

نام درس: پرستاری بهداشت مادر و نوزاد

کد درس ۲۲

پیش نیاز یا همزمان: دارو شناسی (فارماکولوژی)، فرایند آموزش بیمار (Patient education)

تعداد واحد: ۲/۵

نوع واحد: نظری

هدف کلی درس: هدف این درس انتقال دانش، نگرش و مهارتهای لازم به دانشجو نسبت به بهبود سلامت مادران و نوزادان با رویکرد خانواده محور در راستای تامین سلامت جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی از لقاح تا کهنسالی است. و نیز شناخت پویائی فیزیکی، فیزیولوژیکی و روانی مادر و نوزاد و نحوه سازگاری آن ها با این مراحل مد نظر می باشد.

هم چنین آموزش برای پذیرش نقش مادری و پیشگیری از عوامل تاثیر گذار مذهبی، فرهنگی، اقتصادی و اجتماعی بر سلامت زن و خانواده در انتظار فرزند است

شرح درس: این درس بر پی ریزی یک جامعه سالم مبتنی بر موازین اسلام استوار است. بر این اساس مفاهیم بهداشت مادران و نوزادان، قلمرو فعالیت مادر، نوزاد و سلامت زن به عنوان یک اولویت در ارائه مراقبت های بهداشتی اولیه با توجه به استراتژی های سازمان بهداشت جهانی است، اهمیت آموزش در تامین، حفظ و ارتقاء سلامت مادران، نوزادان و پیشگیری از عوارض ناشی از تغییرات بلوغ، بارداری، زایمان و یائسگی شرح داده می شود. این درس با حضور فعالانه دانشجویان در حیطه های آموزش نظری و عملی و آشنائی با مراحل طبیعی زندگی مادر و نوزاد به آن ها فرصت می دهد تا توانائی های لازم را برای ارزیابی سلامت مادر، جنین و نوزاد و به طور کلی خانواده در انتظار فرزند و تشخیص مسائل و مشکلات آن ها کسب نمایند. نظریه ها و اصول پرستاری ارائه شده در این درس پایه ای برای کاربرد تفکر انتقادی، تحقیق و استفاده از فرآیند پرستاری در مراقبت بهداشتی از مادران و نوزادان خواهد بود.



رئوس مطالب: (۳۳ ساعت نظری)

نظری:

کلیات پرستاری و بهداشت مادران و نوزادان:

- تعریف، اهداف، قلمرو گسترش فعالیت پرستاری بهداشت مادران و نوزادان، نظام ارائه خدمات بهداشت مادران و نوزادان و عوامل موثر بر آن، شاخص های مهم حیاتی در بهداشت مادران و نوزادان (میزان های تولد، مرگ و میر مادر، نوزاد)
- استانداردهای مراقبت در بهداشت مادران و نوزادان، مسائل و چالشهای قانونی و اخلاقی
- کاربرد فرآیند پرستاری با تأکید بکارگیری تفکر انتقادی در تأمین و حفظ بهداشت مادران و نوزادان
- ملاحظات فرهنگی و مذهبی و تاثیر آن بر بهداشت مادران و نوزادان (تغذیه، ویار، چشم زخم و ...)
- آمادگی و پذیرش خانواده نسبت به حاملگی و تولد نوزاد

سلامت زن:

- تعاریف سلامت، سلامت زن، نظر اسلام نسبت به سلامت زن
- بلوغ، اولین قاعدگی، عوامل موثر بر شروع اولین قاعدگی، سندرم پیش از قاعدگی اختلالات قاعدگی

- دوره باروری:
- سندرم پیش از یائسگی، یائسگی و عوامل موثر بر آن، عوارض یائسگی
- انجام مداخلات پرستاری در این دوران بر اساس تشخیص های پرستاری

مروری بر آناتومی و فیزیولوژی دستگاه تناسلی زن:

