

به نام خدا
دانشگاه علوم پزشکی رفسنجان
دانشکده پرستاری مامایی و پیراپزشکی

نام درس: بهداشت مادر و کودک و باروری

نوع واحد: نظری

تعداد واحد: ۲ واحد

دروس پیشنیاز: بارداری و زایمان – کودکان و نوزادان و تغذیه

فراگیران: دانشجویان کارشناسی ناپیوسته مامایی

مدرس: لطفی پور

محل تشکیل کلاس: حضور در کلاس درس و نرم افزار نوید، ادابی کانکت، واتساپ

زمان ارائه واحد: نیمسال اول ۱۴۰۵-۱۴۰۴

مقدمه و معرفی درس:

با توجه به این نکته که حدود دو سوم جمعیت ما را مادران و کودکان تشکیل می‌دهند و این دو گروه از گروه‌های آسیب‌پذیر جامعه بوده و همچنین کودکان آینده ساز کشور می‌باشند و نیاز به مراقبت‌های ویژه دارند اهمیت این درس کاملاً مشخص می‌شوند. در ضمن بسیاری از مشکلاتی که در بزرگسالی در افراد دیده می‌شود از دوران کودکی ادامه داشته و یا زمینه ساز آن در دوران کودکی ایجاد شده است. بنابراین با مراقبت‌های مناسب می‌توان از این مشکلات جلوگیری کرد و عوارض آنها را کاهش داد. افزایش جمعیت نیز از مشکلات مهم جامعه می‌باشد که جامعه را با معضلات مهمی مانند کمبود غذا، مسکن، بهداشت و غیره روبرو می‌کند. بنابراین تنظیم خانواده یکی از اصول مهم بهداشت جامعه محسوب می‌گردد.

هدف کلی:

- ارتقاء دانش و نگرش لازم در زمینه بهداشت، قبل از ازدواج، دوران بارداری و پس از زایمان
- کسب دانش و نگرش در زمینه بهداشت مادر و کودک
- تشخیص نیاز و اولویت‌ها، برنامه ریزی بر اساس فرایند آموزش بهداشت، تهیه، اجرا و پیگیری آنها

- کسب دانش و نگرش در زمینه بهداشت گروههای آسیب پذیر
- کسب دانش و نگرش درخصوص روشهای تنظیم خانواده و اهمیت جمعیت و جمعیت شناسی
-

اهداف جزئي و رفتاري :

از دانشجو انتظار می رود پس از گذارندن این واحد قادر باشد: بهداشت باروری، مادر و کودک و تنظیم خانواده ، فلسفه ، اصول و دامنه آنها را بداند.

۱. PHC، اصول، سطوح و اجزای آن را تعریف نماید.
۲. MCH را تعریف کرده و نقش آن را در ارتقاء سلامت جامعه و خانواده شرح دهد.
۳. سیاست های جهانی و کشوری در PHC،MCH را ذکر کند.
۴. نقش ماما در MCH ، PHC را توضیح دهید .
۵. جمعیت ، ساختار و اثرات آن را بر رشد و توسعه اجتماعی ،اقتصادی و فرهنگی بیان نماید.
۶. بهداشت و سلامت مادر بشناسد.
۷. بهداشت دوران بلوغ(سازگاری با تغییرات تغییرات جسمی و روانی، اجتماعی دوران بلوغ) تغذیه ورزش و بهداشت قاعدگی را بلد باشد.
۸. آموزشهای قبل از ازدواج و مشاوره را بدانند
۹. مشاوره قبل ، حین و بعد از زایمان را بدانند.
۱۰. نشانه های حاملگی را به تفکیک حدسي،احتمالي وقطعي فهرست کند.
۱۱. بر اساس تاریخ آخرین قاعدگی، زمان احتمالي زایمان را محاسبه نماید.
۱۲. تغییرات جسمي ورواني در دوران حاملگی را توضیح دهد.
۱۳. اهمیت مراقبت های دوران بارداری را شرح دهد و چگونگی انجام این مراقبتها را بر حسب زمان بیان کند.
۱۴. آموزش مددجو در مورد چگونگی مراقبت از خود در دوران بارداری را شرح دهد.

۱۵. نیازهای تغذیه ای در دوران بارداری را فهرست کند.
۱۶. علائم خطرناک در دوران بارداری را تفکیک کند و اهمیت هر یک را بیان نماید.
۱۷. واکسیناسیون در دوران بارداری را بر حسب لازم، ممکن و ممنوع تفکیک کند.
۱۸. ورزشهای دوران بارداری را به دیگران آموزش دهد.
۱۹. ناراحتی های جزئی در دوران بارداری را لیست کند و نحوه مقابله با هر کدام را بیان نماید.
۲۰. تغییرات جسمی و روانی بعد از زایمان و آموزشهای خاص این دوره را شرح دهد.
۲۱. بهداشت جنسی و اجتماعی زن را بلد باشد.
۲۲. از خشونت خانگی، زن سرپرست خانوار و حمایت های اجتماعی آگاهی داشته باشد.
۲۳. شاخص های مهم حیاتی در بهداشت مادران و نوزادان را برشمارد.
۲۴. بهداشت مادر و نوزادان را تعریف نماید.
۲۵. اهداف بهداشت مادر و کودک را شرح دهد.
۲۶. فرهنگ و تأثیر آن بر بهداشت مادر و نوزاد را شرح دهد.
۲۷. تعریف سلامت و سلامت زن و نظر اسلام نسبت به سلامت زن را بیان نماید.
۲۸. نقش زن در جامعه را بیان نماید.
۲۹. پایش رشد، واکسیناسیون، مراقبتهای ادغام یافته کودک سالم و ناخوشی های اطفال را بداند.
۳۰. ار بهداشت جسمی و رانی کودک سالم و معلول آگاهی داشته باشد.
۳۱. خدمات تنظیم خانواده را بشناسد.
۳۲. گروههای آسیب پذیر و خدمات موجود برای آنها را بشناسد.
۳۳. سالمندی و مراحل ، سبک زندگی ، نیازها و مراقبتهای آنها را بشناسد.
۳۴. با دستور العمل های وزارت بهداشت در خصوص مراقبتهای مادر و کودک آشنایی داشته باشد.

