

بهداشت مادر و کودک و خانواده

(شامل مسائل جمعیتی ، مامایی جامعه ، بهداشت روانی ، تنظیم خانواده ، مدیریت و آموزش بهداشت ، گروههای آسیب پذیر و توان بخشی)

کد درس : ۳۱

تعداد واحد : ۴

نوع واحد : نظری

پیشنیاز نوزادان ، کودکان ، بارداری و زایمان و اصول خدمات بهداشتی جامعه ، تغذیه درمانی .
هدف

- ۱- کاربرد یافته های علمی در مورد بهداشت قبل از ازدواج . بهداشت نسل ، دوران بارداری ، حین زایمان ، بعد از زایمان ، تنظیم خانواده ، بهداشت نوزاد ، کودک ، سالم و آسیب پذیر در ارائه خدمات بهداشتی در جهت کمک به تأمین بهداشت و سلامت جسمی ، روانی ، اجتماعی مادر و کودک ، خانواده و جامعه .
- ۲- تشخیص چگونگی رشد و تکامل نوزاد ، کودک و پایش آن و کمک به کودکان دچار اختلال رشد و تغذیه .
- ۳- آگاهی و مهارت لازم برای معاینه نوزادان ، کودکان ، مادران و توان توجیه فلسفه و نقش این معاینات در تشخیص و تفهیم اهمیت این معاینات به رده های پائین تر ، مادران و خانواده .
- ۴- شناخت مادران ، نوزادان و کودکان نیازمند به مراقبت های ویژه و ارجاع آنها به مراکز درمانی ذیربط و پیگیری این موارد .
- ۵- کسب اطلاعات کامل در زمینه تازه هایی از بهداشت و تنظیم خانواده مهارت در اجرای و تجویز روشهای مختلف علمی در برنامه ریزی و اجرای روشهای مختلف پیشگیری از حاملگی ناخواسته .
- ۶- آشنایی با امور جمعیتی و شاخص های بهداشتی مربوطه .
- ۷- انجام مشاوره با زنان و مادران باردار و شوهر دار و خانواده در زمینه های ازدواج ، آمادگی برای پدر و مادر شدن ، بهداشت دوران بارداری ، دوران زایمان و بعد از آن ، تنظیم خانواده ، بهداشت و تغذیه کودک ، آمادگی برای دوران یائسگی .
- ۸- تشخیص نیازها و اولویتهای ، برنامه ریزی بر اساس فرآیند آموزش بهداشت ، مدیریت ، گرداندگی و اجراء و پیگیری برنامه های بهداشتی بصورت انفرادی یا گروهی بمنظور آموزش ب مادر و افراد خانواده و جامعه .
- ۹- آشنایی با مامایی جامعه نگر و ارزیابی جامعه و کشف مشکلات سیستم بهداشتی و جامعه و حل آن ، برقراری ارتباط صحیح با همکاران تیم بهداشتی و کارگروهی و ارتباط با مردم .

سرفصل دروس : (۶۸ ساعت)

- ۱- مقدمه : (۲ ساعت)
 - PHC و MHC و نقش آنها در سلامت خانواده ، جامعه و رشد و توسعه
 - سیاستهای جهانی و کشوری در PHC و MHC
 - نقش ماما در PHC و MHC
 - اصول و دامنه بهداشت مادر و کودک و خانواده و تاثیر اقتصادی ، اجتماعی ، برنامه های بهداشت مادر و کودک و خانواده ، چگونگی و فلسفه خدمات بهداشت مادر و کودک و خانواده و طرق مختلف ، ارائه خدمات آن در ایران و جهان ، سازمان مناسب و راه بهتر ارائه این خدمات در ایران
- ۲- بهداشت و سلامت مادری و دوران بارداری (۱۲ ساعت)
 - اهمیت بهداشت قبل از ازدواج و دوران بلوغ ، معاینات بهداشتی و پزشکی لازم ، بهداشت مقاربت و زمان لقاح
 - بهداشت جسمی زن باردار (بهداشت پوست، پستان ، دستگاه گوارش ، گردش خون ، قلب و تنفس ، ادراری ، تناسلی . تغذیه سالم در دوره های مختلف زندگی همراه با آموزش های لازم .
 - بهداشت روانی زن باردار تغییرات روحی ، وحشت از زایمان و علل و رفع آن ، سایر مسائل خانوادگی)
 - کلیات بهداشت و مراقبت های حین زایمان و مسائل خاص آن
 - بهداشت اجتماعی زن باردار (دوری از فرزندان و خانواده ، مشکل تامین اقتصادی ، مشاغل سخت و محیط های آلوده ، بارداری ناخواسته و سایر عوامل محیطی) .
 - بهداشت زن در دوران بعد از زایمان و شیردهی و آموزش های لازم بماندگان (تغذیه ، پوست و پستان ، ترشحات ، دستگاه تناسلی ، حرکات ، ورزش ها و تمرینات بدنی ، تغییرات وزن و غیره)
 - آموزش بماندگان در جهت تامین بهداشت نوزاد و کودک
 - بهداشت و سلامت روانی زن ، مادر باردار ، مادر شیرده ، مادر دچار مشکل (مالی ، اجتماعی ، شغلی ، خانوادگی شامل شوهر و فرزندان و . . .)
- ۳- بهداشت نوزاد و کودک : (۱۲ ساعت)
 - الف : بهداشت جسمی نوزاد و کودک ، تغذیه از شیرمادر ، چگونگی برنامه تغذیه از شیرهای غیر مادر ، غذاهای کمکی ، از شیر گرفتن ، بهداشت گوارش (دندان درآوردن ، دل درد و نفخ ، استفراغ و سایر ناراحتیهای گوارش در نوزاد و کودک ، طرز برخورد با اسهال و یبوست ، خواب و استراحت ، بعضی از بیماریهای معمول در دوران نوزادی و کودکی و انواع پیشگیری و درمان و مراجعه به پزشک جهت معاینات دوره ای)

