

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

# بهداشت مادر و کودک

رشته کودکیاری

گروه تحصیلی بهداشت

زمینه خدمات

شاخه آموزش فنی و حرفه‌ای

شماره درس ۴۱۴۵

زمانی، احمدرضا	۶۴۹
بهداشت مادر و کودک / مؤلفان: احمدرضا زمانی، عزیزالله باطنی... تهران: شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران، ۱۳۹۱.	ب ۵۲ ز ۱۳۹۱
۱۴۶ ص. مصور. - (آموزش فنی و حرفه‌ای؛ شماره درس ۴۱۴۵)	
متون درسی رشته کودکیاری گروه تحصیلی بهداشت، زمینه خدمات.	
برنامه‌ریزی و نظارت، بررسی و تصویب محتوا: کمیسیون برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی رشته کودکیاری دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزش‌های فنی و حرفه‌ای و کار دانش وزارت آموزش و پرورش.	
۱. مادر - خدمات پزشکی. ۲. کودکان - بهداشت. الف. باطنی، عزیزالله. ب. ایران. وزارت آموزش و پرورش. دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزش‌های فنی و حرفه‌ای و کار دانش. ج. عنوان. د. فروست.	

## همکاران محترم و دانش‌آموزان عزیز :

پیشنهادات و نظرات خود را درباره محتوای این کتاب به نشانی تهران - صندوق پستی شماره ۴۸۷۴/۱۵ دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزش‌های فنی و حرفه‌ای و کار دانش، ارسال فرمایند.

info@tvoccd.sch.ir

www.tvoccd.sch.ir

پیام نگار (ایمیل)

وب‌گاه (وب‌سایت)

این کتاب در کارگاه ارزشیابی محتوای کتاب‌های درسی تابستان ۷۵ توسط هنرآموزان و دبیران منتخب سراسر کشور و اعضای کمیسیون تخصصی برنامه‌ریزی و تألیف کتاب‌های درسی رشته کودک‌کاری براساس نتایج ارزشیابی تکوینی مورد بررسی و تجدید نظر قرار گرفته است و مجدداً محتوای آن از دیدگاه حوزه علم نظری و استانداردهای بهداشتی توسط آقای دکتر عزیزالله باطبی (مؤلف محترم) و اعضای کمیسیون تخصصی در سال‌های ۱۳۸۷ و ۱۳۹۰ بررسی و به‌روزرسانی شد.

### وزارت آموزش و پرورش سازمان پژوهش و برنامه‌ریزی آموزشی

برنامه‌ریزی محتوا و نظارت بر تألیف : دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزش‌های فنی و حرفه‌ای و کار دانش

نام کتاب : بهداشت مادر و کودک - ۴۵۸

مؤلفان : دکتر احمدرضا زمانی، دکتر عزیزالله باطبی

اعضای کمیسیون تخصصی : دکتر عزیزالله باطبی، شهرزاد سعادت قرین، سارا فرجاد، شهربانو سرداری و معصومه صادق

آماده‌سازی و نظارت بر چاپ و توزیع : اداره کل چاپ و توزیع کتاب‌های درسی

تهران : خیابان ایرانشهر شمالی - ساختمان شماره ۴ آموزش و پرورش (شهید موسوی)

تلفن : ۸۸۸۳۱۱۶۱-۹، دورنگار : ۸۸۳۰۹۲۶۶، کدپستی : ۱۵۸۴۷۴۷۳۵۹

وب‌سایت : [www.chap.sch.ir](http://www.chap.sch.ir)

مدیر امور فنی و چاپ : سید احمد حسینی

طراح جلد : محمدقاسم علیمردانی

صفحه‌آرا : غزاله نجمی

حروفچین : فاطمه باقری مهر

مصحح : پری ایلخانی‌زاده، شهلا دالایی

امور آماده‌سازی خبر : فاطمه پزشکی

امور فنی رایانه‌ای : حمید ثابت کلاچاهی، مریم دهقان‌زاده

ناشر : شرکت چاپ و نشر کتاب‌های درسی ایران : تهران - کیلومتر ۱۷ جاده مخصوص کرج - خیابان ۶۱ (داروپخش)

تلفن : ۴۴۹۸۵۱۶۱-۵، دورنگار : ۴۴۹۸۵۱۶۰، صندوق پستی : ۳۷۵۱۵-۱۳۹

جایگاه : راوی

سال انتشار : ۱۳۹۱

حق چاپ محفوظ است.



از شماست که مردان و زنان بزرگ تربیت می شود. شما باید تحصیل کوشش کنید که برای فضایل اخلاقی،  
فضایل اعمالی مجرب شوید. شما برای آتیه مملکت ما جوانان نیرومند تربیت کنید. دامن شما یک مدرسه ای است که  
در آن جوانان بزرگ تربیت بشود. شما فضایل تحصیل کنید تا کوچه و کان شما در دامن شما به فضیلت برسند.  
امام خمینی (ره)

برای رعایت موازین شرعی و اخلاقی از راهنمایی‌های حضرت آیت‌الله ابراهیم امینی، استاد محترم حوزه علمیه قم استفاده شده است.

