

به نام خدا
دانشگاه آزاد اسلامی استهبان
دانشکده پرستاری و مامایی

طرح درس (Lesson Plan)

| | | |
|---|---|-----------------------------|
| نام درس : بارداری و زایمان ۱- بارداری طبیعی | نوع درس : نظری | تعداد واحد : ۲ |
| مقطع و رشته تحصیلی فراگیران : کارشناسی پیوسته مامایی ترم ۳ | مدرس : مهنازجانثار | |
| دروس پیش نیاز : دروس علوم پایه | | |
| نیمسال تحصیلی : ۹۷-۹۸-۱ | تاریخ شروع کلاس : ۹۷/۶/۲۷ | تاریخ پایان کلاس : ۹۷/۱۰/۱۱ |
| مشخصه درس : ۵۴۴ | روز و ساعت برگزاری : سه شنبه ۱۵:۴۵ الی ۱۹ | |
| مکان برگزاری : ساختمان مدرس ، کلاس ۴ | مسئول درس : جانثار | |
| روز و ساعت حضور مسئول درس : ۹:۱۵ سه شنبه الی ۱۷:۳۰ چهارشنبه | تاریخ امتحان پایان ترم : | |

شرح درس : شناخت کامل از فیزیولوژی حاملگی، اهمیت بهداشت و تغذیه زنان باردار، اصول مراقبتهای دوران بارداری، تشخیص موارد غیر طبیعی در بارداری و اقدامات لازم ، آموزش بهداشت به مادر و خانواده در زمینه مسائل جسمانی، روانی، اجتماعی و عاطفی و مذهبی

| |
|---|
| عنوان جلسه : علم مامائی ، جایگاه ماما، شاخص های بهداشتی ، تشریح بافت نرم دستگاه تناسلی داخلی و خارجی زنانه شماره جلسه : ۱ |
| هدف کلی : آشنایی با علم مامائی و اهداف آن ، نقش و جایگاه ماما و شاخص های بهداشتی مهم در مامایی، شناخت ساختمان بافت نرم دستگاه تناسلی داخلی و خارجی زنانه (فرج ، واژن ، رحم ، لوله های فالوپ، تخمدانها ، رباطها و کف لگن) |
| اهداف رفتاری : ۱- مامائی را تعریف نماید. ۲- اهداف علم مامائی را بیان نماید. ۳- جایگاه ماما در سیستم ارائه مراقبتها را شرح دهد. ۴- شاخص های بهداشتی مهم در مامایی (تولد ، مرگ جنینی و نوزادی و مادری ، تولد ترم و پره ترم و پست ترم و...) را شرح دهد. ۵- تاثیر خدمات مامایی بر شاخص های بهداشتی را بیان نماید. ۶- ساختمان بافت نرم دستگاه تناسلی داخلی و خارجی زنانه (فرج ، واژن ، رحم ، لوله های فالوپ، تخمدانها ، رباطها و کف لگن) را با استفاده از مولاژ و اسلاید توضیح دهد . |
| روش تدریس : نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری و زایمان ویلیامز، Case Presentation و مولاژ دستگاه تناسلی داخلی و خارجی زنانه |
| حیطه یادگیری : شناختی و روانی حرکتی |

| | | | | | | |
|---------------|--|-----|----------|---|-------|-----|
| عنوان | جلسه: ساختمان | لگن | استخوانی | ، | انواع | لگن |
| شماره جلسه: ۲ | | | | | | |
| هدف کلی: | شناخت ساختمان لگن استخوانی و انواع لگن | | | | | |
| اهداف رفتاری: | ۱- ساختمان لگن، تنگه ها و اقطار آن را با استفاده از اسلاید و مولاژ نشان دهد. ۲- انواع لگن و تفاوت‌های آنها را با استفاده از اسلاید و مولاژ توضیح دهد. | | | | | |
| روش تدریس: | نمایش اسلاید، سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری و زایمان و ویلیامز و مولاژ لگن استخوانی | | | | | |
| حیطه یادگیری: | شناختی و روانی حرکتی | | | | | |

| | |
|-----------------------------------|---|
| عنوان جلسه: فیزیولوژی سیکل قاعدگی | شماره جلسه: ۳ |
| هدف کلی: | شناخت فیزیولوژی سیکل قاعدگی (عملکردهای هیپوتالاموس، هیپوفیز، تخمدانها و اندومتر رحم) |
| اهداف رفتاری: | ۱- عملکردهای هیپوتالاموس، هیپوفیز، تخمدانها و اندومتر رحم در سیکل قاعدگی را توضیح دهد. ۲- در مورد سیکل قاعدگی منتهی به حاملگی توضیح دهد. |
| روش تدریس: | نمایش اسلاید، سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ |
| حیطه یادگیری: | شناختی |