- اندام های تناسلی خارجی: برآمدگی ونوس، لب های بزرگ و کوچک، کلیتوریس، پرینه، دهلیز، غددبارتولن، غدد اسکن، دهانه پیشابراه، مدخل مهبل و پرده بکارت.
- اندام های تناسلی داخلی: مهبل، رحم، لوله های رحمی، تخمدان ها، عروق خونی، درناژلنفوای، رباط ها و اعصاب هریک از اندام های تناسلی.
- سیکل تناسلی: سیکل تخمدانی (مرحله قبل از تخمک گذاری، مرحله تخمک گذاری و مرحله بعد از تخمک گذاری) سیکل قاعدگی (مراحل قاعدگی، تکثیری، ترشحي و قبل از قاعدگی) تاثیر هورمون ها بر سیکل تناسلی زن

لقاح و رشد و تکامل جنینی:

- بلوغ تخمک و اسپرم، انتقال تخمک و اسپرم به لوله های رحمی، لقاح تشکیل و تقسیم تخم، لانه گزینی تخم
- تکوین و تکامل جفت (طرز تشکیل و اعمال جفت)، بند ناف (طرز تشکیل و اعمال بند ناف)، مایع آمنیوتیک (منبع، خصوصیات و اعمال آن)
- پرده های جنینی، رشد و تکامل جنینی، دوره های زندگی تخم، رویان و جنین، مشخصات هر دوره
- رشد و تکامل جنینی در هر دوره، عوامل موثر بر رشد و تکامل جنین، گردش خون جنین

بارداری

- تعریف واژه ها و اختصارات
- علائم و نشانه های حاملگی (علائم حدسی، احتمالی، قطعی)، روش های محاسبه تاریخ احتمالی زایمان
- تغییرات دوران بارداری:
- تغییرات جسمی: تغییرات دستگاه تناسلی (مهبل، رحم، لوله های رحم) پستان ها، دستگاه گردش خون و قلب، دستگاه تنفس، دستگاه گوارش، دستگاه ادراری، وزن، پوست و جدار شکم، غدد مترشحه داخلی، تغییرات اسکلتی، عضلانی و عصبی
- تغییرات روانی (۱): واکنش های روانی مادر، پدر و خانواده در انتظار فرزند در دوران بارداری، تصویر ذهنی زن در بارداری، روان زیست شناسی مادری (نقش هورمون ها و عواملی که در نقش مادری یک زن موثرند). تکامل وظایف مادری (سه ماهه اول، دوم، سوم)، تدابیر پرستاری در تقویت تطبیق مادر با بارداری، نظر اسلام نسبت به نقش مادر در خانواده (۲) واکنش های روانشناختی پدر نسبت به حاملگی، روان زیست شناسی پدری، پدر شدن و مراحل آن، نقش پرستار در مراحل پدر شدن، نظر اسلام نسبت به نقش پدر در خانواده در دوران بارداری زن، مفهوم سندرم کواد (couvade syndrome) در مردان در دوران حاملگی زن.



مراقبت های دوران بارداری:

- اهمیت مراقبت های دوران بارداری، ارزیابی سلامت مادر در دوران بارداری (معاینات اولیه ، معاینات عمومی، گرفتن شرح حال، معاینات مامائی و تست های آزمایشگاهی)، ملاقات روتین (فواصل ملاقات و معاینات مربوطه)
- آموزش مددجو در رابطه با مراقبت از خود: مراقبت از پوست ، پستان ها ، دندان ها ، نوع لباس ، دفع ، خواب و استراحت ، ورزش ، مسافرت ، اشتغال به کار ، مقاربت ، مضرات استفاده از مواد زیان آور مثل سیگار و الکل ، مواد مخدر ، اشعه ایکس ، داروها و اثرات آنها بر جنین
- تغذیه در دوران بارداری: تغذیه و نیازهای غذائی در این دوران ، عوامل خطر تغذیه ای ، آموزش جهت تامین مواد غذائی
- آموزش مددجو در مورد علائم خطرناک و هشدار دهنده در دوران بارداری (خونریزی مهبل ، تورم صورت و انگشتان ، تاری دید ، سردردهای شدید و طولانی ، پارگی کیسه آب)
- واکسیناسیون در دوران بارداری
- آموزش تمرینات تنفسی ، تن آرامی و ورزش های مناسب دوران بارداری
- توصیه های اسلام در مورد بهداشت جسمی و روانی دوران بارداری
- ناراحتی های جزئی دوران بارداری و تدابیر پرستاری مربوطه : تهوع، استفراغ صبحگاهی ، تکرر ادرار ، سوزش معده ، نفخ شکم، یبوست، هموروئید، کمردرد، واریس پا ، انقباضات و کرامپ ها ، خیز، ترشحات مهبل ، تنگی نفس ، بی خوابی، کاهش فشارخون وضعیتی ، سندرم کارپال تانل (Carpal tunnel syndrome).

