

- Vol.22,No.5, 1992, pp: 233-236.
2. Kaplan, karon, M, et al. "Breast Cancer Screening among Relatives of women with Breast Cancer." **American Journal of public Health.** Vol.81, No.2, sep. 1991, pp: 1174.
3. Lane, Dorothy and polana k. Bury. "Breast cancer screening practices among users of county funded Health Centers Vs women in the Entire Community". **American Journal of public Health.** Vol. 82, No.2, Feb. 1992, pp:199-203.
4. Murila, Mary and crabtree, katherin. "Comparison of two breast self examination palpation techniques". **Cancer Nursing,** 15(4) , Aug. 1992, pp:276-282.
5. Torhid, Inger Gram, et al. "public Health Brief". **American Journal of public Health.** Vol. 82, No.2, Feb. 1992, pp: 249-253.

**بررسی میزان عملکرد ماماهاى شاغل در ارتباط با آماده
کردن زنان نخست حامله جهت شیردهی در مراکز
بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و
آموزش پزشکی شهر تهران سال ۱۳۷۲**

پژوهشگر:

شهلا صباغ ملاحسینی عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی ایران.
استاد راهنما:

خانم ملک تاج مشک بید عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی ایران
استاد مشاور:

خانم فرخنده مهری عضو هیأت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی ایران.

استاد آمار:

آقای پرویز کمالی عضو هیأت علمی دانشکده بهداشت دانشگاه علوم پزشکی تهران

چکیده پژوهش:

این پژوهش مطالعه‌ای زمینه‌ای^۱ است که به منظور بررسی میزان عملکرد ماماهاى شاغل در ارتباط با آماده کردن زنان نخست حامله جهت شیردهی در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و آموزش

پزشکی شهر تهران انجام شده است. در این مطالعه ۵۰ نفر ماماهاى شاغل در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی شهر تهران شرکت داده شده‌اند.

ابزار گرد آوری داده‌ها، در این پژوهش، برگه مشاهده بوده که جهت دستیابی به اهداف پژوهش در دو بخش تنظیم گردیده است: بخش اول: شامل ۶ سؤال که

1- Field study

در ارتباط با مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش می‌باشد. بخش دوم: شامل ۲۸ سؤال که میزان عملکرد ماماها در مورد انجام معاینات پستان، ارائه آموزش جهت شیردهی، آموزش تنظیم رژیم غذایی متعادل و انجام حمایت‌های روانی از زنان نخست حامله را می‌سنجد.

یافته‌های این مطالعه در ۴۵ جدول جمع آوری گردید. به منظور دستیابی به نتایج از آمار توصیفی^۱ و استنباطی^۲ استفاده شده است، یافته‌ها نشان می‌دهند که اکثریت ماماها در گروه سنی ۳۰ تا ۳۹ سال قرار داشتند و متأهل بوده‌اند و نیمی از آنها شخصاً سابقه شیردهی داشته‌اند. نتایج نشان داده است که میزان انجام معاینات پستان توسط اکثریت واحدهای مورد پژوهش در حد ضعیف بوده، نیمی از آنها در حد متوسط به مادران آموزش داده‌اند. دیگر یافته‌ها بیانگر آن است که تعداد اندکی از آنان مادران را در حد خوب مورد حمایت روانی قرار داده‌اند و اکثریت واحدهای مورد پژوهش در حد متوسط و فقط دو درصد زنان نخست حامله را جهت شیردهی در حد خوب آماده کرده‌اند.

بررسی‌های آماری نیز میان

مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش و میزان عملکرد آنها در مورد آماده کردن زنان نخست حامله برای شیردهی بجز همبستگی میان سابقه شیردهی و آموزش تنظیم رژیم غذایی متعادل ارتباط معنی دار آماری را نشان نداده است.

بیان مسئله پژوهش:

آماده کردن زنان باردار جهت شیردهی و برقراری تغذیه با شیرمادر از جمله مسائلی است که مورد توجه تمامی سازمانها و محافل بین‌المللی می‌باشد لذا تحقیقات زیادی در این زمینه انجام شده که نمونه‌هایی از آنها در ذیل آورده می‌شود:

تحقیقی توسط جولی^۳ (۱۹۹۰) در مورد ترویج تغذیه با شیر مادر در مراکز بهداشتی درمانی در کاستاریکا صورت گرفت. در این مطالعه ۵۰ زن باردار مراجعه کننده به دو مرکز بهداشتی درمانی بطور تصادفی انتخاب و در ارتباط با چگونگی تشکیل شیر در پستان و مزایای تغذیه با شیر مادر، طرز صحیح شیردادن به نوزاد و مضرات تغذیه مصنوعی و راههای رفع مشکلات ناشی از شیردهی مورد آزمایش قرار گرفتند. نتایج پژوهش نشان

داد که ۸۰ درصد از نمونه‌های مورد پژوهش برای مدت ۴ تا ۶ ماه به فرزند خود شیر داده، مشکلات ناشی از شیردهی را به خوبی مرتفع کرده‌اند.