| | |
|--|---|
| عنوان جلسه: جفت، پرده های جنینی، مایع آمنیون، بند ناف و هورمونهای جفتی | |
| هدف کلی: | آشنایی با نحوه تشکیل جفت، پرده های جنینی، مایع آمنیون، بند ناف، و عملکردهای آنها و نحوه تولید و عملکرد هورمونهای جفتی |
| شماره جلسه: ۴ | |
| اهداف رفتاری: | ۱- نحوه شکل گیری جفت را شرح دهد. ۲- ویژگیهای شیمیایی هورمونهای پروتئینی جفت را بیان نماید. ۳- عملکردهای بیولوژیک HCG را شرح دهد. ۴- اعمال متابولیک HPL را بیان نماید. ۵- در مورد سایر هورمونهای پروتئینی جفت از قبیل ریلکسین ادرنو کورتیکوتروپین جفتی و... توضیح دهد. ۶- در مورد نحوه تولید پروژسترون در جفت توضیح دهد. ۷- بیوسنتز استروژن در جفت را شرح دهد. ۸- وضعیتهای جنینی موثر بر تولید استروژن را تشریح نماید. ۹- در مورد ساختار و عملکرد بندناف توضیح دهد. ۱۰- مشخصات پرده های جنینی و عملکرد آنها را بیان نماید. ۱۱- مشخصات مایع آمنیون و عملکرد آن را بیان نماید. |
| روش تدریس: | نمایش اسلاید، سخنرانی، پرسش و پاسخ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری و زایمان و ویلیامز |
| حیطه یادگیری: | شناختی |

| | | | | |
|---------------|---|--------|------------|------|
| عنوان | جلسه: امبریونز | وتکامل | مورفولوژیک | جنین |
| شماره جلسه: ۵ | | | | |
| هدف کلی: | آشنایی با چگونگی تکامل دستگاههای مختلف بدن جنین: تکامل عملکردی قلب و عروق، گردش خون و خونسازی در جنین، نحوه محاسبه تاریخ زایمان و سن حاملگی | | | |

| |
|--|
| <p>اهداف رفتاری :</p> <p>۱- با استفاده از تاریخهای فرضی آخرین قاعدگی سن حاملگی و تاریخ زایمان رامحاسبه کند .</p> <p>۲- نحوه تکامل عملکردی قلب و عروق و خونسازی در جنین رابه اختصاربیان کند .</p> <p>۳- گردش خون جنینی رابرروی شکل توضیح دهد .</p> |
| <p>روش تدریس : نمایش اسلاید ، سخنرانی ،بحث گروهی، پرسش وپاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و حل مساله</p> |
| <p>حیطه یادگیری : شناختی وروانی حرکتی</p> |

| |
|---|
| <p>عنوان جلسه:ادامه</p> <p>امبریونز</p> <p>وتکامل</p> <p>مورفولوژیک</p> <p>جنین</p> <p>شماره جلسه :۶</p> |
| <p>هدف کلی : آشنایی باچگونگی تکامل عملکردی دستگاههای مختلف بدن جنین: جمجمه جنین واقطار مهم ان ، ریه ، دستگاه گوارش ، دستگاه ادراری و...</p> |
| <p>اهداف رفتاری :</p> <p>۱- استخوانهای جمجمه واقطار مهم ان راروی مولاژ سر جنین نشان دهد .</p> <p>۲- نحوه تکامل عملکردی دستگاه گوارش ، ریه ها ، ، دستگاه ادراری و...را به اختصار توضیح دهد .</p> <p>۳- مراحل تکامل دستگاه تناسلی جنین ، تمایز جنسی وعلل ابهام تناسلی را شرح دهد .</p> |
| <p>روش تدریس : نمایش اسلاید ، سخنرانی ،بحث گروهی، پرسش وپاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز ومولاژجمجمه جنین</p> |
| <p>حیطه یادگیری : شناختی وروانی حرکتی</p> |

| |
|---|
| <p>عنوان جلسه : تغییرات فیزیولوژیک دستگاههای مختلف بدن مادر در دوران بارداری</p> <p>شماره جلسه :۷</p> |
| <p>هدف کلی : شناخت تغییرات فیزیولوژیک دستگاههای مختلف بدن مادر در دوران بارداری : دستگاه تناسلی، پوست و پستانها، تغییرات متابولیک و هماتولوژیک</p> |
| <p>اهداف رفتاری :</p> <p>۱- تغییرات فیزیولوژیک دستگاه تناسلی (رحم، سرویکس ، تخمدانها، لوله های فالوپ ،واژن و پرینه) در بارداری را شرح دهد.</p> <p>۲- تغییرات فیزیولوژیک پوست و پستانها را در بارداری شرح دهد.</p> <p>۳- تغییرات متابولیک بارداری را شرح دهد</p> <p>۴- تغییرات هماتولوژیک (خون ، عملکردهای ایمنولوژیک ،انعقاد و.....)را در بارداری شرح دهد.</p> |
| <p>روش تدریس : نمایش اسلاید ، سخنرانی ،بحث گروهی، پرسش وپاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز</p> |
| <p>حیطه یادگیری : شناختی</p> |

