



دانشکده پرستاری و مامایی همدان

طرح درس

بخش اول:

<p>مشخصات درس:</p> <p>نام و نام خانوادگی: دکتر رفعت بخت-آرزو شایان</p> <p>دانشکده: پرستاری و مامایی</p> <p>گروه آموزشی: بهداشت مادر و کودک - مامایی و بهداشت باروری</p> <p>مرتبه دانشگاهی: استادیار</p> <p>مدرک تحصیلی: دکتری</p>
<p>مشخصات درس</p> <p>عنوان درس: بهداشت مادر و کودک و باروری</p> <p>تعداد واحد: ۲</p> <p>دروس پیشنهادی: بهداشت ۳</p>
<p>مشخصات فراگیران:</p> <p>رشته تحصیلی: مامایی</p> <p>مقطع: کارشناسی</p>

بخش دوم:

اهداف کلی درس:

- ارتقاء دانش و نگرش لازم در زمینه بهداشت قبل از ازدواج، دوران بارداری و پس از زایمان
- کسب دانش و نگرش لازم در زمینه بهداشت مادر و کودک جهت تامین بهداشت و سلامت جسمی، روانی و اجتماعی مادر و کودک
- تشخیص نیاز و اولویتها، برنامه ریزی براساس فرآیند آموزش بهداشت، تهیه، اجرا و پیگیری برنامه های آموزش بهداشت برای مادر، خانواده، جامعه
- کسب دانش و نگرش در خصوص بهداشت گروههای آسیب پذیر
- کسب دانش و نگرش در خصوص انواع روشهای تنظیم خانواده و نیز اهمیت جمعیت و جمعیت شناسی

سرفصل دروس:

۱- مقدمه (۲ ساعت)

- تعریف بهداشت باروری، مادر و کودک و تنظیم خانواده، فلسفه، اهداف، اصول و دامنه آنها
- آشنایی با تیمهای سلامت و بهداشتی و پزشک خانواده و نقش و وظایف ماما در تیم پزشک خانواده و سایر قسمت های سیستم بهداشتی
- مروری بر خدمات PHC و MCH و نقش ماما در آن - خدمات بهداشت باروری و مادر و کودک و تنظیم خانواده در ایران و جهان
- توسعه پایدار کشورها و نقش نیروی انسانی سالم - اهمیت تعیین کننده های اجتماعی سلامت (SDHs) اهمیت جمعیت و شاخصهای جمعیتی و تعریف آنها - شاخصهای بهداشتی و اهمیت و تعریف آنها
- اهمیت جمعیت و شاخصهای جمعیتی و تعریف آنها شاخصهای بهداشتی و اهمیت و تعریف آنها
- اهداف هزاره سوم MDG مرتبط با بهداشت باروری و وضعیت ایران در دستیابی به این اهداف

۲- بهداشت و سلامت مادر (۶ ساعت)

- بهداشت دوران بلوغ (سازگاری با تغییرات جسمی روانی و اجتماعی، تغذیه، ورزش، بهداشت قاعدگی)
- معاینات بهداشتی و پزشکی لازم و آموزش و مشاوره قبل از ازدواج و ازدواج، مروری بر مشاوره و مراقبت قبل از بارداری (بر اساس دستورالعمل های موجود کشوری)
- مروری بر بهداشت و مراقبت زن باردار با تکیه بر سلامت اجتماعی و سلامت خانواده زن باردار و برنامه ها و کلاسهای آمادگی برای زایمان
- مروری بر بهداشت زن در دوران پس از زایمان و شیردهی و انجام مراقبتهای پس از زایمان تا ۲ ماه طبق پروتوکل

