

۴/ ماه با مادر و جنین

نویسنده: وزه احمدی

متخصص رادیولوژی و دانشیار گروه تصویربرداری تولیدمثل پژوهشگاه رویان

ترجمه: زهرا رحمانی

کارشناس مامایی، گروه تصویربرداری تولیدمثل پژوهشگاه رویان

شهره ایران

کارشناس مامایی و دکترای علوم مدیریت، گروه تصویربرداری تولیدمثل پژوهشگاه رویان

مریم مشفق

متخصص زنان و زایمان و فلوشیپ طب مادر و جنین و بارداری‌های پرخطر، گروه نایاره‌ی زده پژوهشگاه رویان



پژوهشگاه رویان

پژوهشگاه رویان، پژوهشکده زیست‌شناسی و علوم پزشکی تولیدمثل جهاد دانشگاهی
مرکز تحقیقات پزشکی تولیدمثل، گروه تصویربرداری تولیدمثل - تهران - ایران

عنوان و نام پدیدآور	۹ ماه با مادر و جنین / فیروزه احمدی، [و دیگران]، با همکاری مریم جوام [به سفارش] پژوهشگاه روان، پژوهشگاه ریست‌شناسی و علوم پزشکی تولیدمثل جهاد دانشگاهی، مرکز تحقیقات پزشکی تولیدمثل، گروه تصویربرداری تولیدمثل، تهران، ایران
مشخصات نشر	تهران: پژوهشگاه روان، انتشارات، ۱۳۹۶.
مشخصات ظاهری	۲۱۶ ص.؛ مصور(رنگی).
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۸۶۰-۰۰۰-۰۰۰۰۰۰۰۰۰
وضعیت فهرست نویسی	شیا
بازداشت	[موضوعات] فیروزه احمدی، زهرا آیین‌فر، شهره ایرانی، مریم مشغفی.
عنوان گسترده	۹ ماه با مادر و جنین.
موضوع	بارداری
موضوع	Pregnancy
موضوع	اسپنسی و زایمان
موضوع	Obstetrics
موضوع	مادر و نوزاد
موضوع	Mother and infant
موضوع	بارداری -- جنبه‌های بهداشتی
موضوع	Pregnancy -- Health aspects
موضوع	پزشکی زنان
موضوع	Gynecology
موضوع	مراقبت‌های پیش از زایمان
موضوع	Prenatal care
شناسه افزوده	احمدی، فیروزه. ۱۳۲۵ -
شناسه افزوده	جوام، مریم. ۱۳۴۴ -
شناسه افزوده	پژوهشگاه روان
شناسه افزوده	پژوهشگاه روان، پژوهشگاه ریست‌شناسی و طب تولیدمثل، مرکز تحقیقات پزشکی تولیدمثل، گروه تصویربرداری تولیدمثل
رده بندی کنگره	۱۳۹۶ / ۹ / RG001
رده بندی دیویی	۶۱۸/۲
شماره	۷۷۷۷۷۸۱



انتشارات
پژوهشگاه روان

نُه ماه با مادر و جنین	مؤلف (به ترتیب حروف الفبا)
با همکاری	فیروزه احمدی، زهرا آیین‌فر، شهره ایرانی، مریم مشغفی
ناشر	انتشارات جهاد دانشگاهی، تهران، ایران
نوبت چاپ	اول/ ۱۳۹۶
کارشناسی امور چاپ و نشر	شهره روحانی
ویراستار و مدیر هنری	محمده پروین
طراحی جلد	پناه خدابخشی
لیتوگرافی و چاپ	چاپ جودیند
صحافی	عطف
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۸۸۶۰-۰۰۰-۰۰۰۰۰۰۰۰۰
شمارگان	۲۰ نسخه
قیمت	۳۵۰۰۰۰ ریال