(۱) .وظایف و ارزشیابی فراگیر:

- ۱- حضور در کلاسهای درس
- ۲- حضور منظم در فضای مجازی کلاس (در صورت لزوم)

- ۲- ارائه تکالیف انجام شده در موعد مقرر لطفا در یک فایل word ایمیل بفرمایید
- ۳- پاسخ به سوالات کلاسی در فضای مجازی آنلاین ۴۰% (Adobe connect) یا کلاسهای حضوری
- ۴- شرکت در بحث گروهی در فضای مجازی آنلاین ۲۰% (Adobe connect) یا در کلاسهای حضوری
- ۵- آزمون میان ترم (جلسه بعد از بحث گروهی بصورت چهارگزینه‌ای) ۲۰% (سامانه فرادید) یا حضوری بر حسب شرایط
- ۶- آزمون پایان ترم (سوالات چهارگزینه‌ای) ۲۰% (سامانه فرادید) یا حضوری بر حسب شرایط

روش آموزش:

- سخنرانی
- بعضی جلسات نظیر روشهای پیشگیری از بارداری به صورت ایفای نقش
- پرسش و پاسخ
- بحث گروهی-تدریس معکوس
- استفاده از مولاژ، وایت برد و پاور پوینت

جدول زمانبندی و محتوای درس پیش بینی شده برای هر جلسه

جلسه	معرفی درس ، آشنایی با دانشجویان، ارائه طرح درس اصطلاحات و تعایف در بهداشت مادر کودک ،
اول	شاخص های مهم حیاتی در بهداشت مادران و نوزادان، سطوح و اجزا و اصول MCH_ نقش ماما و سیاستهای جهانی و کشوری بهداشت باروری و حیطه آن
دوم	بلوغ و سازگاری با تغییرات (جسمی، روانی، اجتماعی، تغذیه ، ورزش، بهداشت قاعدگی)
سوم	مشاوره قبل از ازدواج، مشاوره قبل از بارداری
چهارم	مراقبت بارداری ۱
پنجم	مراقبت بارداری ۲
" ششم	مراقبت پس از زایمان تغییرات فیزیکی و فیزیولوژیکی دوران نفاس ، غم و اندوه بعد از زایمان، سازگاری خانواده (مادر، پدر، خواهران و برادران) با تولد نوزاد. نظر اسلام نسبت به بهداشت دوره نفاس و احکام شرعی مربوطه
" هفتم	تغذیه با شیر مادر، مراقبت کانگرویی، ذخیره شیر مادر
" هشتم	رشد و تکامل و مراقبت از کودک (کودک سالم)- بهداشت روانی کودک
	امتحان میان ترم

	" نهم
مانا(مراقبت ادغام یافته ناخوشی های اطفال)	"دهم
واکسیناسیون، زنجیره سرما	یازدهم
تنظیم خانواده ، اهمیت و اهداف تنظیم خانواده، نظر اسلام نسبت به تنظیم خانواده و روشهای تایید شده پیشگیری از بارداری در اسلام، انواع روشهای پیشگیری از بارداری	وزدهم
روشهای موقت پیشگیری از بارداری : روشهای هورمونی (هورمونهای خوراکی، تزریقی، کپسولهای کاشتنی، روشهای اورژانس پیشگیری از بارداری) روشهای غیر هورمونی (کاندومهای مردانه و زنانه، سایر روشهای سد کننده و IUD مکانیسم اثر و عوارض و نحوه مشاوره و آموزش به مدد جو روشهای دائمی پیشگیری از بارداری: لوله بستن مردان، لوله بستن زنان بهداشت و تنظیم خانواده مزایا و معایب و نحوه انجام آن، نقش برقراری ارتباط در ارائه خدمات ارائه خدمات سالمندی ^۱	یازدهم
سالمندی ^۲	پانزدهم
بهداشت گروههای آسیب پذیر - معلولیت	جلسه شانزده

فهرست منابع:

- ۱- اصول و کلیات خدمات بهداشتی مولفین: دکتر محمد حسین باقیانی مقدم و دکتر محمد حسن احرام پوش
- ۲ - اصول خدمات بهداشت جامعه (بهداشت ۱) مولف: دکتر سهیلا نظرپور
- ۳ - بهداشت عمومی مولفین: دکتر حسین حاتمی و همکاران آخرین چاپ
- ۴ - منابع مربوط به دروس بارداری و زایمان و بیماریهای زنان ، آخرین چاپ
- ۵ - منابع مربوط به دروس بهداشت ۱ و ۲ و ۳ ، آخرین چاپ
- ۶ - کلیه دستور العمل های بهداشت و بوکلت های سلامت مادران – بوکلت کودک سالم مانا ، آخرین چاپ

موفق باشید: لطفی پور