| |
|--|
| <p>عنوان جلسه : ادامه تغییرات فیزیولوژیک دستگاههای مختلف بدن مادر در دوران بارداری</p> <p>شماره جلسه :۸</p> |
| <p>هدف کلی : شناخت تغییرات فیزیولوژیک دستگاههای مختلف بدن مادر در دوران بارداری : دستگاه تنفسی، ادراری ، گوارشی ، عضلانی اسکلتی ، قلبی عروقی واندوکراین</p> |
| <p>اهداف رفتاری :</p> |

| |
|--|
| <p>۱- تغییرات دستگاه تنفسی را در بارداری شرح دهد.</p> <p>۲- تغییرات دستگاه ادراری را در بارداری شرح دهد.</p> <p>۳- تغییرات دستگاه گوارش را در بارداری شرح دهد.</p> <p>۴- تغییرات سیستم اندوکراین را در بارداری شرح دهد.</p> <p>۵- تغییرات دستگاه عضلانی-اسکلتی را در بارداری شرح دهد.</p> <p>۶- تغییرات دستگاه قلبی-عروقی را در بارداری شرح دهد.</p> |
| <p>روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز</p> |
| <p>حیطه یادگیری: شناختی</p> |

| | |
|--|-----------------------------|
| <p>عنوان جلسه: مشاوره و مراقبتهای پیش از بارداری</p> | <p>شماره جلسه: ۹</p> |
| <p>هدف کلی: آشنایی با مشاوره و مراقبتهای پیش از بارداری</p> | |
| <p>اهداف رفتاری</p> <p>۱- مراقبت پیش از بارداری را تعریف نماید.</p> <p>۲- مزایای مشاوره قبل از بارداری را بیان نماید.</p> <p>۳- در مورد اختلالات مزمن طبی از قبیل دیابت، صرع و ... که مشاوره قبل از حاملگی در مورد آنها مفید واقع می شود ، توضیح دهد.</p> <p>۴- در مورد اختلالات مادرزادی از جمله نقائص لوله عصبی ،تالاسمی و ... که مشاوره قبل از حاملگی در مورد آنها مفید واقع می شود ، توضیح دهد.</p> <p>۵- مراحل ویزیت مشاوره قبل از بارداری را شرح دهد.</p> | |
| <p>روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز</p> | |
| <p>حیطه یادگیری: شناختی</p> | |

| | |
|--|------------------------------|
| <p>عنوان جلسه: مراقبتهای دوران بارداری</p> | <p>شماره جلسه: ۱۰</p> |
| <p>هدف کلی: آشنایی با اهداف و اجزای مراقبتهای دوران بارداری و علائم حاملگی</p> | |
| <p>اهداف رفتاری</p> <p>۱- مراقبتهای دوران بارداری را تعریف نماید.</p> <p>۲- اهداف مراقبتهای دوران بارداری را بیان نماید.</p> <p>۳- علائم و نشانه های بارداری (فرضی ، احتمالی و قطعی) را شرح دهد.</p> <p>۴- اجزای اولین ویزیت دوره بارداری (شرح حال ، معاینات و آزمایشات متداول) را شرح دهد.</p> <p>۵- آزمایشات متداول در بارداری را بنویسد.</p> <p>۶- زمان انجام ویزیت های بعدی و اقدامات لازم در هر ویزیت را بیان نماید.</p> | |
| <p>روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و Case Presentation</p> | |
| <p>حیطه یادگیری: شناختی و روانی حرکتی</p> | |

| | |
|---|------------------------------|
| <p>عنوان جلسه: تغذیه دوران بارداری</p> | <p>شماره جلسه: ۱۱</p> |
| <p>هدف کلی: آشنایی با تغذیه صحیح دوران بارداری (کالری ، مواد مغذی مهم ، اضافه وزن مناسب و ...)</p> | |
| <p>اهداف رفتاری:</p> <p>۱- نیازهای تغذیه ای دوران بارداری را بیان نماید.</p> <p>۲- در مورد مواد غذایی غیر مجاز در بارداری توضیح دهد.</p> | |

| |
|--|
| <p>۳- اهمیت وزن گیری مناسب در بارداری را شرح دهد.</p> <p>۴- توصیه های تغذیه ای برای خانمهای باردار چاق و دارای اضافه وزن را بیان نماید.</p> <p>۵- توصیه های تغذیه ای برای خانمهای باردار لاغر را بیان نماید.</p> <p>۶- توصیه های تغذیه ای برای مشکلات دوره بارداری (سوزش معده، تهوع و استفراغ ، یبوست و...) را شرح دهد.</p> <p>۷- در مورد الگوی افزایش وزن در بارداری توضیح دهد.</p> <p>۸- میزان افزایش وزن برای مادران نوجوان و بالغ را بر اساس نمایه توده بدنی شرح دهد.</p> <p>۹- نحوه ترسیم نمودار و ثبت وزن گیری در بارداری (تک قلو- چند قلو) را شرح دهد.</p> <p>۱۰- معیارهای وزن گیری نامناسب را بیان نماید.</p> <p>۱۱- مهمترین علل وزن گیری نامناسب را بیان نماید.</p> |
| <p>روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و Case Presentation</p> |
| <p>حیطه یادگیری شناختی</p> |