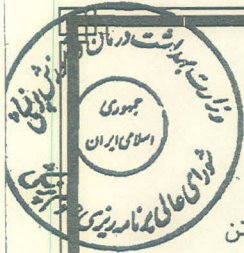
ارزیابی سلامت جنین

- اهمیت و دلایل بررسی سلامت جنین
- انواع روش های تهاجمی و غیر تهاجمی تشخیص سلامت جنین ، واکنش های روانی مادر به روش های تشخیص سلامت جنین ، مانیتورینگ داخلی و خارجی ، داپلر ، سونوگرافی ، ارزیابی حرکات جنین، OCT NST، بیوفیزیکال پروفایل جنینی (FBP) ، نمونه برداری از پرزهای کوریون (CVS)، نمونه گیری از خون بندناف (PUBS) ، آمینو سنتز و آخرین روش ها بر اساس پیشرفت های نوین طب جنینی (تعریف ویژگی های هر روش ، موارد استفاده ، عوارض و مراقبت های پرستاری در هر روش)

ژنتیک و مشاوره ژنتیک

- اهمیت ژنتیک در بهداشت مادران و نوزادان
- مروری بر اختلالات کروموزومی (اختلالات کروموزوم های جنسی و غیر جنسی) و اختلالات ژنی (الگوی انتقال ، اختلالات چند ژنی و تک ژنی ، بیماری های ژن غیر جنسی ، اختلالات ژن جنسی)
- تشخیص اختلالات ژنتیکی در دوران بارداری
- مشاوره ژنتیک (اهداف ، مشخص کردن خانواده آسیب پذیر ، مسائل اخلاقی) ،
- نقش پرستار در مشاوره ژنتیکی
- نظر اسلام نسبت به داشتن نسل سالم
- خدمات پزشکی در سقط های مجاز و درمانی





زایمان طبیعی :

الف- عوامل موثر بر زایمان طبیعی :

- جنین ، استخوان ها، درزها و فونتانل های سر جنین ، وضع (Attitude) ، قواره (Lie) قرار گرفتن (Position) ، ایستگاه (Station) ، نمایش (Presentation) و روش های تشخیص وضعیت جنینی در لگن (لمس شکم ، مانور لئوپلد ، سونوگرافی ...)
- کانال زایمان : استخوان ها و مفاصل لگن ، تقسیمات لگن ، اقطار لگن حقیقی ، انواع لگن ، روش های اندازه گیری اقطار لگن (پلویمتری)
- نیروهای زایمان : انقباضات رحمی ، خصوصیات انقباضات رحمی (تناوب ، شدت ، مدت و دوره استراحت) .
- تئوری های مربوط به شروع زایمان : حرکات اساسی مکانیسم زایمان طبیعی (دخول کامل در لگن ، نزول ، خم شدن سر به جلو ، چرخش داخلی ، خم شدن سر به عقب ، چرخش خارجی ، خروج جنین)

عوامل روانی :

- ب - علائم شروع زایمان : علائم مقدماتی (سبک شدن) علائم کاذب و حقیقی زایمان ، دیلا تاسیون ، افاسمان
- ج - مراحل مختلف زایمان : مرحله اول و فاز های مربوط به آن ، مرحله دوم ، مرحله سوم و مرحله چهارم
- د- تغییرات فیزیولوژیک: در هنگام زایمان تغییراتی در قلب و گردش خون، دستگاه تنفس، دستگاه گوارش، دستگاه ادراری بوجود می آید
- ه - مراقبت های پرستاری: در حین زایمان و آموزش های لازم به مددجو (آمادگی جهت زایمان) و مراقبت های فوری پس از زایمان

