

# بارداری و زایمان

در سایه ی آموزه های قرآنی، احادیث و متون علمی

گردآوری و تألیف:

صدیقه فروهری

هیات علمی مرکز تحقیقات زنان، حایب طب، مرکز تحقیقات ناباروری، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، دانشجوی  
دکترای تخصصی پژوهشی، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی موثر بر سلامت، کمیته تحقیقات دانشجویی،

دانشگاه علوم پزشکی شهید صدوقی یزد

ارژن شامان

مربی هیات علمی گروه مامایی، دانشکده علوم پزشکی همدان

دکتر بهیه ناز اورجهرم

عضو هیات علمی مرکز تحقیقات ناباروری، استاذ، فلوشیپ ناباروری، زنان و زایمان، دانشکده پزشکی،  
دانشگاه علوم پزشکی شیراز

سارا سپاسی

دانشجوی کارشناسی ارشد مامایی، کمیته تحقیقات دانشجویی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز

طاهره روزی طلب

دانشجوی کارشناسی مهندسی برق، دانشگاه شیراز

انتشارات دانشگاه علوم پزشکی شیراز



|                     |                                                                                                                 |
|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| عنوان و نام پدیدآور | : بارداری و زایمان: در سایه ی آموزه های قرآنی، احادیث و متون علمی / گردآوری و تالیف صدیقه فروهری ... [و دیگران] |
| مشخصات نشر          | : شیراز: دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، اداره انتشارات، ۱۳۹۵.                                 |
| مشخصات ظاهری        | : ۲۴ص: (مصور رنگی).                                                                                             |
| شابک                | : ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۹۱-۵۱-۹                                                                                             |
| وضعیت فهرست نویسی   | : فیبا                                                                                                          |
| یادداشت             | : گردآوری و تالیف صدیقه فروهری، آرزو شایان، بهیه نام آور جهرمی، سارا سپاسی، طاهره روزی طلب                      |
| یادداشت             | : کتابنامه                                                                                                      |
| یادداشت             | : نمایه                                                                                                         |
| موضوع               | : بارداری -- جنبه های مذهبی -- اسلام                                                                            |
| موضوع               | : Pregnancy -- Religious aspects -- Islam                                                                       |
| موضوع               | : زنان باردار -- احادیث                                                                                         |
| موضوع               | : Pregnant women -- Hadiths                                                                                     |
| موضوع               | : بارداری -- جنبه های بهداشتی                                                                                   |
| موضوع               | : Pregnancy -- Health aspects                                                                                   |
| موضوع               | : دکان -- سرپرستی -- جنبه های مذهبی -- اسلام                                                                    |
| موضوع               | : Child rearing -- Religious aspects -- Islam                                                                   |
| شناسه افزوده        | : فروهری، بهیه، ۱۳۴۵ -                                                                                          |
| شناسه افزوده        | : دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز، اداره انتشارات                                               |
| رده بندی کنگره      | : ۱۳۹۵ ب۲۲ ۲۰/۱۱ 3P                                                                                             |
| رده بندی دیویی      | : ۲۹۷/۴۸۳۱                                                                                                      |
| شماره کتابشناسی ملی | : ۴۳۵۸۱۳۳                                                                                                       |

## بارداری و زایمان

در سایه ی آموزه های قرآنی، احادیث و متون علمی

گردآوری و تالیف

صدیقه فروهری، آرزو شایان، دکتر بهیه نام آور جهرمی، سارا سپاسی، طاهره روزی طلب  
ویراستاران ادبی: دکتر منیژه عبدالهی، فاطمه حکیمی کیا  
ناشر: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی شیراز

امور اجرایی نشر: ساراهاشمی - فاطمه علیشاهیان - خرخنده باقرزاده  
صفحه آرایی: موسسه کتاب آرایان پارس چاپخانه: اشراق با همکاری کانون تبلیغات اثر

چاپ اول: ۱۳۹۵ شمارگان: ۲۰۰ جلد قیمت: ۲۵۰۰۰ ریال

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۳۹۱-۵۱-۹ ISBN: 978-600-6391-51-9

کلیه حقوق مادی و معنوی اثر متعلق به ناشر است و هر گونه تکثیر، بازنویسی، خلاصه برداری و یا برداشت به هر نحوی بدون اجازه کتبی از ناشر مجاز نبوده و متعجب به پیگرد قانونی می باشد.