| |
|--|
| <p>عنوان جلسه: بهداشت دوران بارداری، شکایتهای شایع در بارداری ، علائم غیر طبیعی در حاملگی</p> <p>شماره جلسه: ۱۲</p> |
| <p>هدف کلی: آشنایی با بهداشت دوران بارداری، شکایتهای شایع در بارداری ، علائم غیر طبیعی در حاملگی</p> |
| <p>اهداف رفتاری</p> <p>۱- نحوه اداره صحیح مسائل مختلف بهداشت عمومی دوران بارداری نظیر : فعالیت شغلی ، مسافرت ، ورزش ، ایمن سازی ، مصرف الکل و کافئین و... را شرح دهد.</p> <p>۲- در مورد شکایات شایع دوران بارداری (تهوع و استفراغ، مشکلات ادراری و...) توضیح دهد.</p> <p>۳- نحوه رفع شکایات شایع دوران بارداری (تهوع و استفراغ، مشکلات ادراری و...) را بیان نماید.</p> <p>۴- علائم خطر دوران بارداری را بیان نماید.</p> |
| <p>روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و Case Presentation</p> |
| <p>حیطه یادگیری شناختی</p> |

| |
|--|
| <p>عنوان جلسه: روشهای بررسی جنین</p> <p>شماره جلسه: ۱۳</p> |
| <p>هدف کلی: آشنایی با روشهای بررسی جنین :سونوگرافی ، انالیتهای سرمی نظیر الفای فیتو پروتئین سرم مادر و...، امنیوسنتز و نمونه برداری از پرزهای کوریونی</p> |
| <p>اهداف رفتاری:</p> <p>۱- کاربردهای سونوگرافی در بارداری را شرح دهد .</p> <p>۲- روش انجام ، مزایا و معایب امنیوسنتز و نمونه برداری از پرزهای کوریونی را تشریح کند .</p> <p>۳- اندیکاسیونها، زمان ، نحوه انجام و تفسیر تستهای سرمی (الفای فیتو پروتئین سرم مادر و...) را بیان نماید.</p> |
| <p>روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و Case Presentation</p> |
| <p>حیطه یادگیری شناختی</p> |

| |
|--|
| <p>عنوان جلسه: ادامه روشهای بررسی جنین</p> <p>شماره جلسه: ۱۴</p> |
| <p>هدف کلی: آشنایی با تست بدون استرس (NST) ، تست استرس انقباضی (OCT) و پروفیل بیوفیزیکی</p> |
| <p>اهداف رفتاری:</p> |

| |
|---|
| ۱-الگوهای ضربان قلب جنین را شرح دهد . |
| ۲-اندیکاسیونها ، زمان ، نحوه انجام و تفسیر تست بدون استرس (NST) ، تست استرس انقباضی (OCT) و پروفیل بیوفیزیکی را توضیح دهد . |
| روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و Case Presentation با نوارهای NST |
| حیطه یادگیری شناختی |

| | |
|--|--|
| عنوان جلسه | تشخیص وضعیت قرارگیری جنین نسبت به کانال زایمانی |
| شماره جلسه : ۱۵ | |
| هدف کلی : آشنایی با وضعیت و انگاژمان و راههای تشخیص آن : مانورهای لئوپولد و... قرار ، نمایش، حالت ، وضعیت و انگاژمان و انگاژمان جنین نسبت به کانال زایمانی: | |
| اهداف رفتاری: | |
| ۱- انواع قرار ، نمایش، حالت ، وضعیت و انگاژمان جنین را با استفاده از مولاژ نشان دهد. | |
| ۲- مانورهای لئوپولد را روی مولاژ نمایش دهد. | |
| ۳- نحوه انجام معاینه و اژینال جهت تشخیص نمایش و وضعیت جنین در لگن را روی مولاژ نشان دهد. | |
| روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز و مولاژ معاینات لئوپولد و معاینه و اژینال | |
| حیطه یادگیری : شناختی و روانی حرکتی | |

| |
|---|
| عنوان جلسه : کلاسهای امادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان ، احکام اسلام در مورد بهداشت زمان لقاح و دوران بارداری |
| شماره جلسه : ۱۶ |
| هدف کلی : آشنایی با مباحث کلاسهای امادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان ، احکام اسلام در مورد بهداشت زمان لقاح و دوران بارداری |
| اهداف رفتاری: |
| ۱- اهداف کلاسهای امادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان را شرح دهد. |
| ۲- در مورد مسائل مربوط به کلاسهای امادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان از قبیل تغذیه ، تمرینات بدنی ، رفتارهای جنسی، تمرینات تنفسی و تن آرامی و... توضیح دهد. |
| ۳- احکام اسلام در مورد بهداشت زمان لقاح را شرح دهد. |
| ۴- احکام اسلام در مورد بهداشت دوران بارداری را شرح دهد. |
| روش تدریس: نمایش اسلاید ، سخنرانی ، بحث گروهی، پرسش و پاسخ ، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری وزایمان ویلیامز ، نمایش فیلم ورزشهای دوران بارداری و کلاسهای دوران بارداری |
| حیطه یادگیری : شناختی |