مسئولیت علمی مطالب این اثر بر عهده نویندگان است.
استفاده از مطالب این اثر با کسب اجازه‌ی کتبی از ناشر و ذکر منبع، بلامانع است.
حق چاپ اثر برای ناشر محفوظ است.
تمامی حقوق مادی و معنوی برای ناشر محفوظ است. این کتاب مشمول قانون حمایت از مؤلفان، مصنفان، مترجمان و هم‌زمان مصوب ۱۳۴۸ و قانون ترجمه و تکثیر کتب، نشریات و آثار صوتی مصوب ۱۳۵۰ است.
هیچ بخش یا جزئی از کتاب به هر شکل از جمله فتوکپی، تکثیر، بازنویسی، خلاصه‌برداری در هر قالب (از جمله کتاب، لوح فشرده، مجلات و...) بدون اجازه‌ی کتبی ناشر مجاز نیست و موجب پیگرد قانونی می‌شود.

نشانی: تهران، ۲۵ متری رسالت، خیابان بنی‌هاشم، میدان بنی‌هاشم، خیابان بنی‌هاشم شمالی، خیابان حافظ شرقی، پژوهشگاه روان، انتشارات پژوهشگاه روان (وابسته به جهاد دانشگاهی)، صندوق پستی: ۱۴۸-۱۶۶۳۵، تلفن: ۲۶۳۱۹۲۵۶-۰۲۱

Web: <http://pub.royan-ins.ir/>
Email: publication@royaninstitute.org

فهرست عناوین

۱۱	تقدیر
۱۳	پیشگفتار
۱۵	بخش اول: آموزش های عمومی دوران پیش و پس از بارداری
۱۷	فصل ۱: دوران پیش از بارداری
۱۸	مراقبت های پیش از بارداری
۱۹	بارداری به دنبال درمان های ناباروری
۲۳	فصل ۲: دوران بارداری
۲۴	معاینات دوران بارداری
۲۶	بهداشت دوران بارداری
۳۲	مشکلات شایع در بارداری
۳۵	آزمایش های تشخیصی در بارداری

۳۸	مراقبت‌های خاص در بارداری با فنون کمک باروری
۳۹	چندقلویی
۴۲	ذخیره‌سازی خون بندناف

۴۷	مراقبت‌های پیش و پس از بارداری از دیدگاه آموزه‌های دینی	فصل ۳:
۴۸	نرزد صالح	
۵۰	عیه‌های معنوی پیش از باردار شدن	
۵۲	توصیه‌های معنوی در رابطه با دوران بارداری	
۶۲	اهمیت انتخاب نام برای نوزاد	
۶۳	دعا و اذکار برای آسان‌تر شدن زایمان	

۶۵	سونوگرافی در دوران بارداری	فصل ۴:
۶۶	آشنایی با سونوگرافی	
۶۸	فنون مختلف سونوگرافی و کاربرد آنها در بارداری	
۷۲	نقش سونوگرافی در ارزیابی رشد جنین و وضعیت بارداری	
۷۶	نقش سونوگرافی در غربالگری بیماری‌های مادرزادی	
۷۸	کاربرد سونوگرافی در سه ماهه‌ی اول بارداری	
۸۰	کاربرد سونوگرافی در سه ماهه‌ی دوم بارداری	
۸۱	کاربرد سونوگرافی در سه ماهه‌ی سوم بارداری	

۸۲	سونوگرافی‌های تکمیلی در بارداری
۸۳	نقش سونوگرافی در بررسی بارداری چندقلو

۸۵	زایمان و مراقبت‌های پس از آن	فصل ۵:
۸۶	زایمان	
۸۸	مراقبت‌های پس از زایمان	

۹۱	پیش‌دوم: رشد و تکامل جنین و تغییرات فیزیولوژیک مادر در دوران بارداری
----	--

۹۳	ماه اول بارداری (هفته‌ی اول تا چهارم)	فصل ۶:
۹۴	آغاز زندگی	
۹۵	تشکیل جنین در ماه اول	
۹۷	مادر در ماه اول	
۹۸	تغذیه در ماه اول از دیدگاه طب سنتی	
۹۸	سونوگرافی در ماه اول	

