

بسمه تعالی



دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد

دانشکده پرستاری و مامایی

نیمسال اول تحصیل ۹۶-۱۳۹۵

<p>نام درس: بهداشت مادر و کودک و باروری (بهداشت ۴) تعداد واحد: ۲ نوع واحد: نظری مقطع و رشته تحصیلی: کارشناسی مامایی دروس پیشنیاز: ارتباطات؛ آموزش بهداشت و مشاوره در بهداشت مادر و کودک و باروری (بهداشت ۳) تلفن داخلی دفتر: ساعات حضور در دفتر:</p>	<p>مدرس: فرح فیروزه Email: <a href="mailto:farahfiroozeh@iaun.ac.ir">farahfiroozeh@iaun.ac.ir</a> مکان کلاس: دانشکده پرستاری مامایی روز کلاس: سه شنبه ساعت کلاس: ۱۵-۱۳ (هشت هفته دوم ترم) تاریخ امتحان میان ترم: ۹۵/۸/۱۸ تاریخ امتحان پایان ترم:</p>
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

#### مقدمه:

در طول این درس دانشجویان با خدمات بهداشت باروری در زمینه بهداشت قبل از ازدواج؛ ازدواج؛ دوران بارداری و پس از زایمان؛ مادر و کودک؛ تنظیم خانواده و گروههای آسیب پذیر آشنا می شوند.

#### هدف کلی:

- ۱- ارتقا دانش و نگرش لازم در زمینه بهداشت قبل از ازدواج؛ دوران بارداری و پس از زایمان
- ۲- کسب دانش و نگرش لازم در زمینه بهداشت مادر و کودک جهت تامین بهداشت و سلامت جسمی روانی و اجتماعی مادر و کودک
- ۳- تشخیص نیاز و اولویتها و برنامه ریزی بر اساس فرآیند آموزش بهداشت. تهیه؛ اجرا و پیگیری برنامه های آموزش بهداشت برای مادر؛ خانواده و جامعه
- ۴- کسب دانش و نگرش در خصوص بهداشت گروههای آسیب پذیر
- ۵- کسب دانش و نگرش در خصوص انواع روشهای تنظیم خانواده و اهمیت جمعیت و جمعیت شناسی

#### اهداف رفتاری:

- ۱- بهداشت باروری مادر و کودک و تنظیم خانواده را تعریف کند و فلسفه؛ اهداف و اصول و دامنه آنها را شرح دهد.
- ۲- نقش و وظایف ماما در تیم پزشک خانواده و سایر قسمتهای سیستم بهداشتی توضیح دهد.
- ۳- اصول PHC و MCH و نقش آنها در سلامت خانواده، جامعه و رشد و توسعه را توضیح دهد.
- ۴- عوامل اجتماعی موثر بر سلامتی (SDHS) را توصیف نماید.
- ۵- جمعیت و شاخصهای جمعیتی را تعریف کرده و اهمیت آنها را شرح دهد.
- ۶- اهداف هزاره سوم (MDG) مرتبط با بهداشت باروری را توضیح داده و وضعیت ایران در دستیابی به این اهداف را بیان نماید.