وسایل کمک آموزشی : وایت بورد ، کامپیوتر ، ویدئو پروژکتور ، اسلاید ، کتاب ، مولاژ دستگاه تناسلی زنان ، مولاژ لگن استخوانی ، مولاژ مجسمه جنین و مولاژ زایمان

نحوه ارزشیابی دانشجو : امتحان میان ترم (۸ نمره) ، پایان ترم (۸ نمره) ، کوئیز (۲ نمره) و فعالیت کلاسی (۲ نمره)

تکالیف دانشجویی : ارائه یک مقاله تحقیقی جدید در زمینه تغذیه بارداری ، درمان مشکلات شایع مثل تهوع و استفراغ و یاسایر مسائل روز و مورد علاقه

نوع سؤالات امتحانی : چهار گزینه ای ، تشریحی ، جاخالی و جورکردنی

وظایف دانشجو : حضور به موقع در کلاس ، نداشتن غیبت بیش از حد مجاز ، عدم استفاده از تلفن همراه در کلاس ،

پاسخ به سؤالات مطرح شده در کلاس ، شرکت در بحث گروهی و case presentation ، تعیین سن حاملگی و تاریخ زایمان با استفاده از تاریخ آخرین قاعدگی ، توضیح قسمتهای مختلف دستگاه تناسلی و لگن روی اسلایدو مولاژ دستگاه تناسلی و لگن ، توضیح استخوانها و اقطار سر جنین روی مولاژ مجسمه جنین ، انجام مانورهای لئوپولدو معاینه و ژینال روی مولاژ زایمان ، شرکت در کونیزهای کلاسی و امتحانات میان ترم و پایان ترم

منابع :

فارسی :

- ۱- برنامه کشوری مادری ایمن: مراقبتهای ادغام یافته سلامت مادران (راهنمای خدمات خارج بیمارستانی) ویژه دانش اموخته مامایی ؛ وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی ، دفتر سلامت جمعیت خانواده و مدارس اداره سلامت مادران ؛ ویرایش هفتم ، چاپ هفتم ، نشر اصفهان ، پدیده گویا ، ۱۳۹۵
- ۲- ترکستانی فرحناز ، عابدینی مهراندخت ، رادپویان لاله و...؛ راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی و زایمان ؛ وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی ، بازنگری سوم ، چاپ چهارم ، ۱۳۹۶
- ۳- دنفورت دیوید ، مامایی و بیماریهای زنان ، ویراست دهم ، ۲۰۰۸ ، ترجمه بهرام قاضی جهانی و... ، ۱۳۹۱
- ۴- سادلر تامس ، جنین شناسی پزشکی لانگمن ، ویراست دوازدهم ، ۲۰۱۲ ، ترجمه روشنگ قطبی ، ۱۳۹۱
- ۵- فریتز مارک ، اسپیروف لئون ؛ اندوکرینولوژی بالینی زنان و ناباروری ؛ ویراست هشتم ۲۰۱۱ ، ترجمه روشنگ قطبی و بهرام قاضی جهانی ؛ انتشارات گلپان ، ۱۳۹۱

لاتین:

6- Bennet t v.Ruth , Brown Linda K. , Cooper Margaret ,...; Myles Textbook for Midwives ;;16th ed. ; 2014

7- Berek Janathan S ; Berek & Novaks Gynecology ;15 th E.,2012

8- Cunningham , leveno,...; Williams Obstetrics ; 24 Th . E . , 2014

9- Varney Helen , King Tekoa L. , Brucker Mary C.,...; Varneys Midwifery ; 5th ed.;2015

به نام خدا

دانشگاه آزاد اسلامی استهبان

دانشکده پرستاری و مامایی

طرح دوره (Course Plan)

| | | |
|---|---|-----------------------------|
| نام درس : بارداری و زایمان ۱- بارداری طبیعی | نوع درس : نظری | تعداد واحد : ۲ |
| مقطع و رشته تحصیلی فراگیران : کارشناسی پیوسته مامایی ترم ۳ | مدرس : مهنازجانثار | |
| دروس پیش نیاز : دروس علوم پایه | | |
| نیمسال تحصیلی : ۱- ۹۸- ۹۷ | تاریخ شروع کلاس : ۹۷/۶/۲۷ | تاریخ پایان کلاس : ۹۷/۱۰/۱۱ |
| مشخصه درس : ۵۴۴ | روز و ساعت برگزاری : سه شنبه ۱۵:۴۵ الی ۱۹ | |
| مکان برگزاری : ساختمان مدرس ، کلاس ۴ | مسئول درس : جانثار | |
| روز و ساعت حضور مسئول درس : ۹:۱۵ سه شنبه الی ۱۷:۳۰ چهارشنبه | تاریخ امتحان پایان ترم : | |