وزارت بهداشت

- بهداشت جنسی زنان و روابط و رضایت زناشویی
- بهداشت اجتماعی زن: مشکل تامین اقتصادی، مشاغل سخت، آلودگی های محیطی، خشونت های خانگی، قوانین کار برای زنان باردار و شیرده، غیر باردار و سرپرست خانوار و بی سرپرست
- حمایت خانواده و اجتماع از زن باردار و شیرده و قوانین و سازمان های حمایتی مربوطه کشوری و جهانی
- ۳- **بهداشت نوزاد و کودک (۱۰ ساعت)**
- اهمیت و نقش بهداشت جسمی نوزاد و کودک - اهمیت و نقش تغذیه با شیرمادر شامل - تغذیه با شیرمادر و **bonding**, **attachment** ساعت اول زندگی - تکنیک صحیح شیردهی و عوارض عدم رعایت آن - عوامل مؤثر بر افت شیردهی، راه های پیشگیری و درمان مشکلات شایع شیردهی، روش های جمع آوری، ذخیره، فریز و ذوب کردن شیرمادر - نقش آموزش و مشاوره شیردهی - استراتژی های بیمارستان های دوستدار کودک - توانمندسازی والدین در نگهداری شیرخوار - اهمیت ارتباط عاطفی میان شیرخوار و والدین بخصوص در دوره نوزادی (۲۸ روز اول)
- نقش و اهمیت مراقبت کانگورویی در مراقبت از نوزاد بویژه نوزاد نارس (جایگزینی برای انکوباتور)
- مراحل مختلف رشد و تکامل از تولد تا نوجوانی و روان شناسی رشد
- پیش رشد و تکامل روانی، اجتماعی و شناختی کودک
- رسم و تفسیر منحنی رشد، تشخیص اختلال در رشد و تکامل و اقدامات لازم
- معاینات دوره ای کودک و توجه از دهان و دندان
- عوامل مساعد کننده، راه های پیشگیری و مراقبت در مشکلات شایع کودکان مثل دندان درآوردن، نفخ، دل درد، شب ادراری، ناخن جویدن، استفراغ، یبوست و کم اشتها، اسهال و عفونت های حاد تنفسی کودکان
- مروری بر تغذیه نوزادان و کودکان در سنین مختلف تا نوجوانی
- برنامه ایمن سازی همگانی مادر و کودک بر اساس دستورالعمل وزارت بهداشت و درمان، عوارض واکسینا و آموزش مراجعین
- مراقبت ادغام یافته کودک سالم (ویژه غیرپزشک) شامل: ارزیابی و طبقه بندی کودک، مشاوره با مادر، پیگیری و نمودارهای رشد
- مراقبتهای ادغام یافته ناخوشیهای اطفال (ویژه غیر پزشکان) شامل: ارزیابی و طبقه بندی کودک، درمان کودک (قبل از ارجاع و براساس طبقه بندی چارت)، پیگیری کودک، مشاوره با مادر، تغذیه، زمان مراجعه - شیرخوار بیمار (زیر ۲ ماه) شامل: ارزیابی و طبقه بندی، درمان و مشاوره با مادر و پیگیری
- بهداشت روانی نوزاد و کودک، ارتباط با سایر اعضای خانواده، اهمیت نوازش و تربیت، تنبیه، پاداش، برنامه روزانه زندگی کودک، بازی و غیره و تأثیر آنها بر سلامت روان کودک
- بهداشت اجتماعی کودک (روابط با افراد خانواده و همبازیها، کودکان و مهدکودک، بازی و تأثیر آن بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی کودک، قبول کودک به عنوان یک فرد و رفتار متناسب با او، کودک آزاری جنسی و جسمی
- بهداشت سنین قبل از مدرسه و مدرسه، بهداشت مدارس
- بهداشت کودکان معلول جسمی و ذهنی، توانبخشی و انواع آن
- آشنایی با دستورالعمل های وزارت بهداشت در خصوص مراقبت از کودکان و طرح های در حال اجرا غربالگری پس از تولد و دوران نوزادی و دوران کودکی

۴- بهداشت گروه‌های آسیب پذیر (۶ ساعت)

