

نام درس: بهداشت ۴ تعداد و نوع واحد: ۲ تئوری رشته و مقطع تحصیلی: مامایی - کارشناسی
 دانشکده: پرستاری و مامایی دروس پیش نیاز: نوزادان، کودکان، بارداری و زایمان، اصول خدمات بهداشتی، روانشناسی،
 تغذیه درمانی تعداد جلسات: ۱۶ گروه آموزشی: مامایی نام مدرس: فروغ السادات مرتضوی
 ترم تحصیلی: ۵ سال تحصیلی: ۹۵-۹۶ تاریخ شروع ترم: ۹۵/۰۶/۳۰ تاریخ پایان ترم: ۹۵/۱۰/۱۸

□ مقدمه (شرح درس): در طی این درس دانشجویان با خدمات بهداشت باروری در زمینه بهداشت ازدواج، بارداری و بعد از زایمان، بلوغ و یائسگی، شیردهی و تنظیم خانواده آشنا میشوند. ارائه این خدمات در ارتقا سلامت گروههای آسیب پذیر راهگشا است.

هدف کلی:

مروری بر تعاریف بهداشت باروری، حقوق باروری، سازمانهای بهداشتی و اهداف آنها

مروری بر **MCH** و **PHC** و نقش آنها در سلامت خانواده و جامعه (سیاستهای جهانی در **PHC** و **MCH**) و نقش ماما در این برنامه ها

آشنایی با تنظیم خانواده و امور جمعیتی و شاخص های بهداشتی

آشنایی با شیرمادر، بهداشت نوزاد، رشد و تکامل نوزاد و کودک تا ۶ سالگی

آشنایی با کاربرد یافته های علمی در مورد بهداشت قبل از ازدواج، بهداشت ازدواج، بارداری، بعد از زایمان، حین زایمان

□ اهداف اختصاصی درس (به تعداد سرفصلها و جلسات هدف نوشته شود):

از دانشجویان انتظار می رود پس از پایان دوره بتوانند:

بهداشت باروری، بهداشت خانواده، بهداشت مادر و کودک، علت اهمیت و دامنه فعالیت های آن را شرح دهد.

تاریخچه سازمانهای بین المللی بهداشت را شرح دهد.

اهداف توسعه هزاره و وضعیت ایران را شرح دهد.

تشکیلات سازمان بهداشت جهانی را نام ببرد و وظایف هر کدام را شرح دهد.

خدمات **WHO** و یونیسف را شرح دهد.

MCH- PHC و خصوصیات و استراتژی ها و اجزای آنها را تعریف کند.

جمعیت را تعریف کند، روند تغییر جمعیت و اثر آن بر رشد و توسعه جوامع را شرح دهد.

سیاستهای جمعیتی را مختصراً شرح دهد و اهداف برنامه های تنظیم خانواده و تنظیم خانواده از دید اسلام را توضیح دهد.

انواع روشهای پیشگیری از بارداری زنانه و مردانه (مکانیسم اثر، عوارض، اندیکاسیونها و کنترااندیکاسیونها) را شرح دهد.

شاخص های ارزشیابی برنامه های تنظیم خانواده را توضیح دهد.

بهداشت بلوغ، بارداری و بعد از زایمان را شرح دهد.

بیماریها شایع نوزاد در یکسال اول تولد را شرح دهد.

شیر مادر، تولید شیر، اجزا، مزایای تغذیه با شیرمادر برای مادر و نوزاد و تکنیک صحیح شیردهی را توضیح دهد.

شیرخواران با نیازهای خاص را نام ببرد و نحوه شروع و تداوم تغذیه کمکی و از شیرگرفتن نوزاد را شرح دهد.

استراتژی های ترویج تغذیه با شیرمادر در بارداری و بعد از زایمان و نقش بیمارستان دوستار کودک در این زمینه را توضیح دهد.

مراقبتهای تغذیه ای در ملاقات پیش از بارداری را شرح دهد.

مراقبت تغذیه ای از خانم های مبتلا به سوء تغذیه پیش از بارداری را شرح دهد.

نحوه ارزیابی تغذیه خانم های باردار و شیرده را شرح دهد.

گروههای غذایی اصلی را شرح دهد و انرژی و مواد مغذی مورد نیاز در دوران بارداری و شیردهی را بیان کند.

نحوه مصرف مکمل ها در دوران بارداری و شیردهی را شرح دهد.

وزن گیری در دوران بارداری را بیان کند و معیارهای وزن گیری نامناسب در خانم های باردار را بیان کند.

توصیه های تغذیه ای برای زنان باردار با اضافه وزن، چاق و لاغر را بیان کند.

توصیه های تغذیه ای در خصوص برخی شکایات شایع دوران بارداری (سوزش سردل، تهوع، سردرد، یبوست، ادم) را بیان کند. نکات تغذیه ای در برخورد با مشکلات و بیماریهای دوران بارداری (دیابت، پره اکلامپسی، آنمی، عفونت بارداری) را بیان کند.

پایش رشد و رسم منحنی رشد و تفسیر آن را توضیح دهد.

بیماریها و مشکلات شایع نوزادان در سال اول تولد را لیست کرده و اقدامات لازم را در هر مورد توضیح دهد.

زمان انجام واکسیناسیون نوزاد و کودک و انواع واکسن های ضروری را شرح دهد.

طرح های در حال اجرای غربالگری بعد از تولد و نوزادی و کودکی را در کشور نام ببرد.

بیماریهای شایع و نقش طب مکمل را در بهداشت سالمندان توضیح دهد.

استراتژی آموزشی (روشهای تدریس):

سخنرانی کنفرانس *بحث گروهی بحث در گروههای کوچک کارگاه آموزشی
 Round PBL Case Report Morning Report غیره

وسایل کمک آموزشی: ...، وایت برد، مایژیک، اسلاید

وظایف و تکالیف دانشجو: شرکت در بحث، آماده کردن کنفرانس مرتبط با موضوع درس

نحوه ارزشیابی دانشجو:

مراحل ارزشیابی: مرحله ای * تکوینی

حضور و غیاب ۵٪ درصد از نمره نهایی

فعالیت کلاسی و انجام تکالیف ۵٪ درصد از نمره نهایی

امتحان میان ترم درصد از نمره نهایی

امتحان پایان ترم ۹۰٪ درصد از نمره نهایی

نوع امتحان میان ترم: شفاهی تشریحی چند گزینه ای صحیح و غلط جور کردنی

نوع امتحان پایان ترم: شفاهی * تشریحی * چند گزینه ای صحیح و غلط جور کردنی

منابع:

دکتر حسین حاتمی و همکاران، بهداشت عمومی، ج ۱ و ۳، انتشارات ارجمند، چاپ اول، ۱۳۸۳

دکتر حسین شجاعی تهرانی، جی ای پارک. کلیات خدمات بهداشتی جلد ۲ - انتشارات سماط، ویرایش هفدهم ۱۳۸۴

رضا سلطانی پروین، پارساری سوسن. بهداشت مادر و کودک، انتشارات سنجش تکمیلی، چاپ دوم. ۱۳۸۶.

راهنمای کشوری تغذیه دوران بارداری و شیردهی. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، معاونت سلامت، دفتر بهبود تغذیه جامعه