



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

**بسته آموزشی مراقبتهای بارداری  
زایمان  
و پس از زایمان**

**( قسمت اول ، مراقبتهای پیش از بارداری )  
تهیه کننده : پروانه موسوی کارشناس برنامه مادران  
معاونت امور بهداشتی**

**با راهنمایی : دکتر سوسن قهری  
زیر نظر : دکتر مریم افراخته متخصص زنان و زایمان و عضو هیأت علمی  
دانشگاه شهید بهشتی**

**سال ۱۳۸۵-۱۳۸۶**



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

---

## فصل اول

### اهداف آموزشی رفتاری

پرسنل پس از مطالعه این فصل باید بتوانند :

- ۱- اقدامات لازم برای زنان در دوران پیش از بارداری را به درستی توضیح دهند.
- ۲- آزمایشات لازم در این دوران را کاملاً بیان نمایند.
- ۳- حداقل ۲ مورد از شرایط ارجاع به پزشک متخصص را به درستی نام ببرند.



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

## فصل اول مراقبت‌های پیش از بارداری

### - اهمیت مراقبت‌های پیش از بارداری - اقدامات لازم در این دوران - اهمیت مراقبت‌های پیش از بارداری

بارداری یک پدیده طبیعی است و تغییرات مختلفی که در تمام اعضای بدن به وجود می‌آید به منظور سازگاری و آماده سازی بدن مادر با حاملگی است تا جنین به خوبی در رحم مادر رشد نموده ، مادر ۹ ماه دوران بارداری را به سلامتی پشت سر گذاشته و جنین سالمی به دنیا آورد . از سوی دیگر ، هنگام تولد نوزاد وقت آن می‌رسد که تمام اعضا و سیستم‌های بدن که در طی دوران بارداری و زایمان دچار تغییر و دگرگونی شده بودند به آرامی به وضعیت قبل از بارداری بازگشته و در ضمن کمترین آسیب به اندام‌های بدن وارد شده و مادر بتواند توان جسمانی و روانی خود را به دست آورد.

این دوران میتواند دوران نشاط آور و لذت بخشی به خصوص از لحاظ روحی و روانی برای مادران و خانواده هایشان باشد مشروط بر آنکه از لحاظ سلامت روحی و جسمی ، از شرایط مطلوبی برخوردار باشند و یا در صورت مواجهه با هرگونه مشکل اقدام لازم و مناسب جهت رفع مشکل انجام شود . ضروری است کلیه مادران قبل از باردار شدن از سلامت خود مطمئن شده و آگاهانه تصمیم به باردار شدن بگیرند تا به خوبی این دوران را پشت سر گذاشته و نوزاد سالمی داشته باشند.

### اقدامات لازم

به محض تمایل مادران به باردار شدن ، ۳ ماه قبل از باردار شدن مراکز بهداشتی درمانی پرونده بهداشتی برای ایشان تشکیل شده و اقدامات ذیل انجام میشود :

#### الف ( مصاحبه و تشکیل پرونده:

- در این قسمت موارد ذیل از مادر پرسیده میشود :
- مشخصات ، نسبت خویشاوندی با همسر
- سابقه بارداری و زایمان فعلی
- بیماریها و ناهنجاریها ، اختلالات روانی / همسر آزاری
- رفتارهای پرخطر
- اعتیاد ، مصرف سیگار و الکل
- رژیم غذایی خاص

#### ب ( معاینه بالینی ، شامل موارد ذیل است :

- اندازه گیری قد و وزن
- تعیین نمایه توده بدنی BMI ( Body Mass Index )
- علائم حیاتی ، معاینه فیزیکی
- معاینه واژن و لگن
- معاینه دهان و دندان

#### ج ( آزمایش با بررسی های تکمیلی شامل :

- پاپ اسمیر ( در صورت نیاز ) ، تیتر آنتی بادی ضد سرخچه ( در صورت نیاز ) ،
- CBC- BG - Rh - FBS -U/A- U/C
- ( در صورت نیاز ) HBS Ag , HIV , VDRL

- و تیتر آنتی بادی ضد سرخچه ( در صورت نیاز )
- د ( آموزش و مشاوره ، شامل موارد ذیل است :



