

# نقش همسر در بارداری و زایمان

دکتر نفیسه سیدزاده



تعمیر و نگهداری تجهیزات پزشکی

## دلایل مشارکت مردان در بهداشت باروری

---

❖ بهداشت باروری از **ضروریات توسعه** است و مشارکت مردان جزئی از بهداشت باروری است

❖ نابرابری جنسیتی زمینه ساز بهداشت باروری ضعیف

❖ مشارکت مردان در تامین سلامت مادران و **مادری ایمن**

# اهداف توسعه پایدار



# اهداف توسعه پایدار

---

❖ **هدف 3 توسعه پایدار** : تضمین زندگی سالم و رفاه برای همه در تمام سنین

❖ تضمین دسترسی همگانی به خدمات بهداشتی درمانی مربوط به بهداشت باروری و جنسی از جمله برای تنظیم خانواده، اطلاعات و آموزش، و لحاظ نمودن بهداشت باروری در استراتژی ها و برنامه های ملی

❖ تضمین دسترسی جهانی به حقوق جنسی و بهداشت باروری

❖ **هدف 5 توسعه پایدار** : دستیابی به برابری جنسیتی و توانمندسازی همه زنان و دختران

## مشارکت مردان در برنامه های مادری ایمن

• سازمان بهداشت جهانی، مشارکت مردان در برنامه های مادری ایمن را شامل مواردی همچون:

❖ - تسهیل دسترسی و استفاده از مراقبتهای پری ناتال،

❖ - افزایش آگاهی در مراقبتهای پری ناتال

❖ - و شرکت در برنامه ریزی برای زایمان میداند

## نحوه مشارکت مردان در مادری ایمن

---

- ❖ ایجاد محدودیت و فاصله گذاری بین فرزندان،
- ❖ کمک در استفاده از روشهای پیشگیری از بارداری،
- ❖ ترتیب دادن حضور شخص ماهر و دوره دیده هنگام زایمان،
- ❖ کمک به مادر بعد از تولد نوزاد،
- ❖ به عهده گرفتن نقش یک پدر مسئول در خانواده،
- ❖ پایان دادن به خشونت علیه زن،
- ❖ و حفظ سلامت زن در دوران بارداری

## دلایل لزوم مشارکت مردان در هنگام زایمان

---

❖ نیاز به عشق و حمایت:

- ❖ -نیاز به افزایش توجه و محبت
- ❖ -نیاز به همراهی همسر
- ❖ -نیاز به قدردانی همسر
- ❖ -نیاز به کاهش توقعات همسران



## تسهیل کننده های مشارکت مردان در مراقبت های بارداری و زایمان

---

- ❖ افزایش توقعات و انتظارات زنان باردار
- ❖ نگرش مثبت زنان نسبت به مشارکت مردان
- ❖ رتبه حاملگی
- ❖ تمایل و اشتیاق مردان
- ❖ آموزش مردان
- ❖ افزایش سن مرد، کسب تجربه و تفاهم بیشتر

## موانع مشارکت مردان در مراقبت های بارداری و زایمان

---

- ❖ دانش کم مردان و عدم باور مشکلات بارداری
- ❖ موانع فرهنگی : (باورهای غلط - انگ های اجتماعی - غرور - تربیت خانوادگی - محیطهای بسته شهرهای کوچک)
- ❖ اتکا سنتی زن به خانواده خود
- ❖ مشکلات شغلی

## موانع مشارکت مردان در مراقبت های بارداری و زایمان

---

❖ محیط زنانه مراکز بهداشت

❖ رفتار نامناسب پرسنل

❖ موانع عرفی

❖ عدم تحمل دیدن زایمان

❖ مشکلات مالی خانواده

## افزایش مشارکت مردان در مراقبت های بارداری و زایمان

❖ افزایش مشارکت پدر به طور بنیادین از طریق آموزش از زمان نوجوانی و به طور خاص در کلاس های پیش از ازدواج و به صورت مشروح و متناسب با زمان بارداری و زایمان در کلاس های دوران بارداری باید ترویج یابد.

❖ شیوه مشاوره و آموزش چهره به چهره به همراه مادر به کمک رسانه های خود آموز و مشاوره با پزشک مورد نیاز است.

## نتایج مشارکت مردان در مراقبت های بارداری

❖ مشارکت مردان در امور حاملگی موجب شروع زودتر مراقبت های بارداری و اتخاذ رفتارهای بهداشتی مناسب مثل ترک سیگار در حاملگی می شود.

❖ درگیر شدن پدر در مراقبتهای بارداری و حضور در زایمان منجر به ارتباط قویتر پدر با کودک در مراحل بعدی رشد او شده و همراه با نتایج مثبتی در حیطه شناختی، تکاملی و رفتار اجتماعی کودک است که از آن جمله میتوان به بهبود اضافه وزن در نوزادان پره ترم، بهبود میزان شیردهی، افزایش مهارت های فراگیری زبان و موفقیت های تحصیلی بعدی اشاره نمود.

# پیامدهای مشارکت مردان در مراقبت های بارداری و زایمان

---

❖ درک بهتر مشکلات مربوط به زایمان

❖ درک بهتر وقایع حاملگی

• مراقبت بیشتر از همسر خود

• کاهش نگرانی مردان

• ارتباط بیشتر شوهر با جنین

• تفاهم زوجین

❖ کاهش درد زایمان

# محتوای کلاس های دوران بارداری

---

- 8 جلسه از هفته 20 بارداری
- جلسه سوم: این جلسه در هفته 28 تا 29 بارداری تشکیل می شود. شما و همسرتان در این جلسه با بهداشت روانی، **نقش همسر**، تغییرات خلق و خو در بارداری و رشد و تکامل جنین، نحوه ارتباط با جنین و اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی کششی، تنفس و تن آرامی آشنا می شوید و پس از پایان جلسه می توانید تمرینها را انجام دهید.

# محتوای آموزش پدران در دوران بارداری

---

❖ آشنایی پدران با علائم خطر دوران بارداری

❖ تغذیه در دوران بارداری

❖ حمایت روحی از مادر

❖ مشکلات پس از زایمان



# Prepare for Labor and Delivery

---



# Get Ready to Wait

---



# Show Your Support

---



# Ask Questions

---



# Monitor Contractions

---



# Advocate for Your Partner

---



# Get Pictures (With Permission)

---



# Know That Giving Birth is Messy

---





# Don't Complain

---



# Make the Occasion Special

---





بهار از حسن

نوعه صبا

Downloadefilm.ir