

مردان و نقش آنان در سلامت بارداری

نویسندگان : ۱- محمد احمدیان MD-MPH معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

۲- مینا احدی، کارشناس ارشد مامایی، معاونت بهداشتی دانشگاه علوم پزشکی مشهد

مقدمه : حاملگی مرحله جدیدی از زندگی و تکامل زوجین می باشد که نه تنها برای زنان بلکه برای مردان نیز ویژگیهای خاص خود را داراست. احساس پدر شدن یک احساس مطلوب و خوشنود کننده است که با خود مسئولیتهای بزرگی به همراه می آورد و از قبل از تولد فرزند شروع می شود.

هدف تحقیق و روش اجرا : این مطالعه که با هدف بررسی نقش و مسئولیت مردان در سلامت بارداری انجام شد یک مطالعه مروری می باشد که با بهره گیری از مقالات موجود و با جستجو در بانکهای اطلاعاتی و اینترنتی و با کلید واژه های مردان - بارداری - سلامت مادر - نوزاد بدون در نظر گرفتن محدودیت زمانی انجام گرفت.

یافته ها : مسئولیتهای زیادی در این دوران به عهده پدر است که با آگاهی و انجام آنها سلامت جسمی و روحی مادر و نوزاد بهتر تامین میگردد. برخی از مهمترین مسئولیتهای در این دوران عبارت است از: - مطالعه درباره روند بارداری، زایمان و پس از زایمان - آگاهی از تغییرات جسمی و روحی مادران در این دوران - مشارکت و همدلی بیش از پیش در این دوران - ارتباط عاطفی بیشتر بین پدر و مادر طی دوران بارداری - تشویق مادر به مراقبت از خود و شرکت در کلاسهای آموزشی آمادگی برای زایمان و مادر شدن - فراهم آوردن شرایط مناسب جهت رشد جنین و تغذیه مناسب مادر و ایجاد محیط امن و توأم با آرامش و آسایش روانی و جسمانی برای زنان - آشنایی با ناراحتی های معمول زنان در طی بارداری مانند کمردرد و تهوع و استفراغ - درک اضطرابها و نگرانیهای زنان و همدلی و همفکری با آنان - مشارکت در کارهای روزمره زندگی تا مادر احساس خستگی و ناتوانی نداشته باشد - عدم استعمال دخانیات در این دوران و

نتیجه گیری : درمجموع پدر با همدلی و اطمینان بخشی خود بیشترین قدرت را برای تسهیل انطباق مادر با حاملگی اش دارد که اگر این انطباق صورت نگیرد ممکنست عوارض روانشناختی عمده ای برای زن باردار و نوزادش بجای گذارد. در این راستا ضمن ضرورت آشنائی مردان با تغییرات و نیازهای مادران در طی بارداری، آنان بایستی از نقش و وظائف خود در این دوران در ارتباط با سلامت همسر و فرزند بدنیا نیامده شان نیز اطلاع کامل داشته باشند.

کلید واژه ها : سلامت مادر - نوزاد - مردان - بارداری