- ۷- اهمیت بهداشت دوران بلوغ را بیان نموده و سازگاری با تغییرات روانی اجتماعی؛ تغذیه، ورزش و بهداشت قاعدگی در این دوران را شرح دهد.
- ۸- نحوه مراقبتهای دوران بارداری را از نظر بهداشتی (بهداشت جسمی؛ تغذیه؛ بهداشت روان؛ شرکت در کلاسهای آمادگی برای زایمان) شرح دهد.
- ۹- مشکلات اجتماعی زن باردار (حاملگی ناخواسته، مشاغل سخت و محیط های آلوده و ...) و سلامت خانواده زن باردار را شرح دهد.
- ۱۰- اصول بهداشتی و نحوه مراقبتهای حین زایمان را بیان کند.
- ۱۱- نکات بهداشتی پس از زایمان شامل مراقبتهای بهداشتی تا دوماه پس از زایمان طبق پروتکل، ورزشهای پس از زایمان، تغذیه و شیردهی صحیح را شرح دهد.
- ۱۲- نقش حمایتی خانواده و اجتماع از زنان باردار و شیرده را شرح داده و قوانین کشوری و جهانی در این رابطه را بیان نماید.
- ۱۳- بهداشت جنسی زنان و روابط صحیح زناشویی با ایجاد رضایت در طرفین را شرح دهد.
- ۱۴- مشکلات اجتماعی زنان (تأمین اقتصادی؛ مشاغل سخت؛ آلودگی های محیطی؛ خشونت خانگی؛ قوانین کار برای زنان باردار؛ غیر باردار و بی سرپرست) را تشریح نماید.
- ۱۵- اصول رشد و تکامل کودک را شرح دهد.
- ۱۶- عوامل ارثی مؤثر بر رشد و تکامل را شرح دهد.
- ۱۷- عوامل محیطی مؤثر مؤثر بر رشد و تکامل کودک را شرح دهد.
- ۱۸- مزایای شیر مادر را بیان نماید.
- ۱۹- ترکیبات شیر مادر را برشمارد و با آغوز و شیر گاو مقایسه نماید.
- ۲۰- نحوه صحیح شیردهی را توصیف نماید و موارد غلط را تشخیص دهد.
- ۲۱- در مورد نحوه از شیر گرفتن توضیح دهد.
- ۲۲- نحوه شروع غذای کمکی و ترتیب اضافه نمودن غذای جدید را بیان نماید.
- ۲۳- بعضی از بیماریهای معمول در دوران نوزادی و کودکی مانند (دل درد، نفخ، استفراغ، اسهال، یبوست و...) و بهداشت جسمی کودک مانند دندان درآوردن، خواب و استراحت را توصیف نموده و انواع پیشگیری و درمان آنها را بیان کند.
- ۲۴- اهمیت مراقبت کانگورویی در مراقبت از نوزاد به ویژه نوزاد نارس را شرح دهد.
- ۲۵- مراحل رشد و تکامل را از نوزادی تا نوجوانی شرح داده و تغییرات مهم تکاملی در هر دوره را برشمارد و قادر به تشخیص اختلال در رشد و تکامل و چگونگی درمان آنها باشد.
- ۲۶- نحوه ترسیم منحنی رشد را بداند و قادر به تفسیر آن باشد.
- ۲۷- انواع ایمنی را توضیح دهد و برنامه واکسیناسیون کشوری را تشریح نماید.
- ۲۸- انواع واکسنهای کودکان را برشمارد و زمان تزریق، نحوه تزریق، دوز و شرایط نگهداری هر یک را بیان نماید.
- ۲۹- نحوه معاینات دوره ای نوزاد و کودک (بینایی، شنوایی، رشد و...) را لیست کند.
- ۳۰- بهداشت اجتماعی کودک (در مدرسه، مهدکودک، بازی و...) و تاثیر آن بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی کودک را شرح دهد.
- ۳۱- بهداشت روانی کودک (اهمیت نوازش، تشویق و تنبیه و...) را توضیح دهد.
- ۳۲- با استفاده از بوکت مراقبت های ادغام یافته کودک سالم (غیر پزشک) بتواند کودک را ارزیابی نموده و مشاوره مادر را بطرز صحیحی انجام و کودک را پیگیری نماید.
- ۳۳- با استفاده از بوکت مراقبت های ادغام یافته ناخوشیهای اطفال (غیر پزشک) بتواند کودک را ارزیابی نموده و مشاوره مادر را بطرز صحیحی انجام داده و کودک را پیگیری نموده و زمان مراجعه بعدی را مشخص نماید.
- ۳۴- اصول بهداشت مدارس را شرح دهد.
- ۳۵- بهداشت کودکان معلول جسمی و ذهنی را شرح داده و اقدامات توانبخشی آنها را بیان نماید.
- ۳۶- دستورالعملهای وزارت بهداشت و درمان در زمینه مراقبت از کودکان و طرحهای غربالگری کودکان را توضیح دهد.
- ۳۷- گروههای آسیب پذیر جامعه را نام ببرد.
- ۳۸- اصول بهداشتی در خصوص زنان آسیب پذیر اجتماعی (زنان خیابانی؛ زندانی؛ معتادین؛ فراری ها؛ ساکنین در مراکز بازپروری) را شرح دهد.

۳۹- اقدامات بهداشتی لازم جهت گروه‌های آسیب پذیر (مادران؛ کودکان سالمندان معلولین و ...) را شرح داده و نحوه ارجاع و پیگیری آنها را بیان نماید.

۴۰- سالمندی را تعریف نموده و مراحل آن را نام ببرد.

۴۱- بهداشت جسمی و روانی دوره سالمندی ( سازگاری با شرایط سالمندی؛ بیماری‌های شایع؛ مکمل درمانی و حمایت از سالمندان...) را شرح دهد.

۴۲- بهداشت تنظیم خانواده را توصیف کند.

۴۳- اهداف و برنامه‌های تنظیم خانواده را برشمارد.

۴۴- انواع روش‌های پیشگیری از بارداری را نام ببرد.

۴۵- انواع روش‌های پیشگیری را از نظر ( میزان اثر بخشی، مکانیسم اثر، اندیکاسیون، کنترااندیکاسیون و .. ) شرح دهد.

۴۶- روشها و شاخصهای ارزشیابی برنامه‌های تنظیم خانواده (CYP) را شرح دهد.

۴۵- جوانب اقتصادی، اجتماعی، فرهنگی و... تنظیم خانواده و نقش ماما در مراکز ارائه خدمات تنظیم خانواده را بیان کند.

۴۷- مشاوره، انواع مشاوره، مراحل آن و تاثیر آن در برقراری ارتباط و آموزش بهداشتی را توضیح دهد.