آدرس: شیراز - بلوار کریمخان زند - ساختمان مرکزی دانشگاه علوم پزشکی شیراز - طبقه هفتم - اداره انتشارات دانشگاه

تلفن: ۰۷۱-۳۲۱۲۲۴۴۳ تلفن و هارنکار: ۰۷۱-۳۲۳۵۱۸۶۵

پست الکترونیک: Nashr@sums.ac.ir آدرس اینترنتی: http://Nashr.sums.ac.ir

## بسم الله الرحمن الرحيم

و آن گاه که ذات قادر متعال را ندید تا از مخلوط خاک پست و بی ارزش و روح والا و گرانبه خود موجودی بیافریند که آدمی نام گرفت و از آن نسلی ممتد پدید آورد تا سیر از خاک تا افلاک را طی نماید و مراحل کمال را پشت سر بگذارد و به شک می بایست آن را در پاک ترین و امن ترین نقطه در عالم هستی قرار می داد پس لا جرم بطور ماهر بود که حامل این امانت سنگین و بزرگ گشت، مکانی در جوار قلب وی که عرش الرحمن و از هر پلیدی در امان است. بدون تردید بزرگ ترین دانشمندان و عالمان در این قضیه تأمل نموده و روز نیز جای بسی تفکر باقی مانده و در بلندای صنع اقدس الهی کلاه از سر متفکرین و فلاسفه بیفتاد که هزاران هزار سال است چنین سیری در مسیر الی الله در حرکت است اما کسی بر لطایف الهی یقین نیامده مگر آنان که با حضرت حق جل عظمت در ارتباط بوده و ظرایف را از آن حضرت آموخته اند و حلقه متصله بین بشر خاکی با نور الهی و فکر محدود با عالم نامحدود گشته اند. این همان نقطه ای است که عجز انسان محروم مانده از وحی هویدا می گردد و فریاد و فغان و احساس تاه از اعماق وجود وی بلند می شود حال آن که مهمانان سفره خداوند متعال و بندگان واقعی رب العالمین همواره مورد عنایت الطاف خاصه حق قرار گرفته اند و او که دانای نهان و آشکار است برای درماندگان درگاهش رسولانی از جنس خودشان برگزید تا بشارت دهند و انذار کنند و از علم بی پایان الهی تشنگان را سیراب نمایند. و الحمدلله رب العالمین که ما به واسطه کتاب الهی و نبی اکرم اعظم اجل به حبل متین و صراط مستقیم رهنمون گشتیم و با هدایت خاصه نواب نبی و ائمه و هدایت مهدی علیهم صلوات الله اجمعین به شریعت حقه راه پیدا نمودیم.

در این نوشته مختصر سعی شد تا از کلام حضرت حق جل عظمته که در کتاب محکم آمده بهره‌مند شویم و از سرچشمه علوم الهی که به واسطه فیض انبیای الهی و چشمه جوشان علم خدایی که شروءش با فخر زمین و زمان امیر مومنان و ختمش با قائم بالقسط و هادی مهدی است، خود را سیراب نماییم؛ پس به جاست که این سطور و دفاتر را در خدمت آن واسطه‌های گرامی، آن چهارده مشکات منیر، آن چهارده رحمت رحمانی و آن چهارده انجم سماوی تقدیم نماییم. همچنین بر خود لازم می‌دانیم از تمام عزیزانی که بر ما منت نهادند و در تألیف این کتاب ما را یاری نمودند خالصانه سپاسگزاری و قدردانی کنیم، باشد که خداوند ارحم الراحمین به آنان از فضل و رحمتش بیخشاید. امید است این دفتر خاکی که با زحمت شبانه‌روزی تهیه گردیده در راه خواندنی در ارائه مسیر به امت و اثری ماندگار باشد.