- تعریف و تقسیم بندی گروه‌های آسیب پذیر با تأکید بر غربالگری
- گروه های آسیب پذیر اجتماعی شامل زنان خیابانی - زندانیان زن - معتادین - فراری ها - ساکنین در مراکز بازپروری
- بهداشت گروه‌های آسیب پذیر شامل مادران، کودکان، سالمندان، معلولین و عقب افتاده ها و ارجاع و پیگیری در موارد وجود مشکل
- تعریف سالمندی و مراحل آن، بهداشت سالمندان شامل سبک زندگی، بهداشت روانی
- بیماریهای شایع در سالمندی، مکمل درمانی
- حمایت از سالمندان، سازگاری با شرایط سالمندی
- معرفی کنوانسیون حقوق کودک - حقوق بهداشت باروری

۵- جمعیت و تنظیم خانواده (۱۰ ساعت)

- انواع روشهای تنظیم خانواده و روشهای نوین پیشگیری(کاربرد، مکانیسم اثر، عوارض، پیگیری و...)، آموزش و مشاوره تنظیم خانواده و ارزشیابی برنامه های تنظیم خانواده CYP وسایر شاخص های ارزشیابی و برنامه ریزی تنظیم خانواده و شاخص ceep

۳- منابع:

- ۱- منابع مربوط به دروس بارداری و زایمان و بیماریهای زنان، آخرین چاپ
- ۲- منابع مربوط به دروس بهداشت او ۱ و ۲ و ۳ و اصول تغذیه و تغذیه درمانی مادرو کودک، آخرین چاپ
- ۳- درسنامه پزشکی پیشگیری اجتماعی، پارک، جان ادرت، آخرین چاپ.
- ۴- مراقبت ادغام یافته کودک سالم(ویژه غیرپزشک)وزارت بهداشت، معاونت سلامت، دفتر سلامت خانواده، اداره کودکان
- ۵- مراقبتهای ادغام یافته ناخوشیهای اطفال (ویژه غیرپزشکان)، وزارت بهداشت، معاونت سلامت، دفتر سلامت خانواده، اداره کودکان ۱۳۸۶
- ۶- راهنمای ارائه خدمات تنظیم خانواده (سطح اول و سطح دوم) در دو جلد- وزارت بهداشت، معاونت سلامت، دفتر سلامت خانواده و جمعیت
- ۷- شرح خدمات تیم سلامت و پزشک خانواده، وزارت بهداشت، اداره مدیریت برنامه های سلامت، کمیته بازنگری برنامه های سلامت مرکز توسعه شبکه
- ۸- بررسی عوارض ناخواسته ایمن سازی (AEFI Surveillance)، سازمان جهانی بهداشت، ترجمه: وزارت بهداشت، معاونت سلامت مرکز مدیریت بیماریها
- ۹- مراقبتهای ادغام یافته سلامت مادران(راهنمای خدمات خارج بیمارستانی) - وزارت بهداشت، دفتر سلامت خانواده و جمعیت، اداره سلامت مادران
- ۱۰- راهنمای کشوری انجام زایمان طبیعی و ارائه روشهای غیردارویی کاهش درد زایمان، وزارت بهداشت، دفتر سلامت خانواده و جمعیت، اداره سلامت مادر
- ۱۱- راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی و زایمان، بیمارستانهای دوستدار مادر - وزارت بهداشت، دفتر سلامت خانواده و جمعیت، اداره سلامت مادران
- ۱۲- مراقبت کانگرویی، لوزینگتن هو، اس، گلانت، اس کی، آخرین چاپ

۱۳ - مراقبت آغوشی (کانگروبی)، راهنمای مراقبت از نوزادان نارس ویژه والدین، وزارت بهداشت، دفتر سلامت خانواده و جمعیت، اداره سلامت نوزادان

۱۴ - WHO و UNICEF (last edition)، حمایت و ترویج تغذیه با شیر مادر در بیمارستانهای دوستدار کودک، وزارت بهداشت، اداره سلامت کودکان