۴۸- نقش ماما را بعنوان مشاور در موارد ازدواج، بلوغ، بارداری، پس از زایمان، شیردهی، تنظیم خانواده؛ نازایی، یائسگی، سالمندان و مشاوره ژنتیک شرح دهد.

### روش تدریس:

سخنرانی؛ کار گروهی؛ پرسش و پاسخ (بحث گروهی)

### فعالیت‌های فراگیران:

۱- شرکت در مباحث کلاس با انجام مطالعه‌های متنوع در مورد موضوع کلاس

۲- استفاده از اینترنت و تحقیق و پژوهش در مورد موضوع و ارائه نتایج آن در کلاس

۳- تهیه یک پروتکل مراقبتی از مادر و کودک

۴- ترجمه از یک مقاله تحقیقی در زمینه تنظیم خانواده

### روش ارزشیابی:

۱- امتحان میان ترم ۲۵٪

۲- کوئیزهای کلاسی ۵٪

۳- فعالیت کلاسی ۵٪

۴- حضور و غیاب ۵٪

۵- امتحان پایان ترم ۶۰٪

جدول زمانبندی درس : بهداشت مادر و کودک و باروری نیمسال اول سال تحصیلی ۹۶ - ۱۳۹۵

ردیف	تاریخ	رئوس مطالب
۱	۹۵/۸/۲۵	- اصول رشد و تکامل کودک -عوامل ارثی مؤثر بر رشد و تکامل - عوامل محیطی مؤثر مؤثر بر رشد و تکامل کودک
۲	۹۵/۹/۲	- مزایای شیر مادر - ترکیبات شیر مادر و مقایسه با آغوز و شیر گاو - نحوه صحیح شیر دهی - نحوه از شیر گرفتن
۳	۹۵/۹/۹	- نحوه شروع غذای کمکی و ترتیب اضافه نمودن غذای جدید - بیماریهای معمول در دوران نوزادی و کودکی مانند(دل درد، نفخ، استفراغ، اسهال، یبوست و...) و بهداشت جسمه کودک مانند دندان درآوردن، خواب و استراحت - مراقبت کانگورویی در مراقبت از نوزاد به ویژه نوزاد نارس
۴	۹۵/۹/۱۶	مراحل رشد و تکامل را از نوزادی تا نوجوانی - نحوه ترسیم منحنی رشد را و تفسیر آن
۵	۹۵/۹/۲۳	-آشنایی با انواع ایمنی و برنامه واکسیناسیون کشوری -آشنایی با انواع واکسنهای کودکان ( زمان تزریق ، نحوه تزریق ، دوز و شرایط نگهداری هر یک )
۶	۹۵/۹/۳۰	-آشنایی با نحوه معاینات دوره ای نوزاد و کودک (بینایی، شنوایی، رشد و...) - بهداشت اجتماعی کودک ( در مدرسه ، مهدکودک، بازی و ...) و تاثیر آن بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی کودک - بهداشت روانی کودک (اهمیت نوازش، تشویق و تنبیه و ...)
۷	۹۵/۱۰/۷	آشنایی با بوکلت مراقبت های ادغام یافته کودک سالم (غیر پزشک) - آشنایی با استفاده از بوکلت مراقبت های ادغام یافته ناخوشیهای اطفال (غیر پزشک)
۸	۹۵/۱۰/۱۴	- اصول بهداشت مدارس - بهداشت کودکان معلول جسمی و ذهنی - آشنایی با دستورالعملهای وزارت بهداشت و درمان در زمینه مراقبت از کودکان و طرحهای غربالگری کودکان

منابع اصلی درس:

- ۱- بهداشت مادر و کودک دکتر سوسن پارسای
- ۲- کتاب جامع بهداشت عمومی دکتر حسین حاتمی
- ۳- بارداری و زایمان ویلیامز
- ۴- بیماریهای کودکان نلسون
- ۵- WHO و UNICEF حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر در بیمارستانهای دوستدار کودک. وزارت بهداشت. اداره سلامت کودکان
- ۶- بوکلت مراقبتهای ادغام یافته سلامت مادران (غیر پزشک). وزارت بهداشت. گروه سلامت جمعیت و خانواده
- ۷- بوکلت مراقبت های ادغام یافته کودک سالم (غیر پزشک) وزارت بهداشت؛ معاونت سلامت دفتر سلامت خانواده اداره کودکان
- ۸- بوکلت مراقبت های ادغام یافته ناخوشیهای اطفال (غیر پزشک) وزارت بهداشت؛ معاونت سلامت دفتر سلامت خانواده اداره کودکان
- ۹- آخرین پروتوکلهای وزارت بهداشت و درمان و آموزش پزشکی در زمینه بهداشت باروری؛ تنظیم خانواده؛ مادر و کودک گروههای آسیب پذیر؛ تغذیه و روان

## منابع جهت مطالعه بیشتر:

- 1- هورمون شناسی و اندوکرینولوژی بالینی اسپروف
- 2- درسنامه پزشکی پیشگیری اجتماعی پارک؛ جان ادرت. آخرین چاپ