

یادگیری، بازگشت دوباره زندگی زناشویی

مماغین و گردآورندگان

فاطمه قلیچ خانی (مربی، هیئت علم، امامی، دانشکده پرستاری و مامایی ساوه، بیمارستان

امام سجاد (ع) شهرستان شهریار)

اعظم محمدی (مربی، هیئت علمی مامایی، دانشکده پرستاری و مامایی ساوه)

سرشناسه	: قلیچ‌خانی، فاطمه، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور	: یانسگی، بازگشت دوباره زندگی زناشویی/مولفین و گردآورندگان فاطمه قلیچ‌خانی، اعظم محمدی.
مشخصات نشر	: تهران: آنا طب، ۱۳۹۷.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۵ص.
شابک	: ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۲۱-۰۷-۲
قیمت	: ۱۲۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی	: فیبا
موضوع	: یانسگی
موضوع	: Menopause
موضوع	: زناشویی -- ارتباط
موضوع	: Communication in marriage
شناسه اثر	: محمدی، اعظم، ۱۳۶۳ -
رده بندی رده	: ۱۳۹۷ ی۲/ق/ RG۱۸۶
رده بندی دیویی	: ۶۱۸/۱۷۵
شماره کتابشناسی ملی	: ۵۱۲۹۹۱۳

عنوان: یانسگی؛ بازگشت دوباره زندگی زناشویی

ناشر: آنا ب

مولفین و گردآورندگان: فاطمه قلیچ‌خانی، اعظم محمدی

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۷

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۹۲۱-۰۷-۲

قیمت: ۱۲۰۰۰ تومان

این اثر مشمول قانون حمایت از مولفان و مصنفان و هنرمندان مصوب ۱۳۶۱ است. انتشار، کپی برداری تمام یا قسمتی از این اثر بدون اجازه ناشر مورد پیگرد قانونی قرار خواهد گرفت.

مرکز پخش و فروش

آدرس: تهران، میدان انقلاب، ابتدای کارگر شمالی، کوچه رستم، پلاک ۲۱، واحد ۲، انتشارات آناتب

تلفن: ۰۲۱-۶۶۴۶۲۷۹۹-۶۶۴۶۲۸۵۶

www.Anateb.net

"وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ فَلَاقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا وَجَعَلَ بَيْنَكُمْ

مَوَدَّةً وَ رَحْمَةً"

برای شما از جنس خودتان جفتی بیافریدیم، که بر او آرامش یافته و با هم انس بگیرید و در میان شما رافت و مهربانی برقرار نمودیم (سوره روم، آیه ۲۱).

شرایط خاص زن، او را در گروه پرخطر قرار می‌دهد. در این شرایط، یائسگی است که لازم است زن از نظر تئوری سلامت در این دوران، بیشتر مورد توجه قرار گیرد. با توجه به افزایش امید

به زندگی، امروزه زنان، بیشتر از یک سوم از زندگی خود را در دوران یائسگی سپری می‌کنند. بنابراین باید کیفیت زندگی بهتری داشته باشند.

رابطه زن با شوهر یکی از رابطه‌های مهم و حساس در زندگی است. خانواده‌ای که برقراری رابطه زناشویی متکلیف شده است، اصل جلد است. بنابراین خانواده و جامعه سالم وابسته به

رابطه زناشویی موفق است. عملکرد جنسی امروزه به عنوان یک پدیده چندبعدی شناخته می‌شود که بوسیله عوامل جسمی، روانی و اجتماعی متاثر می‌شود. یائسگی یکی از عواملی است که عملکرد

جنسی را تحت تأثیر قرار می‌دهد.

از نظر جنسی یک زن می‌تواند در طول یائسگی و حتی سالهای پس از آن، خایست جنسی داشته باشد. اکثر زنان و مردان پس از سپری کردن جوانی و میانسال‌ی سوز از نظر جنسی فعال باقی می

مانند، هر چند در دوران یائسگی یا پس از آن این خایست دچار تغییراتی می‌شود. خایست جنسی زنان در دوران یائسگی می‌تواند به وسیله عوامل گوناگونی از جمله تغییرات هورمونی، تغییرات

مربوط به افزایش سن، فرسنگ زن، یاریهای جسمی، روانی، نشانه‌های یا کمکی مانند گرگرفتگی، تعریق متبذ و اختلالات خواب، تصور ذهنی نادرست از بدن (مثلاً اسکین چون خیلی چاق هستم به زشت است)، کم‌کوشی‌های منفی و برخی سبک‌های غلط و نادرست اجتماعی مثل کم‌کوشی منفی نسبت به پدیده یا کمکی، برکینیت روابط با مسرت تاثیر می‌گذارد.

بروز مشکلات جنسی به حرطی و ازای پیده‌های منفی بسیاری است و ارتباط تنگاتنگی با مشکلات اجتماعی مثل، تجاوزهای جنسی و یاری‌های روانی و طلاق دارد. همچنین می‌تواند باعث سردرگمی، احساس گناه، صمیمیت و ناامیدی و کاهش اعتماد به نفس و دراز مدت باعث دوری از روابط جنسی شود و در صورت برطرف نشدن، مشکلات ارتباطی می‌بین زن و شوهر ایجاد کند و حالیکه ارتباط جنسی خوب باعث محکم شدن بنیان خانواده است. مهارت ارتباطی زن و شوهر توانایی آنان در برقراری روابط جنسی خوب، نزدیکی و صمیمیت آنها را افزایش می‌دهد.

در کتاب حاضر سعی شده است تا به بررسی مشکلات جنسی بپردازیم. سائلانی بالاض زنمان سائلند و یا نه پرداخته شود. همچنین نویسنده‌گان تلاش کرده اند که کتاب حاضر را به زبانی ساده و قابل فهم برای اقشار مختلف تهیه و تنظیم نمایند تا باشد که این مجموعه کوچک مورد توجه و قرار گرفته و بهره‌گانی را ببیند.

از تمامی عزیزانی که مجموعه پیش رو را مورد مطالعه قرار دهند، درخواست داریم تا به شهادت حاد است خود را با ما به آدرس ghelichkhani_f@yahoo.com در میان

بگذارید.

کرده نویسنده‌گان

دستگاه تناسلی	۶
اهمیت و رابط جنسی و دیدگاه اسلام	۲۲
اختلال عملکرد جنسی	۳۲
غلبه بر اختلال عملکرد جنسی در یائسگی	۳۸
درمان علائم دوران یائسگی	۶۲
مهارت‌های ارتباط با همسر	۹۳
افزایش رضایت زناشویی	۱۰۷
ورزش، سالمندی و سلامت جنسی	۱۱۳
منابع	۱۲۸