۱۵ - نظام کشوری مراقبت مرگ مادری، وزارت بهداشت، معاونت سلامت، دفتر سلامت خانواده و جمعیت، اداره سلامت مادران

۱۶ - آخرین پروتکل های وزارت بهداشت در خصوص بهداشت باروری، مادر و کودک و تنظیم خانواده و گروه های آسیب پذیر، تغذیه و روان

۱۷ - آخرین شاخصهای بهداشتی و آمارهای اعلام شده در مورد ایران و دیگر کشورهای جهان از سوی وزارت بهداشت و سازمان جهانی بهداشت و دیگر سازمانهای بین المللی نظیر یونیسف، صندوق کودکان بین الملل، صندوق جمعیت بین الملل، یونسکو و...

۱۸ - آخرین آمارهای جمعیتی اعلام شده از سوی سازمان آمار ۱۹ - کتابهای معتبر جمعیت شناسی و همچنین کتابهای مربوط به بهداشت مدارس

۲۰ - کتابهای معتبر انگلیسی و فارسی در خصوص تنظیم خانواده مثل کتاب Family planning اسپروف

۴- شیوه آموزش: سخنرانی همراه با Powerpoint، نمایش فیلم و پرسش و پاسخ

۵- وظایف دانشجو: حضور و مشارکت فعال در کلاس

جدول ارائه درس

جلسه	عنوان درس	اهداف کلی جلسه
اول	PHC و بهداشت مادر و کودک و بهداشت باروری و اهداف توسعه هزاره	مروری بر چگونگی طرح PHC، تعریف و اجزاء آن و بهداشت مادر و کودک و بهداشت باروری و تنظیم خانواده و فلسفه و دامنه و خدمات آن در اهداف توسعه هزاره (MDG مرتبط با بهداشت باروری و وضعیت ایران در دستیابی به آن
دوم	بهداشت دوران بلوغ، مشاوره قبل ازدواج، مروری بر مشاوره قبل بارداری	بهداشت دوران بلوغ (سازگاری با تغییرات جسمی و روانی و اجتماعی، تغذیه، بهداشت قاعدگی، معاینات بهداشتی و پزشکی و آزمایشات قبل از ازدواج، تعریف و اهمیت مشاوره قبل از بارداری، شرح حال و معاینات مراقبت های قبل از بارداری
سوم	ادامه مشاوره قبل بارداری، مروری بر بهداشت و مراقبت های زن باردار و کلاس آمادگی برای زایمان	مروری بر آزمایشات و آموزش ها و توصیه های قبل از بارداری مروری بر بهداشت و مراقبت های زن باردار با تکیه بر سلامت اجتماعی و سلامت خانواده زن باردار و برنامه ها و کلاس های آمادگی برای زایمان
چهارم	ادامه مراقبت های بارداری و مرور بر بهداشت پس از زایمان و بهداشت جنسی و اجتماعی زنان	مروری بر بهداشت پس از زایمان و شیردهی و انجام مراقبتهای پس از زایمان طبق پروتکل ، بهداشت جنسی زنان و روابط و رضایت زناشویی آشنایی با مشکل تامین اقتصادی، مشاغل سخت، خشونت های خانگی، کار برای زنان باردار و شیرده