۹۹	ماه دوم بارداری (هفته‌ی پنجم تا نهم)	فصل ۷:
۱۰۰	تکامل جنین در ماه دوم	
۱۰۲	تغییرات فیزیولوژیک مادر در ماه دوم	

۱۰۴	تغذیه در ماه دوم از دیدگاه طب سنتی
۱۰۴	سونوگرافی در ماه دوم

۱۰۹	ماه سوم بارداری (هفته‌ی دهم تا سیزدهم)	فصل ۱۳
۱۱۰	تکامل جنین در ماه سوم	
۱۱۲	تغییرات فیزیولوژیک مادر در ماه سوم	
۱۱۴	تغذیه در ماه سوم از دیدگاه طب سنتی	
۱۱۴	سونوگرافی در ماه سوم	

۱۱۹	ماه چهارم بارداری (هفته‌ی چهارم تا هفدهم)	فصل ۱۴
۱۲۰	جنین در ماه چهارم	
۱۲۲	مادر در ماه چهارم	
۱۲۳	تغذیه در ماه چهارم از دیدگاه طب سنتی	
۱۲۳	سونوگرافی در ماه چهارم	

۱۲۹	ماه پنجم بارداری (هفته‌ی هجدهم تا بیست و یکم)	فصل ۱۵
۱۳۰	جنین در ماه پنجم	
۱۳۲	مادر در ماه پنجم	
۱۳۴	تغذیه در ماه پنجم از دیدگاه طب سنتی	
۱۳۴	سونوگرافی در ماه پنجم	

۱۳۹	ماه ششم بارداری (هفته‌ی بیست و دوم تا بیست و ششم)	فصل ۶:
۱۴۰	جنین در ماه ششم	
۱۴۳	مادر در ماه ششم	
۱۴۶	تغذیه در ماه ششم از دیدگاه طب سنتی	
۱۴۶	سونوگرافی در ماه ششم	

۱۵۱	ماه هفتم بارداری (هفته‌ی بیست و هفتم تا سی و یکم)	فصل ۷:
۱۵۲	جنین در ماه هفتم	
۱۵۴	مادر در ماه هفتم	
۱۵۸	تغذیه در ماه هفتم از دیدگاه طب سنتی	
۱۵۸	سونوگرافی در ماه هفتم	

۱۶۳	ماه هشتم بارداری (هفته‌ی سی و دوم تا سی و پنج)	فصل ۸:
۱۶۴	جنین در ماه هشتم	
۱۶۶	مادر در ماه هشتم	
۱۶۸	تغذیه در ماه هشتم از دیدگاه طب سنتی	
۱۶۸	سونوگرافی در ماه هشتم	

۱۷۳	ماه نهم بارداری (هفته‌ی سی و ششم تا چهلیم)	فصل ۹:
۱۷۴	جنین در ماه نهم	

۱۷۶	مادر در ماه نهم	
۱۷۸	تغذیه در ماه نهم از دیدگاه طب سنتی	
۱۷۸	سونوگرافی در ماه نهم	
۱۸۳	نمونه‌هایی از تصاویر سونوگرافی سه‌بُعدی جنین در پژوهشگاه رویان و تصاویر بعد از تولد	فصل ۴۹

۱۹۱	بخش سوم: خاطرات مادر و آلبوم سونوگرافی جنین	
۱۹۲	سه ماهه‌ی اول بارداری	فصل ۵۱
۱۹۸	سه ماهه‌ی دوم بارداری	فصل ۵۲
۲۰۴	سه ماهه‌ی سوم بارداری	فصل ۵۳
۲۱۰	پس از تولد	فصل ۵۴

پیش گفتار

بارداری از حساس‌ترین و مهم‌ترین دوره‌های زندگی زن به‌شمار می‌آید. دوره‌ای که با تغییرات اساسی بدن همراه بوده و طی آن مادر باید از همه لحاظ مراقب سلامتی خود باشد. زنان باردار باید بدانند که در دوران بارداری چه تغییراتی در سیستم بیولوژیک بدن، خلق و خو و فعالیت‌های آنان ایجاد می‌شود و از چگونگی برخورد با آنها آگاهی داشته باشند. همچنین اطلاع از چگونگی رشد و تکامل جنین در رحم نیز برای بسیاری از والدین جالب و هیجان‌انگیز خواهد بود.