شرح درس : شناخت کامل از فیزیولوژی حاملگی، اهمیت بهداشت و تغذیه زنان باردار، اصول مراقبتهای دوران بارداری، تشخیص موارد غیر طبیعی در بارداری و اقدامات لازم ، آموزش بهداشت به مادر و خانواده در زمینه مسائل جسمانی، روانی، اجتماعی ، عاطفی و مذهبی

اهداف کلی :

- ۱- شناخت کامل فیزیولوژی حاملگی ، تشخیص حاملگی ، اهمیت بهداشت و تغذیه دوران بارداری ، اصول مراقبتهای دوران بارداری ، شکایات شایع ناشی از حاملگی و طرق پیشگیری از آنها ، تشخیص موارد طبیعی از غیر طبیعی در دوران بارداری و آشنایی با اقدامات و مراقبتهای لازم در هر مورد
- ۲- آموزش بهداشت به مادر و خانواده در زمینه مسائل جسمانی ، روانی ، اجتماعی و عاطفی

اهداف رفتاری :

- ۱- مامائی را تعریف نماید.
- ۲- اهداف علم مامائی را بیان نماید.
- ۳- جایگاه ماما در سیستم ارائه مراقبتها را شرح دهد.
- ۴- شاخص های بهداشتی مهم در مامایی (تولد ، مرگ جنینی و نوزادی و مادری ، تولد ترم و پره ترم و پست ترم و...) را شرح دهد.
- ۵- تاثیر خدمات مامایی بر شاخص های بهداشتی را بیان نماید.
- ۶- ساختمان بافت نرم دستگاه تناسلی داخلی و خارجی زنانه (فرج ، واژن ، رحم ، لوله های فالوپ، تخمدانها ، رباطها و کف لگن) را با استفاده از مولاژ و اسلاید توضیح دهد .
- ۷- ساختمان لگن، تنگه ها و اقطار ان را با استفاده از اسلاید و مولاژ نشان دهد.
- ۸- انواع لگن و تفاوتهای آنها را با استفاده از اسلاید و مولاژ توضیح دهد .

- ۹- عملکرد دهیپوتالاموس ، هیپوفیز ، تخمدانها و اندومتر رحم در سیکل قاعدگی را توضیح دهد.
- ۱۰- در مورد سیکل قاعدگی منتهی به حاملگی توضیح دهد.
- ۱۱- نحوه شکل گیری جفت را شرح دهد.
- ۱۲- ویژگیهای شیمیایی و عملکرد هورمونهای جفتی (استروژن ، پروژسترون ، HCG ، HPL و...) را بیان نماید.
- ۱۳- در مورد نحوه تولید پروژسترون در جفت توضیح دهد.
- ۱۴- بیوسنتز استروژن در جفت را شرح دهد.
- ۱۵- وضعیتهای جنینی موثر بر تولید استروژن را تشریح نماید .
- ۱۶- در مورد ساختار و عملکرد بندناف توضیح دهد.
- ۱۷- مشخصات پرده های جنینی و مایع آمنیون و عملکرد آنها را بیان نماید.
- ۱۸- با استفاده از تاریخهای فرضی آخرین قاعدگی سن حاملگی و تاریخ زایمان را محاسبه کند .
- ۱۹- نحوه تکامل عملکردی قلب و عروق و خونسازی در جنین را به اختصار بیان کند .
- ۲۰- گردش خون جنینی را بر روی شکل توضیح دهد .
- ۲۱- استخوانهای جمجمه جنین و اقطار مهم آن را روی مولاژ سر جنین نشان دهد .
- ۲۲- نحوه تکامل عملکردی دستگاه گوارش ، ریه ها ، ، دستگاه ادراری و... در جنین را به اختصار توضیح دهد .
- ۲۳- مراحل تکامل دستگاه تناسلی جنین ، تمایز جنسی و علل ابهام تناسلی را شرح دهد .
- ۲۴- تغییرات فیزیولوژیک دستگاه تناسلی مادر (رحم، سرویکس ، تخمدانها، لوله های فالوپ ، واژن و پرینه) در بارداری را شرح دهد.
- ۲۵- تغییرات فیزیولوژیک پوست و پستانها را در بارداری شرح دهد.
- ۲۶- تغییرات متابولیک بارداری را شرح دهد
- ۲۷- تغییرات هماتولوژیک (خون ، عملکردهای ایمونولوژیک ، انعقاد و.....) را در بارداری شرح دهد.
- ۲۸- تغییرات فیزیولوژیک دستگاه تنفسی، ادراری ، گوارش و... مادر در بارداری را شرح دهد.
- ۲۹- مراقبت پیش از بارداری را تعریف نماید.
- ۳۰- مزایای مشاوره قبل از بارداری را بیان نماید.
- ۳۱- در مورد اختلالات مزمن طبی از قبیل دیابت ،صرع و ...که مشاوره قبل از حاملگی در مورد آنها مفید واقع می شود ، توضیح دهد.
- ۳۲- در مورد اختلالات مادرزادی از جمله نقائص لوله عصبی ،تالاسمی و ...که مشاوره قبل از حاملگی در مورد آنها مفید واقع می شود ، توضیح دهد.
- ۳۳- مراحل ویزیت مشاوره قبل از بارداری را شرح دهد.
- ۳۴- مراقبتهای دوران بارداری را تعریف نماید.
- ۳۵- اهداف مراقبتهای دوران بارداری را بیان نماید.
- ۳۶- علائم و نشانه های بارداری (فرضی ، احتمالی و قطعی) را شرح دهد.
- ۳۷- اجزای اولین ویزیت دوره بارداری (شرح حال ، معاینات و آزمایشات متداول) را شرح دهد.
- ۳۸- آزمایشات متداول در بارداری را بنویسد.
- ۳۹- زمان انجام ویزیتهای بعدی و اقدامات لازم در هر ویزیت را بیان نماید.
- ۴۰- نیازهای تغذیه ای دوران بارداری را بیان نماید.
- ۴۱- در مورد مواد غذایی غیر مجاز در بارداری توضیح دهد.
- ۴۲- اهمیت وزن گیری مناسب در بارداری را شرح دهد.
- ۴۳- توصیه های تغذیه ای برای خانمهای باردار لاغر ،چاق و دارای اضافه وزن را بیان نماید.