تحقیق دیگری توسط کیم برلی^۴ (۱۹۹۰) در مکزیک در مورد طرح همگانی کردن ترویج تغذیه با شیر مادر انجام شده است. هدف از این مطالعه اجرای آزمایشی سه طرح آموزشی جهت ترویج تغذیه پستانی و انتخاب بهترین طرح جهت آموزش زنان باردار بوده است. در این بررسی ۵۸۵ مادر از سه ناحیه بطور تصادفی بعنوان نمونه انتخاب شدند و یک گروه بعنوان شاهد تعیین گردیدند.

واحدهای مورد پژوهش در گروه سنی ۱۶ تا ۴۵ سال قرار داشتند و دارای یک یا دو فرزند بودند. طرح‌های به اجرا در آمده شامل موارد زیر بود:

- ۱- آموزش انفرادی از طریق ماماها
- ۲- آموزش گروهی از طریق کارکنان بهداشتی
- ۳- آموزش فردی و دسته جمعی

1- Descriptive statistic

2- inferential statistic

3- Jolly

4- Kimberly

توسط کارکنان بهداشتی

نتایج پژوهش نشان داد طرح آموزش شماره (۱) که توسط ماماها و به صورت انفرادی انجام گردید موفق تر از دو طرح دیگر بوده است بطوری که میزان شیردهی را از ۶۴ درصد به ۸۸/۷ افزایش داده است.

مطالعه دیگری توسط برازلتون^۱ (۱۹۹۰) در مورد تاثیر شروع تغذیه پستانی بلافاصله بعد از تولد نوزاد بر تداوم شیردهی در کانادا صورت گرفت، در این بررسی ۶۰ نفر زن نخست حامله شرکت داشتند که ۳۰ نفر در گروه مورد و ۳۰ نفر در گروه شاهد قرار داشتند. افراد گروه مورد در دوران بارداری جهت شیردهی و شروع تغذیه نوزاد بلافاصله بعد از تولد مورد آموزش قرار گرفتند و در دقایق اولیه بعد از تولد شیردهی را آغاز کرده بودند. نتایج پژوهش نشان داد مادران گروه مورد تا ۶ ماه بعد از زایمان به راحتی فرزند خود را تغذیه کرده، احساس رضایت می کردند، در صورتی که گروه شاهد با کاهش قدرت شیردهی روبرو شده، و فقط بمدت ۲ ماه فرزند خود را تغذیه کردند.

چهار چوب پنداشتی

چهارچوب پنداشتی این

پژوهش بر اساس بسط و توسعه مفهوم «نقش ماما در شیردهی مادران» استوار گردیده است.

مامایی شاخه‌ای از طب است که وضع حمل، پیامدها و عوارض آنرا مورد بحث قرار می‌دهد. بنابراین اساساً دیدگاه آن متوجه پدیده حاملگی، زایمان،

شیردهی، دوران نقاهت بعد از زایمان و اداره صحیح آنها در شرایط طبیعی و غیر طبیعی می‌باشد (گانینگهام، ۱۹۸۹، صفحه ۱). اگر ماماها هر کشور بتوانند طبقات تحصیل کرده جامعه را متقاعد کنند که شیر مادر بهترین غذا برای نوزاد است در قانع کردن سایر گروهها نیز خود بخود موفق خواهند بود، بنابراین رسالتی که ماماها بعهده دارند این است که در مراکز بهداشتی زنان باردار را به شیردهی از پستان تشویق کنند (غبرائی، ۱۳۶۵، صفحه ۸).