رشد و تکامل (از تولد تا نوجوانی) شامل نوزادی، شیرخوارگی، نوپایی، خردسالی، نوباوگی و نوجوانی و تشخیص روند رشد و تکامل، یادگیری الگوی رشد نوزاد و کودکان و رابطه آن با تغذیه، تنظیم و تفسیر منحنی رشد و تشخیص و اختلال در رشد و تکامل و چگونگی درمان آن -تغذیه نوزادان و کودکان در سنین مختلف تا نوجوانی.

- واکسیناسیون

ب: بهداشت اجتماعی کودک: نزدیکی با مادر و سایر اعضای خانواده، اهمیت نوازش و تربیت، تنبیه و پاداش، برنامه روزانه زندگی کودک و تاثیر آن بر سلامت روان او و تامین سلامت روانی کودک.
ج: بهداشت اجتماعی کودک: روابط با افراد خانواده و همبازیها، کودکانستان و مهد کودک، بازی و تاثیر آن بر سلامت جسمی روانی و اجتماعی کودک، قبول کودک بعنوان یک فرد و رفتار متناسب با او.

- بهداشت محیط کودک (اطاق خواب، محل بازی و سکونت، آب، دفع حشرات، دفع زباله).

- معاینات دوره ای نوزاد و کودک (توجه از دهان و دندان، بینائی و شنوائی و رشد طبیعی).

- ایمنی و مصونیت از بیماریها.

- بهداشت دوران قبل از مدرسه

- بهداشت دوران سنین مدرسه و بهداشت مدارس

۴-بهداشت و تنظیم خانواده و امور جمعیتی: (۱۲ ساعت)

الف: امور جمعیتی:

- کلیات اکولوژی انسانی (تعریف، قلمرو مطالعات و مسائل مطروحه در اکولوژی انسانی، محیط، زیست انسانی)

- محیط اجتماعی انسان (تعریف جامعه، اجتماع و جمعیت با تاکید بر اهمیت و نقش خانواده و خانوار در بافت و ساخت اجتماعی)

- کلیات جمعیت شناسی (جمعیت و ساختار جمعیت، روند تغییر و اثرات آن بر رشد و توسعه اجتماعی اقتصادی و فرهنگی)

- سیاست های جمعیتی و تنظیم خانواده

ب: بهداشت تنظیم خانواده:

- تعریف بهداشت تنظیم خانواده، اثرات روانی و اجتماعی، پیشگیری از حاملگی در زن و خانواده.

- اهداف برنامه های تنظیم خانواده، بالا بردن سطح بهداشت و حفظ سلامت افراد خانواده، مرگ و میر مادران، نوزادان و کودکان و شاخصهای دیگر

- راهنمایی های لازم قبل و بعد از ازدواج، رابطه بعد خانواده با سلامت افراد ان

- بهداشت و تنظیم خانواده از نظر ادیان رسمی با تاکید بر نظرات اسلام در مورد خانواده، تاریخچه، پیشگیری از بارداری.

انواع روشهای مختلف پیشگیری:

