنوعیت مطلق ورزش
۱۰۴.....	ویار
۱۰۴.....	تهوع و استفراغ
۱۰۵.....	سیالواره
۱۰۵.....	سوزش سردل
۱۰۵.....	یبوست
۱۰۵.....	ضعف و بی حالی
۱۰۶.....	واریس و هموروئید
۱۰۶.....	دردهای ناگهانی ساق پا
۱۰۶.....	کمر درد
۱۰۶.....	درد ناحیه کشاله ران
۱۰۶.....	آمیزش جنسی
۱۰۷.....	شغل
۱۰۷.....	تکرر ادرار
۱۰۷.....	تغییرات پوست و مو
۱۰۷.....	ترشحات واژینال
۱۰۷.....	افت فشار خون
۱۰۷.....	اشعه x
۱۰۸.....	مسافرت
۱۰۸.....	واکسیناسیون
۱۰۸.....	میگرن و درمان آن
۱۰۹.....	صرع

فصل ششم - ناباروری

۱۱۳.....	عوامل شغلی و تأثیر آن بر ناباروری
۱۱۶.....	زوج نابارور
۱۱۷.....	فیزیولوژی و آسیب شناسی باروری

۱۱۸.....	علت های اصلی ناباروری
۱۱۸.....	عوامل ناباروری در مردان
۱۲۰.....	عوامل ناباروری در زنان
۱۲۱.....	عوامل صفاقی و لوله ای ناباروری
۱۲۲.....	عوامل مختلط
۱۲۲.....	آزمون پس از آمیزش جنسی
۱۲۳.....	نقص در باروری
۱۲۳.....	نارسایی در جایگزینی تخم بارور
۱۲۳.....	درمان
۱۲۳.....	عوامل مربوط به مرد
۱۲۴.....	عوامل مربوط به زن
۱۲۵.....	جاگذار، مصنوعی منی اهدا کننده (IVF)

فصل هفتم - سقط جنین از دیدگاه اسلام

۱۲۸.....	سقط جنین در ایران
۱۳۰.....	موارد مجاز به سقط درمانی طبق رویه سازمان نظام پزشکی
۱۳۳.....	قانون سقط جنین درمانی
۱۳۳.....	سقط جنین و لوح روح
۱۳۳.....	سقط جنین در قانون مجازات اسلامی
۱۳۴.....	روش های سقط جنین غیرایمن
۱۳۵.....	مباحثات در زمینه سقط جنین

فصل هشتم - تاریخچه تنظیم خانواده و دیدگاه ادیان

۱۴۰.....	تاریخچه
۱۴۱.....	تعریف
۱۴۱.....	هدف
۱۴۲.....	توجیه ضرورت
۱۴۳.....	دین اسلام و تنظیم خانواده
۱۴۵.....	علل جایز بودن روش های پیشگیری از بارداری در اسلام
۱۴۶.....	نظر علما و فقهای اهل سنت
۱۴۷.....	مسیحیت و تنظیم خانواده
۱۴۸.....	دین یهود و تنظیم خانواده
۱۴۸.....	مذاهب بودا و هندو
۱۴۸.....	زرتشت
۱۴۹.....	استفتائات درباره جلوگیری از بارداری
۱۴۹.....	استفتائات درباره روش منقطع

۱۵۰.....	استفتائات درباره مصرف قرص های ضدبارداری
۱۵۰.....	استفتائات درباره استفاده از نورپلانت و آمپول های تزریقی
۱۵۰.....	استفتائات درباره استفاده از آی.یو.دی
۱۵۱.....	استفتائات درباره بستن لوله های رحمی زنان
۱۵۱.....	استفتائات درباره بستن لوله های در مردان

فصل نهم - روش های پیشگیری از بارداری

۱۵۴.....	روش های طبیعی
۱۵۴.....	۱. روش منقطع
۱۵۴.....	۲. روش دوره ای
۱۵۷.....	۳. شیردهی انحصاری
۱۵۸.....	روشهای مصنوعی موقت
۱۵۸.....	روش های هورمون ضدبارداری
۱۵۸.....	قرص های ترکیبی پیوسته از بارداری
۱۶۴.....	ترکیبات فقط پروژسترونی
۱۷۲.....	روشهای مکانیکی ضد بارداری
۱۷۲.....	وسيله داخل رحمی (آی.یو.دی)