والسلام علیکم و علی عبادالله الصالحین

بخش اول

|    |                                                           |
|----|-----------------------------------------------------------|
| ۳  | مقدمه                                                     |
| ۵  | فصل اول: سازگاری با حاملگی                                |
| ۵  | ۱.۱. تغییرات روان‌شناختی و فیزیولوژیک دوران بارداری       |
| ۸  | ۱.۲. تغییرات فیزیولوژیک دوران بارداری                     |
| ۱۰ | ۱.۳. شکایت‌های شایع دوران بارداری                         |
| ۱۲ | ۱.۴. ورزش در دوران بارداری                                |
| ۱۴ | ۱.۵. وزن‌گیری در دوران بارداری                            |
| ۱۷ | فصل دوم: برخی مشکلات دوران بارداری                        |
| ۱۷ | ۲.۱. تأثیر تغییرات عملکرد تیروئید بر سمدت مادر و جنین     |
| ۱۸ | ۲.۲. تأثیر پره‌اکلامپسی بر سلامت مادر و جنین              |
| ۲۰ | ۲.۳. زایمان زودرس و عوامل مؤثر بر آن                      |
| ۲۳ | فصل سوم: نکاتی در خصوص زایمان طبیعی و درد آن              |
| ۲۵ | فصل چهارم: شیر مادر                                       |
| ۲۵ | ۴.۱. فواید شیر مادر                                       |
| ۲۶ | ۴.۲. اهمیت تغذیه صحیح در رشد و تکامل کودک                 |
| ۲۹ | فصل پنجم: تغییرات روحی و روانی در بارداری                 |
| ۲۹ | ۵.۱. ارتباط بین عوارض بارداری و وضعیت روانی               |
| ۳۳ | فصل ششم: ارتباط دین و مذهب و معنویت با سلامت و سلامت روان |
| ۳۳ | ۶.۱. کیفیت زندگی                                          |
| ۳۴ | ۶.۲. ارتباط سلامتی و سلامت معنوی                          |
| ۳۵ | ۶.۳. سلامت معنوی                                          |
| ۳۶ | ۶.۴. بهداشت روان                                          |
| ۳۶ | ۶.۵. تفاوت بهداشت و سلامت روان                            |

|         |                                                                                                           |
|---------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ۳۸..... | ۶۶ نگرش مذهبی:                                                                                            |
| ۳۸..... | ۶,۷ تعریف دین و دین‌داری:                                                                                 |
| ۳۹..... | ۶,۷,۱ تأثیرات دین بر سلامت بدن                                                                            |
| ۴۰..... | ۶,۷,۲ عوامل رفتاری آرامش                                                                                  |
| ۴۳..... | ۶,۷,۳ تأثیرات دین بر سلامت روان                                                                           |
| ۴۴..... | ۶,۷,۴ راهکارهای مقابله                                                                                    |
| ۴۵..... | ۶,۷,۵ نقش مذهب و معنویت در مقابله با عوارض روحی و روانی ناشی از استرس‌های دوران بارداری و زایمان و شیردهی |
| ۵۱..... | نتیجه‌گیری                                                                                                |
| ۵۳..... | کتابنامه                                                                                                  |

## بخش دوم

|         |                                                              |
|---------|--------------------------------------------------------------|
| ۶۳..... | مقدمه                                                        |
| ۶۵..... | فصل اول: انتخاب همسر از دیدگاه اسلام                         |
| ۶۵..... | ۱,۱ اهمیت انتخاب همسر از منظر دالیم اسلامی چیست؟             |
| ۶۶..... | ۱,۲ گام‌های موفقیت در زندگی چیست؟                            |
| ۷۳..... | فصل دوم: بارداری از دیدگاه اسلام و تعریف آن                  |
| ۷۳..... | ۲,۱ اهمیت دوران بارداری در تعلیم اسلام چگونه بیان شده است؟   |
| ۷۳..... | ۲,۲ شرایط مناسب تشکیل نطفه از دیدگاه روایات اسلامی چیست؟     |
| ۷۴..... | ۲,۳ حالات پدر و مادر در حین آمیزش چه تأثیری بر فرزندان دارد؟ |
| ۷۵..... | ۲,۴ چه اوقاتی برای عمل جماع مکروه است؟                       |
| ۷۵..... | ۲,۵ آیا در قرآن از دوران جنینی یاد شده است؟                  |
| ۷۵..... | ۲,۶ مراحل هفت‌گانه‌ی آفرینش انسان چگونه در قرآن ذکر شده است؟ |
| ۷۷..... | ۲,۷ شگفتی‌های چشم و زبان در قرآن چگونه آمده است؟             |
| ۷۷..... | ۲,۸ ظلمات سه‌گانه از دیدگاه قرآن به چه معناست؟               |
| ۷۸..... | ۲,۹ ثواب و اجر حاملگی از نظر روایات اسلامی چگونه است؟        |
| ۷۹..... | ۲,۱۰ آیا تغذیه در دوران بارداری اهمیت دارد؟                  |
| ۷۹..... | ۲,۱۰,۱ اثرات جسمی تغذیه چیست؟                                |
| ۷۹..... | ۲,۱۰,۲ تأثیرات روحی و روانی تغذیه در بارداری چگونه است؟      |
| ۸۰..... | ۲,۱۰,۳ مادران باردار چه غذاهایی مصرف کنند؟                   |