<p>تعریف و تقسیم بندی گروههای آسیب پذیر با تاکید بر غربالگری بهداشت گروههای آسیب پذیر شامل مادران، کودکان، سالمندان، معلولین و عقب افتاده ها و ارجاع و پیگیری در موارد وجود مشکل</p> <p>تعریف سالمندی و مراحل آن، بیماری های شایع در سالمندی، مکمل درمانی، بهداشت سالمندان شامل سبک زندگی، مکمل درمانی معرفی کنوانسیون حقوق کودک و حقوق بهداشت بارور</p>	<p>بهداشت گروه های آسیب پذیر</p>	<p>پنجم</p>
<p>تعریف و انواع روش های تنظیم خانواده، کاربرد، مکانیسم اثر، عوارض، ممنوعیت کاربرد، پیگیری</p>	<p>تنظیم خانواده و روش های غیر هورمونی</p>	<p>ششم</p>
<p>روشهای سد کننده و پرهیز دوره ای جلوگیری از بارداری (کاربرد، مکانیسم اثر، عوارض، ممنوعیت کاربرد، پیگیری</p>	<p>ادامه روش های غیر هورمونی تنظیم خانواده،</p>	<p>هفتم</p>
<p>عقیم سازی (کاربرد، مکانیسم اثر، عوارض، ممنوعیت کاربرد، پیگیری)، مشاوره و ارزشیابی برنامه های تنظیم خانواده، CYP</p>	<p>ادامه روش های غیر هورمونی تنظیم خانواده، مشاوره و ارزشیابی تنظیم خانواده</p>	<p>هشتم</p>
<p>مراقبت های قبل از بارداری بهداشت دستگاه گوارش زن باردار را شرح دهد.</p> <p>بهداشت پوست، پستان و دستگاه گردش خون را شرح دهد.</p> <p>تغذیه سالم زن باردار را بیان کند.</p> <p>نحوه آموزش به مادر در زمینه بهداشت</p>	<p>آشنایی با بهداشت جسمی زن باردار</p>	<p>نهم</p>

<p>تغییرات روحی در طی حاملگی را شرح دهد.</p> <p>وحشت از زایمان، علل آن و نحوه رفع آن را شرح دهد.</p> <p>مشکلات روانی پس از زایمان را شرح دهد.</p> <p>تغییرات روحی، روانی بدنبال سقط و ... را شرح دهد.</p> <p>نحوه آموزش به مادر در مورد بهداشت روان زن باردار را شرح دهد.</p> <p>بهداشت پوست، پستان و دستگاه تناسلی را شرح دهد.</p> <p>تغذیه سالم زن بعد از زایمان را بیان کند.</p> <p>نحوه آموزش به مادر در زمینه بهداشت جسمانی (با تاکید بر ورزش و تغییرات وزن و ...) را شرح دهد.</p>	<p>آشنایی با بهداشت روان زن باردار</p> <p>آشنایی با بهداشت زن در دوران بعد از زایمان</p>	<p>دهم</p>
<p>تغذیه کودک در سنین مختلف از شیرخوارگی تا سنین مدرسه را توضیح دهد.</p> <p>نحوه تغذیه کودک در سنین مدرسه را شرح دهد.</p> <p>اصول تغذیه از شیر مادر را در کودک سالم بیان کند.</p> <p>فواید شیر مادر از بعد مادر و کودک و ابعاد اقتصادی آن را شرح دهد.</p> <p>اصول تغذیه کودک بیمار از شیر مادر را بیان کند.</p> <p>موارد منع مصرف دارو توسط مادر در دوران شیردهی را بیان کند.</p> <p>برنامه تغذیه از شیرهای غیر شیر مادر (شیر خشک، شیر گاو و شیر پاستوریزه) را شرح دهد.</p>	<p>آشنایی با تغذیه کودک</p> <p>آشنایی با تغذیه کودک با شیر مادر و تغذیه مصنوعی و از شیرگیری کودک</p>	<p>یازدهم</p>
<p>رشد و تکامل کودک را شرح دهد.</p> <p>اصول رشد و تکامل کودک را شرح دهد.</p> <p>عوامل ارثی مؤثر بر رشد و تکامل را شرح دهد.</p> <p>عوامل محیطی مؤثر مؤثر بر رشد و تکامل کودک را شرح دهد.</p>	<p>آشنایی با رشد و تکامل کودک</p>	<p>دوازدهم</p>