## فهرست مطالب

### بخش ۱ : بهداشت مادران

۳	فصل ۱ : آشنایی با ساختمان دستگاه تناسلی و کار دستگاه تولید مثل در زن
۷	فصل ۲ : بهداشت دوران بلوغ
۱۳	فصل ۳ : بهداشت قبل از ازدواج
۱۶	فصل ۴ : بهداشت دوران بارداری
۳۵	فصل ۵ : بهداشت پس از زایمان
۴۳	فصل ۶ : تنظیم خانواده

### بخش ۲ : بهداشت کودکان

۵۰	فصل ۷ : بهداشت دوران نوزادی
۵۹	فصل ۸ : تغذیه در دوران نوزادی و شیرخوارگی
۷۹	فصل ۹ : رشد و نمو کودک (پایش رشد)
۱۱۱	فصل ۱۰ : ایمن‌سازی
۱۲۶	فصل ۱۱ : بهداشت دوران شیرخوارگی و پیش از دبستان
۱۳۷	فصل ۱۲ : بهداشت و پیشگیری از معلولیت کودکان

## مقدمه

بیش از  $\frac{2}{3}$  جمعیت کشور را مادران و کودکان تشکیل می‌دهند که جزء آسیب‌پذیرترین اقشار جمعیت نیز می‌باشند. آسیب‌پذیری مادران، ناشی از بارداری و زایمان است و آسیب‌پذیری کودکان به روند رشد، تکامل و بقای آنها مربوط است. از طرف دیگر، مادر و کودک را باید به صورت یک واحد مورد مطالعه قرار داد؛ زیرا کودک در دوران زندگی رحمی، کاملاً و پس از آن نیز، حداقل به مدت نزدیک به ۲ سال از نظر تغذیه‌ای به مادر وابسته است. بنابراین مراقبت‌های مربوط به مادر و کودک اغلب در یک قالب و به صورت یک جزء ارائه می‌شوند.

استراتژی کنونی ارائه خدمات بهداشتی در کشور، در قالب «مراقبت‌های اولیه بهداشتی»<sup>۱</sup> PHC است که بر پایه اصول برابری، هماهنگی بین بخشی و مشارکت جامعه استوار است. مراقبت‌های مادر و کودک از اجزای اصلی مراقبت‌های بهداشتی در کشور ماست که توسط مراکز بهداشتی درمانی، کلینیک‌های خانواده و خانه‌های بهداشت ارائه می‌شود. به موازات این مراقبت‌ها، بر کودکان عزیز - که وظیفه مراقبت از کودکان در حالت سلامتی و بیماری را برعهده دارند - لازم است تا ضمن شناخت اصولی از نحوه انجام این واقعیت‌ها، دیدگاه خود را در مورد مسایل بهداشتی توسعه بخشند.

این کتاب به منظور آشنایی کودکان با اصول بهداشت مادر و کودک تدوین شده است. در تدوین کتاب سعی شده است طرح مباحث به صورتی باشد که جنبه عملی و کاربردی داشته باشد. البته، جایی که بیان مفاهیم پایه برای درک جنبه‌های کاربردی ضرورت داشته، از ذکر آن دریغ نشده است.

به علت محدودیت زمان تدریس این درس سعی شده است حجم مطالب، متناسب با ساعات مقرر تنظیم شود؛ به همین علت، بعضی مطالب به صورت خلاصه و گاه به طور گذرا مورد توجه قرار گرفته است. بنابراین از مریدان عزیز تقاضا می‌شود در صورت لزوم، با توضیحات بیشتر، مطالب را مشروح‌تر، برای دانش‌آموزان تفهیم کنند.

از آنجا که درس بهداشت مادر و کودک، جنبه نظری و عملی (۲ واحد نظری به ارزش ۲ ساعت و یک واحد عملی به ارزش ۳ ساعت جمعاً ۵ ساعت در هفته) دارد، در پایان هر فصل با توجه به

اهداف تدوین (نحوه، زمان و مکان) راهنمای کار عملی پیشنهاد شده است که دبیران و هنرآموزان محترم با توجه به مفاهیم مربوطه و روش‌های ارائه شده، لازم است در مراکز بهداشتی درمانی برای دانش‌آموزان کارورزی در نظر گرفته و در ارزشیابی پایانی ۴۰٪ نمره را به کارورزی در مراکز بهداشتی درمانی، اختصاص دهند. ارزشیابی این درس بر اساس ۱۲ نمره نظری و ۸ نمره عملی می‌باشد.

دبیران محترم توجه داشته باشند که روش‌های ارائه شده در مبحث کار عملی پیشنهادی است و آنان در هر مورد با توجه به شرایط زمانی و مکانی خاص می‌توانند از ابتکارات سازنده خویش سود جویند.

در خانمه لازم می‌دانیم از زحمات کارشناس دفتر برنامه‌ریزی و تألیف آموزش‌های فنی و حرفه‌ای خانم معصومه صادق که در تمام مراحل تألیف، بازبینی و بازنگری و از آقای دکتر حامد قضاوی که در به‌روزرسانی کتاب ما را یاری نموده‌اند تشکر و قدردانی نماییم.

**مؤلفان**

## هدف کلی

آشنایی با اصول و مفاهیم بهداشت مادر و کودک