مادران بویژه آنهایی که برای اولین بار باردار می‌شوند نیازمند هستند که مورد هدایت و حمایت قرار گیرند و از نحوه شیردهی صحیح اطلاع کافی بدست آورند، زیرا ممکن است عدم آگاهی آنان موجب انجام شیردهی به طریق نادرست و همچنین منجر به بروز مشکلات فراوان شود. برای جلوگیری از بروز عوارض دوران

شیردهی علاوه بر آموزش شیوه صحیح شیردادن، مادران را بایستی نسبت به زمان شروع غذای کمکی، درمان زخم نوک پستان و رفع مشکلات این دوران راهنمایی و توجیه کرد (سماوج کینگ، ۱۳۷۲، صفحه ۷).

اهداف پژوهش:

اهداف کلی:

۱- تعیین میزان عملکرد ماماها یا شاغل در ارتباط با آماده کردن زنان نخست حامله جهت شیردهی در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی شهر تهران.

۲- ارائه پیشنهادات برای کاربرد یافته‌های پژوهش.

۳- ارائه پیشنهادات برای انجام پژوهش‌های بعدی بر اساس یافته‌های پژوهش.

اهداف ویژه:

۱- تعیین برخی مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش.

۲- تعیین میزان عملکرد ماماها یا شاغل در مورد انجام معاینات پستان در زنان نخست حامله جهت شیردهی و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها.

۳- تعیین میزان عملکرد ماماها یا

1- Brazelton

شاغل در مورد ارائه آموزش به زنان نخست حامله جهت شیردهی و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها.

۴- تعیین میزان عملکرد ماماهاى شاغل در مورد آموزش تنظیم رژیم غذایی متعادل به زنان نخست حامله جهت شیردهی و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها.

۵- تعیین میزان عملکرد ماماهاى شاغل در مورد انجام حمایت‌های روانی از زنان نخست حامله جهت شیردهی و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها.

سؤالات پژوهش:

۱- نمونه‌های مورد پژوهش از چه مشخصات فردی برخوردار هستند؟

۲- انجام معاینات پستان در زنان نخست حامله جهت شیردهی توسط ماماهاى شاغل و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها به چه میزان است؟

۳- ارائه آموزش به زنان نخست حامله جهت شیردهی توسط ماماهاى شاغل و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها به چه میزان است؟

۴- ارائه آموزش جهت تنظیم رژیم غذایی متعادل به زنان نخست حامله برای شیردهی توسط

ماماهاى شاغل و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها به چه میزان است؟

۵- انجام حمایت‌های روانی در زنان نخست حامله جهت شیردهی توسط ماماهاى شاغل و ارتباط آن با مشخصات فردی آنها به چه میزان است؟

روش پژوهش:

الف- نوع پژوهش:

این پژوهش مطالعه‌ای زمینه‌ای است، که اطلاعات و داده‌ها به منظور تعیین میزان عملکرد ماماهاى شاغل در ارتباط با آماده کردن زنان نخست حامله جهت شیردهی در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی شهر تهران جمع‌آوری شده‌اند. بعلاوه در این مطالعه بین میزان عملکرد و مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش تعیین همبستگی شده است. همچنین این تحقیق مطالعه‌ای تک متغیری و تک گروهی است.

ب- جامعه پژوهش:

جامعه پژوهش را در این مطالعه ماماهاى شاغل در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی شهر تهران که دارای

مشخصات واحدهای مورد پژوهش بودند تشکیل داده‌اند.

ج- نمونه پژوهش:

نمونه این پژوهش را ۵۰ نفر ماماهاى شاغل در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی شهر تهران تشکیل داده‌اند و این تعداد به طریق نمونه‌گیری دو مرحله‌ای انتخاب شده‌اند.

مشخصات واحدهای

مورد پژوهش:

کلیه واحدهای مورد پژوهش از مشخصات زیر برخوردار بوده‌اند:

۱- واحدهای مورد پژوهش ماماهاى کاردان، کارشناس و پرستار ماما بوده‌اند.

۲- در زمان انجام پژوهش در مراکز بهداشتی درمانی وابسته به وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی شهر تهران اشتغال به کار داشته‌اند.

۳- دانشجوی کارشناسی یا کارشناسی ارشد نبوده‌اند.