با توجه به پرسش‌هایی که ممکن است والدین گرامی در مورد چگونگی تکامل جنین، مشکلات بارداری، مراقبت‌های لازم در این دوران و ... داشته باشند، سعی کرده‌ایم با مطالب کتاب حاضر، پاسخ‌گوی بخشی از سؤالات آنان باشیم و با ارائه مطالب علمی و افزایش آگاهی در مورد بارداری، لذت این دوران را برای آنان مضاعف کنیم.

این کتاب شامل سه بخش است:

بخش اول در پنج فصل نگاشته شده و شامل آموزش‌های عمومی دوران پیش و پس از بارداری است. در این بخش مطالب سودمندی در خصوص مراقبت‌های پیش و حین بارداری، بررسی‌های تشخیصی لازم در بارداری، زایمان و دوران نفاس، دعا و نیایش‌های این دوران و بارداری به‌وسیله روش‌های کمک باروری ارائه شده است. در بخش دوم که شامل نه فصل است، والدین با رشد و تکامل جنین، تغییرات بدن مادر باردار، مشکلات شایع این دوران، نیازهای تغذیه‌ای مربوط به هر ماه و سونوگرافی جنین آشنا می‌شوند. در این بخش تصاویر نمایشی از رشد جنین در هر هفته از بارداری ارائه شده است. همچنین تصاویر متعدد سونوگرافی دو بُعدی و سه بُعدی از جنین در ماه‌های مختلف بارداری گردآوری شده که به‌طور حتم مشاهده‌ی آنان برای والدین، جذاب و لذت‌بخش خواهد بود.

بخش سوم کتاب به منظور ثبت خاطرات به یاد ماندنی والدین طراحی شده است. در این بخش والدین می‌توانند خاطرات و احساسات شیرین خود را در دوران بارداری ثبت کرده و آلبومی از تصاویر سونوگرافی جنین تهیه کنند و به یادگار نگاه دارند.

در سایر کتاب‌های آموزشی چاپ شده برای مادران باردار، اغلب تنها مطالب علمی یا مذهبی به صورت جداگانه ارائه شده است. در حالی که در کتاب حاضر با گردآوری مطالب علمی و آموزه‌های دینی در کنار یکدیگر، به آموزش همزمان توصیه‌های پزشکی و معنوی مورد نیاز مادران باردار پرداخته‌ایم. علاوه بر این در سایر کتب موجود، تنها تصاویر نمایشی از جنین ارائه شده است. در حالی که ما در این کتاب با گردآوری حدود ۱۰۰ عکس سونوگرافی رُبُعدی و سه‌بُعدی در مرکز تصویربرداری پژوهشگاه رویان، تصاویر حقیقی از جنین در هفته‌های مختلف بارداری ارائه کرده‌ایم تا والدین عزیز با چهره‌ی واقعی جنین و چگونگی رشد او آشنا شوند. همچنین با توجه به افزایش استفاده از فنون کمک باروری برای درمان ناباروری در دنیای امروز، در این کتاب توصیه‌های مفیدی نیز برای این گروه از مادران ارائه شده است که شاید پیش از این در سایر کتاب‌ها ارائه نشده باشد.

ما با آموزش‌های این کتاب، نه ماه همراه شما خواهیم بود. امیدواریم مطالعه‌ی این کتاب و عمل به توصیه‌های آن، راهگشای شما عزیزان برای تجربی‌ی دوران بارداری آرام و فرح‌بخش، زایمانی مطلوب و فرزند سالم و صالح باشد.

خواهشمندیم نظرات و پیشنهادات ارزشمند خود را از طریق پست الکترونیکی زیر با ما در میان بگذارید تا در چاپ بعدی کتاب مورد استفاده قرار گیرد.

پست الکترونیک: mother.fetus@gmail.com