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شیراز  
معاونت امور بهداشتی

## معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

- .....
- بهداشت فردی و روان
  - بهداشت جنسی
  - بهداشت دهان و دندان
  - تغذیه / مکملهای دارویی
  - عدم مصرف مواد مخدر / داروی مخدر ، سیگار و دخانیات / الکل
  - شغل سخت و سنگین
  - تاریخ مراجعه بعدی ( در صورت نیاز )
  - زمان قطع روش پیشگیری از بارداری و زمان مناسب باردار شدن
- ه ) مکملهای دارویی :**  
شامل اسید فولیک است که مصرف آن روزانه یک عدد ، ۳ ماه قبل از بارداری توصیه میشود .
- و ) ایمن سازی :**  
در صورت نیاز لازم است واکسن سرخجه و توام برای مادران تزریق شود  
پس از انجام اقدامات فوق الذکر ، بسته به شرایط مادر وضعیت مادر طبقه بندی و متناسب با مورد اقدامات لازم طبق جدول ذیل صورت می گیرد :



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

بیماریها ، سوابق ، مشکلات	تاثیر بر بارداری	اقدام
ناهنجاریهای دستگاه تناسلی	افزایش احتمال سقط ، زایمان زودرس ، زایمان سخت ، سزارین ، خونریزی بعد از زایمان ، حاملگی خارج از رحم	ارجاع غیرفوری به متخصص زنان و زایمان
سوابق عارضه در بارداری و زایمان قبلی	امکان تکرار یا عود	ارجاع غیرفوری به متخصص زنان و زایمان -در صورت سقط مکرر : ارجاع غیرفوری برای انجام مشاوره ژنتیک
بیماریها	بر اساس نوع بیماری تاثیر متفاوت بر بارداری دارد	ارجاع غیر فوری به پزشک متخصص مربوط
رفتارهای پرخطر	امکان ابتلا به ایدز	ارجاع غیرفوری به کارشناس ایدز / مرکز مشاوره بیماریهای رفتاری
سابقه یا وجود اختلالات روانی ، همسر آزاری	احتمال عود یا تشدید بیماری ، تکرار همسر آزاری	- بررسی خانم از نظر کنترل بیماری : ۱- در صورت تحت درمان بودن و یا اینکه بیماری کنترل شده نیست : ارجاع غیرفوری به روان پزشک برای تداوم درمان و یا شروع درمان ۲- در صورتی که بیماری کنترل شده و مدتی بهبود یافته است : ملاقات ماهانه برای بررسی عود بیماری با گرفتن شرح



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

حال ، بررسی علائم بیماری و ثبت نتیجه در فرم شرح حال روان پزشکی و در صورت بروز بیماری : ارجاع غیرفوری به روان پزشک و در صورت همسر آزاری : ارجاع غیرفوری به روان پزشک		
توصیه به مشاوره ژنتیک	افزایش احتمال اختلالات ژنتیکی	نسبت خویشاوندی
- ارائه توصیه های تغذیه ای - در صورت عدم رفع مشکل ، ارجاع به کارشناس / متخصص تغذیه	افزایش احتمال تاخیر رشد جنین ، زایمان زودرس ، جنین درشت ، پره اکلامپسی ، دیابت بارداری ، سزارین ، بروز نقایص جسمی و ذهنی در جنین ، تولد نوزاد کم وزن	سوء تغذیه یا نمایه توده بدنی بالاتر از ۲۵ و کمتر از ۱۸/۵
آموزش و اقدام برای ترک طبق دستورالعمل کشوری اداره اعتیاد	افزایش احتمال آنمی ، سقط ، تاخیر رشد جنین ، نوزاد کم وزن ، مرگ جنین ، دکلمان ، زایمان زودرس ، پارگی کیسه آب ، پره اکلامپسی ، دیابت ، آلودگی به هپاتیت و ایدز ( در مصرف مواد مخدر تزریقی ) و اثرات نوزادی آن : سپتی سمی ، شکاف کام ، خونریزی داخل مغزی ، هیپوگلیسمی و سایر عوارض ناشی از داروهای غیر مجاز ، سندرم الکل جنینی	مصرف سیگار و دخانیات ، الکل ، اعتیاد به مواد مخدر / داروی مخدر
- آموزش بهداشت دهان و دندان و مشکلات آن در بارداری - ارجاع غیر فوری به بهداشت کار دهان و دندان و یا دندان پزشک	افزایش احتمال نوزاد کم وزن ، زایمان زودرس ، تشدید بیماری دهان و دندان	مشکلات دهان و دندان
آموزش در مورد نحوه فعالیت در بارداری و در صورت امکان تغییر شغل	افزایش احتمال نوزاد کم وزن ، زایمان زودرس	شغل سخت و سنگین
مشاوره تنظیم خانواده	افزایش احتمال نوزاد کم وزن ، زایمان زودرس ، جفت سرراهی ، چسبندگی جفت ، آتونمی آنمی	فاصله بارداری تا زایمان قبلی کمتر از ۳ سال ، بارداری پنجم و بالاتر
مشاوره تنظیم خانواده	افزایش احتمال نوزاد کم وزن ، زایمان زودرس ،	سن زیر ۱۸ و بالای