روش های مختلف کاهش درد زایمان

- علل درد زایمان
- روش های کاهش درد غیر دارویی: روش های رید (Read) ، لاماز (Lamaze) ، هیپنوتیزم، طب سوزنی، طب مکمل و جایگزین، طب فشار، بیوفیزیک ، تنس (TENS)، مزایا و معایب هر روش ، مکانیسم اثر و مراقبت های پرستاری مربوطه
- روش های کاهش درد دارویی: استفاده از مسکن ها، خواب آورها ، مخدرها، استفاده از بی حسی های پودندال، پاراسرویکال، اپی دورال، نخاعی، (مزایا و معایب هر روش، مکانیزم اثر و مراقبت های پرستاری مربوطه).

دوره بعد از زایمان:

- تغییرات فیزیکی و فیزیولوژیکی، مداخلات پرستاری و آموزش های خاص این دوره شامل تغییرات سیستم تناسلی (رحم ، سرویکس، واژن و میان دوره، لوشیا وانواع آن)، اسکلت عضلانی، پستان ها، غدآندوکرینی، قلب و گردش خون، تنفس ، ادراری، گوارشی، اعصاب، پوست و سیستم ایمنی.
- تغییرات روحی - روانی و افسردگی مادران
- سازگاری خانواده (مادر ، پدر وسایر خواهر و برادران) با تولد نوزاد
- والدی (Parenthood) تعریف، عوامل موثر بر رفتار والدی، فرآیند عهده دار شدن نقش والدی.
- غم واندوه بعد از زایمان (Postpartum Blues)، مواجهه با پدیده فقدان، واکنش های روانی در مورد سقط، بچه مرده، تولد نوزاد ناهنجار و آسیب پذیر مبتنی بر شواهد

- تدابیر پرستاری و آموزش های خاص دوره بعد از زایمان
- مراقبت های فوری پس از زایمان و دوره نقاس (در طول شش هفته پس از زایمان). آموزش پیگیری و مراقبت در منزل، ورزش ها و تمرینات بدنی، معاینه پستان ها و دستگاه تناسلی ، فعالیت معمول ، از سرگیری روابط جنسی ، روش های پیشگیری از بارداری ، برگشت قاعدگی ، حمایت های روحی و روانی از مددجو، نظر اسلام نسبت به بهداشت این دوره و احکام شرعی مربوط
- مراقبت های پرستاری از نوزاد و آموزش های خاص :

• نوزاد طبیعی

- فیزیولوژی نوزاد: (تغییرات تنفسی ، گردش خون، متابولیسم، عصبی، گوارشی وسایر اندام ها)
- مشخصات فیزیکی نوزاد و مراقبت های پرستاری شامل: مراقبت های بلافاصله پس از تولد در اتاق زایمان (تمیز کردن راه های تنفسی، پیشگیری از هیپوترمی ، تعیین آپگار، بستن بند ناف و تعیین هویت)

تماس مادر و نوزاد

الف - مراقبت های لازم در اتاق نوزادان

- بررسی وضعیت جسمی : علائم حیاتی، قد، وزن، دورسر، دور سینه، درجه حرارت، رفلکس ها و رفتار نوزاد، معاینه اولیه برای تشخیص نقص های مادرزادی
- مراقبت های پرستاری بر اساس ارزیابی : تنظیم درجه حرارت، پیشگیری از خونریزی (تزریق ویتامین K)، توجه از چشم ها، پیشگیری از عفونت و تست های غربالگری ، واکسیناسیون
- مراقبت معمول از نوزاد طبیعی
- بهداشت عمومی (حمام) ، مراقبت از بند ناف، مراقبت از دستگاه تناسلی، بررسی وضعیت ظاهر، پوست، رنگ، تغذیه ، دفع ادرار و مدفوع، فعالیت ها.

ب - مراقبت در منزل

- آموزش های لازم جهت ارتقاء ارتباط عاطفی مادر و نوزاد و خانواده.

