

ترجمه: لیلا بردبار عضو هیئت علمی
 دانشکده پرستاری و مامائی
 ویرایش: ملک تاج مشکبید عضو هیئت
 علمی دانشکده پرستاری و مامائی

من یک مامای^۱ جامعه هستم و در یک محله بهداشتی در جنوب انگلیس کار می‌کنم حیطة کاری من خیلی وسیع است و انواع والدین با خصوصیات متفاوت را در بر می‌گیرد که بسیاری از آنها جوان و نخست‌زا می‌باشند. من مدت ۱۰ ماه است که به این کار اشتغال دارم. پس از شروع بکار بلافاصله

آگاهیهای کامل جهت ارائه اطلاعات کافی در مورد مراقبتهای قبل از حاملگی و سفارش‌های لازم به والدین را کسب کردم، تعداد زیادی از مددجویان اطلاعات لازم را در مورد درد و مسمویت‌های حاملگی که بوسیله خواندن کتاب به آن دست یافته بودند داشتند گرچه مراقبتهای بعد از زایمان مشخص می‌باشند ولی معمولاً اندرزها و توضیحات بعد از

ده روز اول

تولد نوزاد، فراموش می‌شوند و حتی در کتابها نیز به ندرت به آن می‌پردازند.

من تصمیم گرفتم در محدوده کاری خود در قسمت «بررسی و آموزش تمرینات کلینیکی» طرح هدفداری را ارائه دهم که برای کمک به دانشجویان و مددجویان مفید باشد، بدین ترتیب جزوه‌ای ساده جهت نشان دادن به والدین در مراجعه اول به درمانگاه که اکثر آنها نیز جوان بودند تهیه کردم و در آن حقایق موجود و همچنین فهرست مراقبت‌های مامایی را که از بدو ورود به بیمارستان تا خروج آنها که معمولاً ده روز طول می‌کشد و برایشان ضروری است بیان داشتم.

من تصمیم داشتم که نتیجه هر یک از روزها را بیان کنم زیرا تفاوت‌های بسیار از زمان زایمان تا انتقال به خانه وجود دارد. بیشتر مادرها ۴ تا ۵ روز بعد از زایمان و عده‌ای هم زودتر مرخص می‌شوند. یادداشتهای موجود در ارتباط با آنها گاهی ممکن است اطلاعات را بصورت مغشوش بیان کند. برای

مثال منظور از روز ششم معلوم نباشد که شش روز بعد از زایمان است یا شش روز بعد از ترخیص از بیمارستان.

اطلاعات بیان شده در جزوه تهیه شده من ممکن است در نشریه‌های مختلف بطور پراکنده وجود داشته باشد، ولی من تصمیم داشتم متنی تهیه کنم که همه اطلاعات را به زبان ساده و در یک جا جمع کرده باشد و برای اینکار با بسیاری از مادران نخست‌زا در مورد اینکه چه مواردی می‌تواند برایشان مفید باشد بحث و گفتگو کردم. موضوعاتی را که من در جزوه بیان کردم شامل موارد زیر می‌باشد:

- معاینه و سرکشی به مادر حمله در منزل که می‌تواند توسط مامای بهداشت جامعه انجام پذیرد.

- معاینه کودک مانند انجام آزمایش گاتری^۲ برای فنیل کتونوری^۳ و بررسی تیروئید از روی اندازه‌گیری وزن.

- آموزش در مورد تغذیه کودک.
- اطلاعات عمومی در مورد سلامتی و رشد کودک در ۱۰ روز

اول که طی آن از چگونه مقابله کردن با ترشحات مجاری دهان و حلق، تنفس نامنظم، مراقبت‌های لازم از بند ناف و موارد مشابه آن بحث می‌شود. محتوی بوسیله قسمتی که مربوط به «مراقبت از خود» است پایان می‌پذیرد و طی آن نصایح لازم به مادران جوان در مورد مراقبت‌های بعد از زایمان از خود، ارائه می‌شود. جزوه در صفحات کم با قیمت ارزان و قابل دسترس برای همگان تهیه شده است. در قسمتهایی از آن من از بکار بردن کلمه مذکر یا مونث امتناع کردم زیرا تصور نمی‌کنم که همه مددجوها مونث باشند.

جزوه قصد دارد که به مادرها در هنگام مرخص شدن از بیمارستان روشهای انجام تمرینهای بعد از زایمان را بیاموزند و در دو کپی برای ماما یا بازدیدکننده بهداشتی و دیگری برای خود مادر در اختیار آنها قرار داده می‌شود.

من امیدوارم که این مطالب بتواند کمکی در جهت آموزش مراقبت‌های دوران بعد از زایمان مادرانی باشد که در حیطه کاری من بسر می‌برند.

۱- Community midwife

۲- Guthrie

۳- phenylketanuria

منبع:

Jennings, Rosie. "the first ten days."

Nursing times. November 8.

Vol 85.

No 45. 1989. pp: 40

The first ten days

Bordbar, L.

I am a community midwife and working in a health sector in south of England. My work scope is very wide and includes different types of parents with different specifications. Many of them are young and primipara. I am working as community midwife for ten month. After start of my work, I gained complete knowledge for giving enough information about preconception cares to mothers. Many of clients obtained necessary information about pain and pre-eclampcia and eclampcia from reading of book. However, postnatal cares are very obvious but usually, explanations and advices about them are forgotten and even books don't attend to them.

Keywords: Community midwife, Health education, Midwifery