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

	جفت سرراهی ، پره اکلامپسی ، دیابت ، آنمی ، ناهنجاری جنین ، زایمان سخت	۲۵ سال
انجام تست FTA-ABS و در صورت مثبت بودن : درمان سیفلیس	بیماری مقاربتی ، احتمال مثبت کاذب ، بیماری کلاژن ، عفونت منونوکلئوز ، سن بالا ، مالاریا ، بیماری تب دار ، مصرف مواد مخدر ، جذام ، بارداری	VDRL مثبت
ارجاع غیر فوری به کارشناس ایدز/ مرکز مشاوره بیماریهای رفتاری	ابتلا به ویروس ایدز	HIV مثبت
- تکرار آزمایش یک هفته بعد و در صورت بالا بودن میزان قند خون : ارجاع به متخصص داخلی یا زنان	دیابت آشکار	قند خون ناشتا مساوی یا بیشتر از ۱۲۶ میلی گرم در دسی لیتر
- مشاوره تنظیم خانواده - ارجاع غیرفوری به متخصص زنان	سروسیست یا کانسر	پاپ اسمیر غیر طبیعی
- در صورت عفونت واژینال : درمان مطابق نوع عفونت - در صورت عدم بهبود عفونت واژینال و یا وجود یورتریت کلامیدیایی : ارجاع غیرفوری به متخصص زنان	عفونت واژینال یا یورتریت کلامیدیایی	وجود گلبول سفید در ادرار و کشت ادرار منفی
بررسی علت و درمان بر حسب نوع آنمی	آنمی	هموگلوبین پایین ( کمتر از ۱۲ گرم درصد )
- بررسی اعضای خانواده از نظر ابتلا به بیماری یا حامل ویروس بودن -توصیه به ایمن سازی خانواده در صورت منفی بودن HBSAg	هیپاتیت ب	HBSAg مثبت
درمان مطابق جواب آزمایش	عفونت ادراری	کشت ادرار مثبت
تکرار آزمایش ۳ ماه بعد	شک به ابتلا به ویروس ایدز	HIV منفی
- در صورت منفی بودن نتیجه : تزریق واکسن	در صورت منفی بودن نتیجه : عدم ابتلا به	تیتر آنتی بادی ضد



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی  
معاونت امور بهداشتی

معاونت امور بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهید بهشتی

سرخرجه و در صورت مثبت بودن نتیجه : ایمنی علیه سرخرجه	سرخرجه در صورت تمایل خانم و با تاکید بر رعایت فاصله گذاری برای باردار شدن	سرخرجه
---	--	--------

**سوالات**

- ۱- اهمیت مراقبتهای پیش از بارداری در چیست ؟
- ۲- آزمایشات دوران پیش از بارداری کدام است ؟
- ۳- میزان طبیعی و مناسب نمایه توده بدنی چه میزان است ؟
- ۴- در شرح حال از مادران باردار چه مواردی ضروری است که پرسیده شود؟
- ۵- در صورتی که قند خون ناشتا مساوی یا بیشتر از ۱۲۶ میلی گرم در دسی لیتر باشد چه اقدامی لازم است ؟