- بهداشت و تنظیم خانواده و جوانب اقتصادی ، اجتماعی ، فرهنگی ، مذهبی ، روانی و عاطفی آن.
- نقش مراکز بهداشتی و درمانی در برنامه بهداشت و تنظیم خانواده و اهمیت آموزش در این زمینه و جایگاه نقش ماما در این قسمت
- نحوه برقراری ارتباط با زن و خانواده و عواملی که باعث میگردند که افراد روش های مختلف پیشگیری را بهتر بپذیرند.
- انواع روشهای مختلف پیشگیری ، اندیکاسیون و کنترااندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض اجتماعی استفاده از این روش ها با تاکید بر روشهای رایج (ریتمیک و تقویمی ، منقطع ، قرص های خوراکی و تزریقی وسایل داخل رحمی . نورپلنت ، روشهای پیشگیری در مردان ، انواع استریلیتی یا عقیم کردن و روشهای جراحی) .
- تازه هائی از روش های مختلف پیشگیری از حاملگی (روش عادی جراحی و غیر جراحی)
- ۵-آموزش بهداشت و مدیریت سیستم های بهداشتی (۶ ساعت)
- مروری بر اهداف ، فلسفه، مبانی و اصول آموزش بهداشت و انواع روش هاو فرآیند آن .
- فرآیند آموزش بهداشت برای اجرای یک برنامه آموزش بهداشت جهت زنان باردار در مورد مراقبت های دوران بارداری ، اجرای برنامه بصورت انفرادی یا گروهی (در منزل و یا در مراکز بهداشتی)
- فرآیند آموزش به یک مادر مثل مراقبت از نوزاد و شیرخوار(نحوه برقراری ارتباط صحیح با مادر به نحوه جمع آوری اطلاعات ، تشخیص نیازها و اولویت ، تصمیم گیری در مورد نحوه بکاربردن روشهای آموزش صحیح ، تمرین عملی توسط مادر ، ارزشیابی)
- فرآیند آموزش ، به خانواده و جامعه و برنامه ریزی یک نمونه برنامه برای خانواده یا جامعه مثل فوق
- نحوه مدیریت و گرداندگی برنامه های بهداشتی
- نقش مدیریت بر برنامه ریزی و اجرای برنامه های بهداشتی
- ارزشیابی و پیگیری برنامه های بهداشتی
- ۶- مشاوره و نقش ماما بعنوان مشاور (۸ ساعت)
- مختصر و مقدمه ای از ارتباطات با افراد در جامعه و نحوه و انواع آن
- مشاوره : تعریف ، انواع ، مراحل و کیفیت ، تاثیر و نقش آن در برقراری ارتباط و آموزش بهداشتی
- انواع مشاوره : بهداشتی و درمانی
- نقش ماما بعنوان مشاور و انواع مشاوره توسط ماما
- فرآیند مشاوره ماما در موارد زیر (با زن و شوهر و خانواده)
- مشاوره ازدواج
- مشاوره بلوغ و مسائل نوجوانی

- مشاوره برای آماده کردن افراد برای پدر و مادر شدن
- مشاوره در دوران بارداری و مسائل آن
- مشاوره در بعد از زایمان و مسائل آن
- مشاوره جهت آماده کردن برای یائسگی و مسائل بعد از آن
- مشاوره در نازائی و کمک و آمادگی برای زن و شوهر و خانواده
- مشاوره ژنتیک
- مشاوره با مادر و خانواده ای و خانواده ای که دارای فرزند معلول و عقب مانده و ۰۰۰۰ است
- ۷- بهداشت گروههای آسیب پذیر و توانبخشی (۴ ساعت)
- تعریف و تقسیم بندی گروههای آسیب پذیر
- نقش ماما بعنوان مشاور و آموزش دهنده به مادرخانواده در مورد گروههای آسیب پذیر
- بهداشت گروههای آسیب پذیر شامل :
- بهداشت مادران ، نوزادان و کودکان (که در عنوان ۱ و ۲ این درس آورده شده است لازم به تکرار نیست
- بهداشت سالمندان ، (روحی و جسمی و تغذیه ای)
- بهداشت معلولین و عقب افتاده ها و توان بخشی و انواع آن
- بهداشت روانی در افراد دچار مشکل روحی و روانی
- ۸- مامایی جامعه نگر و ارزیابی جامعه (به شکل کارگاه آموزشی که کار عملی آن در واحد کارآموزی در عرصه ارائه خواهد شد) (۱۲ ساعت)
- تعریف آموزش پزشکی و مامایی جامعه نگر ، ارکان ، کیفیت ، اهداف و فواید آن ، اهداف و فواید آن - اهداف جهانی و - کشوری
- اصول بازدید از جامعه و فیلد (بیمارستان و شبکه بهداشت و منازل) و غیره
- ارزیابی مشکلات فیلد و جامعه و فرآیند مشکل یابی و اولویت بندی مشکلات شامل:
- چگونگی گرفتن شرح حال ، فلسفه ، اقدامات برای تهیه ، تنظیم و بررسی مشکلات جامعه و فیلد ،
- پرونده های بهداشتی زنان ، مادران ، کودکان با توجه به نیاز حقیقی مراجعه کنندگان در حال سلامت و حسب بیماریهای مختلف و یا مسائل بهداشتی مختلف آنان
- چگونگی طراحی طرح تحقیقی برای بررسی مشکل و یا ارائه راه حل برای مشکل
- فرآیند طراحی طرح تحقیقی در حدود یک مشکل مشاهده شده درمادران یا کودکان در فیلد و ارائه گزارش و یک طرح کتبی (اجرای یک طرح و ارائه گزارش نهایی آن در واحدهای کارآموزی در عرصه انجام می شود.)
- چگونگی ارزشیابی و پیگیری خدمات بهداشت مادر و کودک و خانواده