- ۲،۱۰،۴. زنان باردار چه غذاهایی نباید مصرف کنند؟ ..... ۸۰
- ۲،۱۰،۵. توصیه‌های عبادی و خوراکی در ایام بارداری شامل چه چیزهایی است؟ ..... ۸۱
- فصل سوم: تأثیر خوراکی‌ها بر کودک از دیدگاه احادیث چگونه است؟ ..... ۸۵
- فصل چهارم: بهداشت جسمی و روانی مادر در دوران بارداری ..... ۸۷
- ۴،۱. آیا بهداشت روانی مادر در بارداری بر جنین تأثیر می‌گذارد؟ ..... ۸۷
- فصل پنجم: اهمیت زایمان و تولد جنین از دیدگاه اسلام ..... ۸۹
- ۵،۱. تعالیم اسلامی، درخصوص اهمیت زایمان چه نکاتی را مطرح کرده است؟ ..... ۸۹
- ۵،۲. تولد جنین در قرآن چگونه ذکر شده است؟ ..... ۹۰
- ۵،۳. برای تهیل زایمان چه کارهایی می‌توان انجام داد؟ ..... ۹۰
- ۵،۴. آیا در تعالیم اسلامی، حترقی برای نوزادان وجود دارد؟ ..... ۹۱
- ۵،۴،۱. آیا انتخاب نام نوزاد، فرزندان اهمیت دارد؟ ..... ۹۲
- ۵،۴،۲. نیازی به ختنه کردن نوزادان وجود دارد؟ ..... ۹۲
- ۵،۴،۳. طبق روایات اسلامی، حجام عقیقه برای نوزاد چگونه باید صورت گیرد؟ ..... ۹۲
- ۵،۴،۴. آیا تراشیدن سر نوزاد (حلق) مهم است؟ ..... ۹۳
- ۵،۴،۵. برداشتن کام دهان (تحنیک) در نوزادان چگونه باید انجام شود؟ ..... ۹۳
- ۵،۴،۶. گفتن اذان و اقامه برای نوزاد چه اهمیت دارد؟ ..... ۹۳
- ۵،۴،۷. پیچیدن نوزاد در چه پوششی بهتر است؟ ..... ۹۳
- فصل ششم: حقوق فرزند در اسلام ..... ۹۵
- ۶،۱. طبق روایات اسلامی چه حقوقی برای فرزندان وجود دارد؟ ..... ۹۵
- ۶،۲. بهداشت کودک ..... ۹۵
- ۶،۳. حق تغذیه‌ی کودک چگونه است؟ ..... ۹۶
- ۶،۴. آیا شیردادن به کودک پاداشی دارد؟ ..... ۹۶
- فصل هفتم: تعلیم و تربیت کودک از دیدگاه اسلام ..... ۹۷
- ۷،۱. آیا تعلیم و تربیت کودک از نظر اسلام اهمیت دارد؟ ..... ۹۷
- ۷،۲. پاداش تعلیم قرآن و احکام دین به فرزندان چیست؟ ..... ۹۷
- ۷،۳. آیا ترک آموزش دینی فرزندان کیفر دارد؟ ..... ۹۷
- ۷،۴. چه نوع مهارت‌های دفاعی و اجتماعی باید به فرزندان آموزش داده شود؟ ..... ۹۸
- ۷،۵. مهرورزی با فرزندان چگونه باید باشد؟ ..... ۹۸
- ۷،۶. کیفر بی‌مهری به اولاد چیست؟ ..... ۹۸

۷،۷. گرامی داشتن فرزندان از چه طریق باید صورت گیرد؟..... ۹۸

۷،۸. یاری کردن فرزندان چگونه ممکن است؟..... ۹۹

۷،۹. آیا رعایت مساوات میان فرزندان اهمیت دارد؟..... ۹۹

۷،۱۰. چند نکته‌ی اخلاقی - عبادی درباره رفتار با کودکان..... ۹۹

فصل هشتم: اهمیت شیردهی از منظر تعالیم اسلامی..... ۱۰۱

۸،۱. از دیدگاه آیات و روایات تا چه مدت شیردهی باید صورت بگیرد؟..... ۱۰۲

۸،۲. گرفتن دایه برای نوزاد چگونه است؟..... ۱۰۲

۸،۳. محرمیت در شیردهی تحت چه شرایطی اتفاق می‌افتد؟..... ۱۰۳

۸،۴. روایات اسلامی به مادر شیرده چه توصیه‌هایی کرده است؟..... ۱۰۳

کتابها..... ۱۰۵

منابع..... ۱۰۹

واژه‌یاب..... ۱۲۳