- آموزش به مادر و خانواده در مورد استحمام ، مراقبت از بند ناف، نحوه بغل کردن، ایمنی، بازنگهداشتن راه های تنفسی، درجه حرارت بدن و محیط، دستگاه تناسلی، دفع، پوست و مشکلات مربوطه ، خواب و بیداری، گریه، وزن گیری و واکسیناسیون نوزاد

تغذیه نوزاد:

- تشریح و فیزیولوژی پستان و فیزیولوژی ترشح شیر
- مشخصات شیر مادر، مزایا و اثرات جسمی و روانی تغذیه با شیر مادر در مادر و نوزاد
- توجهات پرستاری و آموزش های لازم برای تغذیه نوزاد(آماده کردن پستان هابرای شیردهی، شروع شیردهی، روش ها و وضعیت شیر دهی، تغذیه مصنوعی و انواع شیر مصنوعی ، موارد منبع شیردهی ، قطع شیردهی، نظر اسلام نسبت به تغذیه با شیر مادر)



بهداشت و تنظیم خانواده:

- تاریخچه تنظیم خانواده در ایران و جهان
- تعریف تنظیم خانواده - اهمیت اهداف و استراتژیهای آن در ایران و جهان
- نظر اسلام نسبت به تولید مثل و روش های تأیید شده پیشگیری از بارداری در اسلام
- برنامه ریزی بهداشت و تنظیم خانواده
- انواع روش های پیشگیری از بارداری

۱) روش های پیشگیری از بارداری طبیعی (روش منقطع و روش های دوره ای)

۲) روش های مصنوعی پیشگیری از بارداری شامل روش های موقت (هورمون های خوراکی، تزریقی و کپسول های کاشتنی، آی یو دی (IUD)، روش های سد کننده مثل کاندوم مردانه و زنانه، دیافراگم کلاهک، اسپرم کش ها (ژل، کرم، شیاف، کف) روش های پیشگیری مصنوعی دائمی شامل بستن لوله های رحمی در زن و عقیم سازی در مردان یا وازکتومی و استفاده از روش های نوین. میزان اثر بخشی، مکانیسم اثر و عوارض هر یک از روش های پیشگیری از بارداری، نقش پرستار در مشاوره و آموزش به مددجو، روش های پیشگیری از بارداری اضطراری.

- ارزشیابی برنامه های بهداشت و تنظیم خانواده

تذکر:

مطالعه بعضی مطالب را می توان با دادن (Hand out) و یا معرفی منابع به عهده دانشجو گذاشت (Self study).

منابع اصلی درس:

1. Burroughs, A., & Leifer, G., Maternity Nursing: An Introductory Text. (last ed.) . Philadelphia: W.B.Saunders.
2. Dickason, E.J., Silverman. B.L., Kaplan, J. , Maternal Infant Nursing Care. (last ed.) . St Louis: Mosby.
3. Littleton, L.J., Engebretson, J.C, Maternal Neonatal and Women's Health Nursing.
4. Lowdermilk, D.L., Perry, S.E., Bobak, I.M., Maternity Neonatal and Women's Health Care. (last ed.) . St Louis: Mosby.
5. Murray, S.S., Mckinney, E.S., Gorrie, T.M., Foundations of Maternal-Newborn Nursing. (last ed.) . Philadelphia: W.B.Saunders.
6. Olds, s.B., London, N.L., Landewig, P.W. , Maternal Newborn Nursing: A Family and Community Based Approach. (last ed.) . Upper Saddle River: Prentice Hall.
7. Sherwen, W., Scoloveno, M.A. , Clinical Companion for Maternity Nursing: Childbearing Family. (last ed.) .
8. Simpson, K.R., & Creehan, P.A., Prenatal Nursing. (last ed.) . Philadelphia: Lippincott.
9. Wong, D.L., Perry, S.E, Hockenbury, N. , Maternal Child Nursing Care. (last ed.) . St Louis: Mosby.

شیوه ارزیابی دانشجو:

- پرسش و پاسخ در هر جلسه
- ارائه تکالیف کلاسی (ترجمه، کنفرانس)
- آزمون میان دوره ای
- آزمون پایان نیمسال