- ۴۴- توصیه های تغذیه ای برای مشکلات دوره بارداری (سوزش معده، تهوع و استفراغ، یبوست و...) را شرح دهد.
- ۴۵- در مورد الگوی افزایش وزن در بارداری توضیح دهد.
- ۴۶- میزان افزایش وزن برای مادران نوجوان و بالغ را بر اساس نمایه توده بدنی شرح دهد.
- ۴۷- نحوه ترسیم نمودار و ثبت وزن گیری در بارداری (تک قلو، چند قلو) را شرح دهد.
- ۴۸- مهمترین علل وزن گیری نامناسب را بیان نماید.
- ۴۹- نحوه اداره صحیح مسائل مختلف بهداشت عمومی دوران بارداری نظیر: فعالیت شغلی، مسافرت، ورزش، ایمن سازی، مصرف الکل و کافئین و... را شرح دهد.
- ۵۰- در مورد شکایات شایع دوران بارداری (تهوع و استفراغ، مشکلات ادراری و...) توضیح دهد.
- ۵۱- نحوه رفع شکایات شایع دوران بارداری (تهوع و استفراغ، مشکلات ادراری و...) را بیان نماید.
- ۵۲- علائم خطر دوران بارداری را بیان نماید.
- ۵۱- کاربردهای سونوگرافی در بارداری را شرح دهد.
- ۵۲- روش انجام، مزایا و معایب امنیوسنتز و نمونه برداری از پرزهای کوریونی را تشریح کند.
- ۵۳- اندیکاسیونها، زمان، نحوه انجام و تفسیر تستهای سرمی (الفا فیتو پروتئین سرم مادر و...) را بیان نماید.
- ۵۴- الگوهای ضربان قلب جنین را شرح دهد.
- ۵۵- اندیکاسیونها، زمان، نحوه انجام و تفسیر تست بدون استرس (NST)، تست استرس انقباضی (OCT) و پروفیل بیوفیزیکی را توضیح دهد.
- ۵۶- انواع قرار، نمایش، حالت، وضعیت و انگاژمان جنین را با استفاده از مولاز نشان دهد.
- ۵۷- مانورهای لئوپولد را روی مولاز نمایش دهد.
- ۵۸- نحوه انجام معاینه واژینال جهت تشخیص نمایش و وضعیت جنین در لگن را روی مولاز نشان دهد.
- ۵۸- اهداف کلاسهای آمادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان را شرح دهد.
- ۵۹- در مورد مسائل مربوط به کلاسهای آمادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان از قبیل تغذیه، تمرینات بدنی، رفتارهای جنسی، تمرینات تنفسی و تن آرامی و... توضیح دهد.
- ۶۰- احکام اسلام در مورد بهداشت زمان لقاح و دوران بارداری را شرح دهد.
- روش تدریس:** نمایش اسلاید، سخنرانی، بحث گروهی، پرسش و پاسخ، حل مساله، استفاده مستقیم از کتابهای مرجع بخصوص بارداری و زایمان و بلیامز، Case Presentation، استفاده از مولاز لگن استخوانی زنانه، مولاز جنین - نوزاد و مولاز زایمان
- وسایل کمک آموزشی:** وایت بورد، کامپیوتر، ویدئو پروژکتور، اسلاید، کتاب، مولاز دستگاه تناسلی زنان، مولاز لگن استخوانی، مولاز مجسمه جنین و مولاز زایمان
- نحوه ارزشیابی دانشجویی:** امتحان میان ترم (۸ نمره)، پایان ترم (۸ نمره)، کوئیز (۲ نمره) و فعالیت کلاسی (۲ نمره)
- تکالیف دانشجویی:** ارائه یک مقاله تحقیقی جدید در زمینه تغذیه بارداری، درمان مشکلات شایع مثل تهوع و استفراغ و یاسایر مسائل روز و مورد علاقه
- نوع سؤالات امتحانی:** چهار گزینه ای، تشریحی، جاخالی و جورکردنی

