

بهداشت مادر و کودک

و تنظیم خانواده

مریم ویژه

عضو هیات علمی دانشگاه علوم پزشکی زنجان

نشر حکیم هیدجی / ۱۳۹۲

نشر حکیم

میدجی

سرشناسه	: ویژه، مریم، ۱۳۵۷ -
عنوان و نام پدیدآور	: بهداشت مادر و کودک و تنظیم خانواده/مریم ویژه.
مشخصات نشر	: تهران: حکیم میدجی، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	: ۸۸ص: جدول.
شابک	: ۳۹۰۰۰ ریال 6-49-6685-600-978:
وضعیت فهرست نویسی	: فیا
موضوع	: آبستنی -- بهداشت
موضوع	: مادر و کودک -- بهداشت
موضوع	: نوزاد -- بهداشت
موضوع	: تنظیم خانواده
رده بندی کنگره	: ۱۳۹۲۵۳۴RG ۹ب۸۶/
رده بندی دیویی	: ۲۴/۶۱۸
شماره کتابشناسی ملی	: ۲۱۲۰۸۸

بهداشت مادر و کودک و تنظیم خانواده

تألیف و گردآوری: مریم ویژه

ناشر: حکیم میدجی

تیراژ: ۳۰۰ نسخه

نوبت چاپ: اول / ۱۳۹۲

قیمت: ۴۵۰۰۰ ریال

ناظر چاپ و طراح جلد: محسن بهرامی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۶۸۵-۴۹-۶

آدرس: تهران، میدان انقلاب ابتدای خیابان جمالزاده جنوبی کوچه دانشور ساختمان ۳۶ طبقه ۵ واحد ۲۰

تلفن: ۶۶۵۶۱۶۵۴ - ۶۶۵۶۱۶۵۷ - ۰۹۱۰۲۲۱۹۸۳۱

مقدمه

به اقتضای تدریس واحد بهداشت مادر و کودک به صورت نظری و عملی و با توجه به گستردگی مباحث بهداشت مادر و کودک، نیاز مبرم به داشتن کتابی جامع شامل مطالب آموزشی مورد نیاز و ضروری به زبانی سلیس و ساده و به دور از هر گونه مطالب غیر ضروری بر اساس سرفصل‌های وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی را احساس کردم. در این کتاب سعی شده علاوه بر استفاده از جدیدترین مطالب آموزشی، مرتبط، اطلاعات آموزشی و دستورالعمل‌های نظام ارائه خدمات بهداشتی کشور جمهوری اسلامی ایران نیز ذکر شود. جملات و عبارات تا جایی که مقدور بوده روان و ساده ذکر شده که قابل فهم باشد و امکان استفاده از آن برای کسانی که در زمینه علوم پزشکی نیز آموزش ندیده‌اند قابل درک و استفاده باشد.

از نکات قابل توجه کتاب حاضر آن است که جهت استفاده در واحدهای کارآموزی و کارورزی بهداشت مادر و کودک بسیار مفید و کاربردی می‌باشد و می‌تواند جوابگوی نیازها و سوالات دانشجویان مامایی در این بخش‌ها باشد. مطالعه این کتاب برای شرکت در کنکور کارشناسی ارشد مامایی نیز بسیار مفید می‌باشد. همچنین این کتاب می‌تواند به عنوان مرجعی مناسب برای دانشجویان رشته‌های مختلفی پزشکی مامایی پرستاری و پیراپزشکی مورد استفاده قرار گیرد.

در آخر، نهایت سپاس و قدردانی خود را از انتشارات حکیم هیدجی برای نشر این کتاب ابراز می‌دارم.

مریم ویژه

فهرست مطالب

فصل اول: مراقبت های پیش از بارداری	۱۱
مراقبت های پیش از بارداری	۱۱
مشاوره قبل از بارداری	۱۲
آموزش و توصیه های لازم	۱۳
ایمن سازی در مراقبت پیش از بارداری	۱۳
فصل دوم: مراقبت های دوران بارداری	۱۴
زمان مراقبت های معمول بارداری	۱۴
آزمایشات پاراکلینیک	۱۶
مشکلات شایع دوران بارداری	۱۶
افزایش وزن در بارداری	۱۸
تغذیه دوران بارداری	۱۹
مصرف مکمل ها	۱۹
واکسیناسیون در دوران بارداری	۲۰
علائم خطر دوران بارداری	۲۰
رشد و نمو جنین	۲۱
فصل سوم: مراقبتهای پس از زایمان	۲۳
علائم خطر پس از زایمان	۲۳
معاینات پس از زایمان	۲۳
مراقبت از نوزاد	۲۵

فصل چهارم: تغذیه شیرخواران ۲۷

تغذیه با شیر مادر..... ۲۷

ارزش تغذیه‌ای شیر مادر..... ۳۰

فصل پنجم: مراقبت و رشد و تکامل کودک..... ۳۶

رشد و تکامل..... ۳۶

رشد کودک..... ۳۶

پایش رشد..... ۳۷

رشد دندان ها..... ۳۸

فصل ششم: واکسیناسیون ۴۲

ایمن سازی..... ۴۲

واکسیناسیون..... ۴۳

انواع واکسن ها..... ۴۴

واکسن ب ث ژ..... ۴۴

هپاتیت B..... ۴۶

فلج اطفال (پولیومیلیت)..... ۴۸

واکسن سه گانه یا ثلاث (D. P. T)..... ۴۹

واکسن دو گانه (توأم)..... ۵۱

سرخک ، سرخجه ، اوریون..... ۵۲

فصل هفتم: غربالگری بیماریهای مهم زنان ۵۸

غربالگری..... ۵۸

سرطان سرویکس..... ۵۸

سرطان پستان..... ۶۱

۶۴	فصل هشتم: تنظیم خانواده.....
۶۴	تنظیم خانواده.....
۶۴	روش های پیشگیری از بارداری.....
۶۶	قرص های خوراکی پیشگیری از بارداری (OCPS) (Oral contraceptive pills).....
۷۰	اثرات سیستمیک قرص های خوراکی پیشگیری از بارداری.....
۷۳	قرص های پروژسترونی (minipills) (Progestosterone only pills).....
۷۴	آمپول سیکلوفم (Cyclofem).....
۷۴	آمپول تزریقی پیشگیری از بارداری (DMPA).....
۷۶	ابزار داخل رحمی پیشگیری از بارداری.....
۸۰	کاندوم (Condom).....
	جلوگیری از بارداری به صورت اضطراری Post coital Contraception or
۸۱	Emergency Contraception.....
۸۳	بستن لوله ها در مرد (vasectomy).....
۸۴	بستن لوله ها در زن (Female Sterilization(TL).....
۸۵	روش های طبیعی برای پیشگیری از بارداری.....
۸۷	منابع.....