فصل دهم - روش های

۱۷۷.....	فصل اول
۱۸۰.....	فصل دوم
۱۸۲.....	فصل چهارم
۱۸۳.....	فصل پنجم
۱۸۴.....	فصل ششم
۱۸۴.....	فصل هشتم

۱۸۵.....	منابع
----------	-------

بهداشت و سلامت بدلیل اهمیت ویژه و تاثیر فراوان آن در جامعه، کانون عمده علاقه و توجه مراکز علمی عصر حاضر به شمار می رود.

آموزش سلامت و مباحثی همچون پیشگیری از بیماری، بهبود کیفیت زندگی و تغییر رفتار از جمله رویکردهایی هستند که امروزه در حوزه سلامت جامعه، توجه ویژه‌ای را معطوف خود ساخته اند. بنابراین با چنین رویکردی می توان با افزایش سطح آگاهی و تصحیح نگرشهای نادرست از طریق آموزشهای مناسب و تخصصی، سلامت افراد و اتخاذ رفتارهای بهداشتی و سالم را توأم با تصمیم گیری صحیح و آگاهانه توسط افراد، بیش از پیش تضمین نمود.

این کتاب حاوی نه فصل، یک واژه نامه، منابع و ماخذ می باشد. در فصل اول به موضوع فیزیولوژی و آناتومی دستگاه تولید مثل انسان پرداخته شده است. در فصل دوم دوران بلوغ مورد بحث قرار گرفته است.

فصل سوم موضوع بسیار مهم بیماریهای منتقله از راه جنسی و راههای انتقال و پیشگیری را به دانشجویان و جوانان آموزش می دهد. در فصل چهارم اهمیت مشاوره قبل از ازدواج بمنظور دقت و رعایت اصول اصلی در انتخاب همسر، برای جوانان توضیح داده شده است.

در فصل پنجم مراقبت های قبل و بین بارداری را مورد بحث قرار داده ایم تا زوجهای جوان با برنامه ریزی دقیق علمی و مراقبت های معنوی و علمی اقدام به بارداری نموده و در طول حاملگی تحت مراقبت دقیق پزشکی و بهداشتی سلامت مادر و جنین تامین شود. در فصل ششم موضوع مهم ناباروری مردان و زنان توضیح داده شده است تا با اطلاعات کافی در مراکز ناباروری به رفع مشکل اقدام نمایند.

فصل هفتم سقط جنین از دیدگاه اسلام و فصل هشتم در مورد تاریخچه تنظیم خانواده و دیدگاه ادیان نسبت به آن بحث می نماید.

در آخرین فصل کتاب (فصل نهم) روشهای مختلف پیشگیری از بارداری بمنظور فاصله گذاری مناسب بین فرزندان و سلامت جنسی توضیح داده شده است.

مباحث این کتاب بخشی از سرفصل های "درس دانش خانواده" است. دانشجویان عزیز همه رشته های دانشگاهی را شامل می شود.

امیدواریم دانشجویان عزیز، زوجهای جوان و خانواده های محترم با مطالعه این کتاب بتوانند در ارتقاء سلامت خانواده، بهداشت جنسی و سبک زندگی سالم قدمهای عملی موثری بردارند.

مؤلف از حمایت و پشتیبانی انتشارات دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی بویژه سرکار خانم زهرا اعلانی و داوران محترم کتاب و مدیر عامل محترم انتشارات بشری جناب آقای دکتر محسن کفاشی تشکر و قدردانی می نماید.

در خاتمه از سرکار خانم مرضیه قربانی مطلق که ویراستاری کتاب را انجام دادند و سرکار خانم مریم خوانساری که در تایپ این کتاب همکاری و مساعدت نمودند، تشکر و قدردانی می نماید.

دکتر محمدحسین وزیری

شهریور ماه سال ۱۳۹۳