وظایف دانشجو : حضور به موقع در کلاس ، نداشتن غیبت بیش از حد مجاز ، عدم استفاده از تلفن همراه در کلاس ،

پاسخ به سوالات مطرح شده در کلاس ، شرکت در بحث گروهی و case presentation ، تعیین سن حاملگی و تاریخ زایمان با استفاده از تاریخ آخرین قاعدگی ، توضیح قسمت‌های مختلف دستگاه تناسلی و لگن روی اسلاید مولژ دستگاه تناسلی و لگن ، توضیح استخوانها و اقطار سر جنین روی مولژ مجسمه جنین ، انجام مانورهای لئوپولدومعاینه و ژینال روی مولژ زایمان ، شرکت در کوئیزهای کلاسی و امتحانات میان ترم و پایان ترم

منابع :

فارسی:

- ۱- برنامه کشوری مادری ایمن: مراقبتهای ادغام یافته سلامت مادران (راهنمای خدمات خارج بیمارستانی) ویژه دانش اموخته مامایی ؛ وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی ، دفتر سلامت جمعیت خانواده و مدارس اداره سلامت مادران ؛ ویرایش هفتم ، چاپ هفتم ، نشر اصفهان ، پدیده گویا ، ۱۳۹۵
- ۲- ترکستانی فرحناز ، عابدینی مهراندخت ، رادپویان لاله و...؛ راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی وزایمان ؛ وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی ، بازنگری سوم ، چاپ چهارم ، ۱۳۹۶
- ۳- دنفورث دیوید ، مامایی و بیماریهای زنان ، ویراست دهم ، ۲۰۰۸ ، ترجمه بهرام قاضی جهانی و... ، ۱۳۹۱
- ۴- سادلر تامس ، جنین شناسی پزشکی لانگمن ، ویراست دوازدهم ، ۲۰۱۲ ، ترجمه روشنگ قطبی ، ۱۳۹۱
- ۵- فریتز مارک ، اسپیروف لئون ؛ اندوکرینولوژی بالینی زنان و ناباروری ؛ ویراست هشتم ۲۰۱۱ ، ترجمه روشنگ قطبی و بهرام قاضی جهانی ؛ انتشارات گلپان ، ۱۳۹۱

لاتین:

6- Bennet t v.Ruth , Brown Linda K. , Cooper Margaret ,...; Myles Textbook for Midwives ;;16th ed. ; 2014

7- Berek Janathan S ; Berek & Novaks Gynecology ;15 th E.,2012

8- Cunningham , leveno,...; Williams Obstetrics ; 24 Th . E . , 2014

9- Varney Helen , King Tekoa L. , Brucker Mary C.,...; Varneys Midwifery ; 5th ed.;2015

تقویم درس :

| مدرس | عنوان | جلسه |
|--------|---|------|
| جانثار | علم مامائی ، جایگاه ماما، شاخص های بهداشتی ، تشریح بافت نرم دستگاه تناسلی داخلی و خارجی زنانه | ۱ |
| " | ساختمان لگن استخوانی ، انواع لگن | ۲ |
| " | فیزیولوژی سیکل قاعدگی | ۳ |
| " | جفت ، پرده های جنینی ، مایع آمنیون ، بند ناف و هورمونهای جفتی | ۴ |
| " | امبریونز و تکامل مورفولوژیک جنین | ۵ |
| " | ادامه امبریونز و تکامل مورفولوژیک جنین | ۶ |
| " | تغییرات فیزیولوژیک دستگاههای مختلف بدن مادر در دوران بارداری | ۷ |
| " | ادامه تغییرات فیزیولوژیک دستگاههای مختلف بدن مادر در دوران بارداری | ۸ |
| " | مشاوره و مراقبتهای پیش از بارداری | ۹ |
| " | مراقبتهای دوران بارداری | ۱۰ |
| " | تغذیه دوران بارداری | ۱۱ |
| " | بهداشت دوران بارداری، شکایتهای شایع در بارداری ، علائم غیر طبیعی در حاملگی | ۱۲ |
| " | روشهای بررسی جنین | ۱۳ |
| " | ادامه روشهای بررسی جنین | ۱۴ |
| " | تشخیص وضعیت قرارگیری جنین نسبت به کانال زایمانی | ۱۵ |
| " | کلاسهای آمادگی و خوشایند سازی بارداری و زایمان ، احکام اسلام در مورد بهداشت زمان لقاح و دوران بارداری | ۱۶ |