<p>تغییرات رشد جسمانی کودک در مراحل مختلف زندگی را شرح دهد.</p> <p>تغییرات تکامل در دوره‌های مختلف زندگی را نام ببرد.</p> <p>انواع تکامل را نام ببرد.</p> <p>نحوه انجام واکسیناسیون در مورد ۷ بیماری مهم کودکان را توضیح دهد.</p> <p>عوارض و مکانیسم اثر واکسن‌های مربوطه را تشریح کند.</p> <p>علائم و عوارض بیماری‌های مربوطه را تشریح کند.</p>	<p>آشنایی با رشد و تکامل کودک</p> <p>آشنایی با واکسیناسیون کودک</p>	<p>سیزدهم</p>
<p>مشاوره و انواع آن را در خدمات مادر و کودک بیان کند.</p> <p>نقش ماما بعنوان مشاور را بیان کند.</p> <p>بهداشت جسمی ازدواج را شرح دهد.</p> <p>بهداشت روانی ازدواج را شرح دهد.</p> <p>نحوه انجام مشاوره قبل از ازدواج را تشریح کند.</p> <p>نحوه انجام مشاوره هنگام ، بلوغ و نوجوانی را تشریح کند</p> <p>مشاوره جهت انجام آماده کردن افراد برای پدر و مادر شدن را بیان کند</p> <p>مشاوره جهت انجام آماده کردن زن برای یائسگی را تشریح کند</p> <p>تغذیه سالم و استفاده از مکمل‌ها در دوران یائسگی را بیان کند.</p> <p>بهداشت جسمی دوران یائسگی را شرح دهد</p> <p>بهداشت روانی دوران یائسگی را شرح دهد.</p> <p>اهداف و فلسفه آموزش بهداشت را راتشریح کند.</p> <p>مبانی و اصول آموزش بهداشت را نام ببرد.</p> <p>انواع روش‌های آموزش بهداشت را برای مادران در دوران حاملگی و پس از زایمان تشریح کند.</p> <p>فرایند آموزش به جامعه و خانواده را بیان کند.</p>	<p>آشنایی با مشاوره (در خدمات مادر و کودک)</p> <p>آشنایی با مشاوره (در خدمات مادر و کودک)</p> <p>آشنایی با آموزش بهداشت</p>	<p>چهاردهم</p>
<p>بهداشت دستگاه گوارش نوزاد را شرح دهد (دندان، د، آ، د، ن، - اسهال ، - استفراغ و</p>	<p>آشنایی با بهداشت جسمی نوزاد و کودک</p>	<p>پانزدهم</p>

<p>بیوست) بهداشت دستگاه تنفس نوزاد را شرح دهد. (سرفه - آبریزش - سرماخوردگی و ...) چگونگی خواب و استراحت طبیعی در نوزاد را بیان کند.</p>		
<p>نحوه ارتباط کودک با مادر و نقش آن در بهداشت روان کودک را شرح دهد. اهمیت نوازش و پاداش و تربیت را در تکامل کودکان شرح دهد. انواع تنبیه را در کودکان شرح دهد. عوارض و مزایای انواع تنبیه را شرح دهد. کیفیت روابط کودک با افراد خانواده و همبازی ها را توضیح دهد. نقش کودکانستان و مهد کودک در تربیت کودک و رشد و تکامل کودک را بیان کند. انواع بازی کودکان را نام ببرد و توضیح دهد. تأثیر بازی بر سلامت جسمی روانی و اجتماعی کودک را تشریح کند.</p>	<p>آشنایی با بهداشت روان نوزاد و بهداشت اجتماعی کودک</p>	<p>شانزدهم</p>

نحوه ارزشیابی درس			
درصد از امتیاز کل	تعداد امتیاز	ارزشیابی دانشجو	ردیف
٪۷۵	۱۵	امتحان پایان ترم	۱
٪۱۵	۳	امتحان میان ترم	
٪۱۰	۲	کوئیز و مشارکت در کلاس	۲
٪۱۰۰	۲۰		جمع