روش گردآوری داده‌ها:

ابزار گردآوری داده‌ها در این تحقیق برگه مشاهده بوده است که شامل دو قسمت می‌باشد و در ارتباط با اهداف پژوهش تنظیم شده است، قسمت اول دارای ۶

سؤال مربوط به برخی از مشخصات فردی از قبیل سن، کل سابقه کار، سابقه کار در مراکز بهداشتی درمانی، میزان تحصیلات، وضعیت تاهل و سابقه شیردهی بوده است. قسمت دوم برگه مشاهده شامل ۳ مورد مربوط به انجام معاینات پستان، ۱۳ مورد مربوط به ارائه آموزش به زنان نخست حامله جهت شیردهی، ۵ مورد مربوط به ارائه رژیم غذایی متعادل به زنان نخست حامله جهت شیردهی و ۷ مورد مربوط به انجام حمایت‌های روانی از زنان نخست حامله بوده است. در مقابل هر یک از موارد تعیین شده دو ستون «اجرا میشود» و «اجرا نمیشود» جهت علامت‌گذاری در نظر گرفته شده و پژوهشگر با انجام مشاهده دقیق اجرا یا عدم اجرای موارد را با علامت (x) در یکی از ستونهای مزبور مشخص کرده است. جهت کسب اعتبار علمی^۱ ابزار از روش اعتبار محتوی^۲ استفاده شد، بدین ترتیب که پس از مطالعه منابع علمی و کسب نظر اساتید و صاحب نظران در این زمینه، ابزار تهیه و اعتبار و کفایت آن توسط عده‌ای از اعضاء هیئت علمی دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی ایران مورد

تائید قرار گرفت. جهت تعیین اعتماد^۳ علمی ابزار گردآوری داده‌ها از روش تجزیه و تحلیل موردی^۴ استفاده شد بدین ترتیب که توسط پژوهشگر و یکی از همکاران که از نظر تحصیلات هم سطح پژوهشگر بوده است مشاهده‌ای همزمان از نحوه عملکرد ماماها‌ی شاغل در مورد آماده کردن زنان نخست حامله برای شیردهی انجام شده است. نتایج از نظر همگونی جوابها مورد تجزیه و تحلیل موردی قرار گرفته و پس از انجام اصلاحات لازم ابزار نهائی با نظر استاد آمار تهیه شد.

روش تجزیه و تحلیل داده‌ها:

داده‌ها با استفاده از روشهای آماری توصیفی و استنباطی جهت دستیابی به اهداف پژوهش مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفتند. بدین ترتیب که به هر مورد که اجرا می‌شد امتیاز مثبت تعلق گرفته و در ارتباط با هر هدف ویژه بطور جداگانه جمع بندی انجام شده است. بدین صورت که در مورد انجام معاینات پستان جهت عملکرد خوب ۳ امتیاز، عملکرد متوسط ۲ امتیاز و عملکرد ضعیف ۱-۰ امتیاز در نظر گرفته شد. در مورد ارائه آموزش لازم جهت

آمادگی زنان نخست حامله برای شیردهی به عملکرد خوب ۶ تا ۸ امتیاز عملکرد متوسط ۳ تا ۵ امتیاز و عملکرد ضعیف ۲-۰ امتیاز داده شد. در ارتباط با ارائه برنامه رژیم غذایی متعادل و انجام حمایت های روانی از زنان نخست حامله برای شیردهی، جهت عملکرد خوب ۴ تا ۵ امتیاز، عملکرد متوسط ۲ تا ۳ امتیاز و عملکرد ضعیف صفر تا ۱ امتیاز اختصاص داده شد که در نهایت با جمع امتیازات مثبت، عملکرد خوب ۱۶ امتیاز، عملکرد متوسط ۸ تا ۱۵ امتیاز و عملکرد ضعیف صفر تا ۷ امتیاز را به خود اختصاص داد. جهت توصیف و تحلیل یافته‌ها، داده‌ها در جداول توزیع فراوانی مطلق و نسبی قرار داده شدند و بر حسب تناسب از شاخص‌های مرکزی و پراکندگی چون میانگین و انحراف معیار استفاده شد. جهت پی بردن به ارتباط بین مشخصات فردی و اهداف ویژه از آزمون آماری پیرسون^۵، کای دو^۶، آزمون تی^۷ و

- 1- Validity
- 2- content Validity
- 3- Reliability
- 4- Item analysis
- 5- pierson

نتیجه گیری نهائی از یافته‌ها:

از جمع بندی یافته‌های این پژوهش میتوان نتیجه گرفت: در رابطه با سؤال اول پژوهش؛ یافته‌ها مبین آن است که اکثریت واحدهای مورد پژوهش در گروه سنی ۳۰ تا ۳۹ سال قرار داشته و مامای کارشناس بوده‌اند و همچنین بیشتر واحدهای مورد پژوهش متاهل و نیمی از آنها سابقه شیردهی داشته‌اند و دارای صفرالی ۹ سال سابقه کار بوده‌اند. در رابطه با سؤال دوم پژوهش یافته‌ها نشانگر آن است که اکثریت واحدهای مورد پژوهش معاینات پستان را در حد کم انجام داده‌اند و بین مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش و انجام معاینات پستان ارتباط معنی دار آماری وجود نداشته است. در ارتباط با سؤال سوم پژوهش یافته‌ها گویای آن است که نیمی از واحدهای مورد پژوهش مادران را در حد متوسط و ۲۲ درصد از آنان در حد ضعیف آموزش داده‌اند و میان مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش و میزان ارائه آموزش به زنان نخست حامله همبستگی وجود نداشته است.

در ارتباط با سؤال چهارم پژوهش؛ یافته‌ها نشان می‌دهند که نیمی از واحدهای مورد پژوهش در حد خوب و ۳۴ درصد در حد متوسط مادران را در مورد تغذیه دوران بارداری راهنمایی کرده‌اند و میان سابقه شیردهی واحدهای مورد پژوهش و ارائه برنامه رژیم غذایی متعادل به زنان نخست حامله ارتباط معنی دار وجود داشته است.

در ارتباط با سؤال پنجم پژوهش؛ یافته‌ها مبین آن است که فقط ۱۰ درصد از واحدهای مورد پژوهش در حد خوب زنان نخست حامله را مورد حمایت روانی قرار داده‌اند و میان مشخصات فردی مورد نظر در واحدهای پژوهش و انجام حمایت‌های روانی از زنان نخست حامله ارتباط معنی دار وجود نداشته است.

بطورکلی در ارتباط با هدف کلی اول یافته‌ها بیانگر آن است که عملکرد ماماهاى شاغل جهت آماده کردن زنان نخست حامله برای شیردهی در حد متوسط بوده است و بررسی‌های آماری نیز میان مشخصات فردی واحدهای مورد پژوهش و میزان عملکرد آنان در مورد آماده کردن زنان مزبور برای شیردهی بجز همبستگی میان سابقه شیردهی و ارائه برنامه رژیم

غذائی متعادل به زنان نخست حامله ارتباط معنی داری را نشان نمی‌دهد.

موارد استفاده در مامایی و پرستاری

یافته‌های این پژوهش می‌تواند در آموزش حین خدمت ماماهاى شاغل در مراکز بهداشتی درمانی و در آموزش دانشجویان مامایی، پرستاری و بهداشت مورد استفاده قرارگیرد تا از طریق نگرش مثبت در آنان در رابطه با تغذیه پستانی موجبات تغییر نگرش تدریجی جامعه فراهم آید.

نتایج حاصل از این پژوهش می‌تواند مسئولین وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی را در تشکیل دوره‌های بازآموزی برای تمامی دست اندرکاران بهداشتی درمانی بویژه ماماها که بیشترین ارتباط را با مادران باردار و شیرده دارند یاری نماید. بدیهی است به کارگیری شیوه‌های جدید آماده سازی مادران برای شیردهی و تاکید بر اهمیت آمادگی روانی آنان جهت برقراری تغذیه پستانی موفقیت آمیز، از نکات ضروری است که

6- chi-square

7- T-test

8- Z-test

منابع:

- 1- Chalmers, Jw "Variation breast Feeding advice "Midwifery. December. 1992 , PP: 126.
- 2- Murrey , M."Mother's Satisfaction with their Neonate's breast feeding behaviors". Jognn. February 1991 , PP: 49-54
3. Odent, Michael. Womanly art breast Feeding. U.S.A: Lalenchleaque international co. 1992.
4. Robbins, Mary. "Breast feeding in the face of adver sity". M - C - N . September/ october. 1992 , PP: 245.
5. Savage, King F.Helping mother to breast feeding. African: Amref Co. 1992.

می شود تاثیر این متغیرها بصورت انفرادی و گروهی مجدداً مورد بررسی قرار گیرد.

۲- از آنجا که نتایج پژوهش نشان داد پرستار ماماها نسبت به ماماها کارشناس و کاردان در حد کمتری مادران را جهت شیردهی آماده کرده اند ولی به موجب نظریه کارشناسان کسانی که از نظر تحصیلی در سطح بالاتری قرار دارند قاعدتاً بایستی از عملکرد بهتری در این زمینه برخوردار باشند، لذا پیشنهاد می شود در خصوص علت کم توجهی پرستار ماماها شاغل در مراکز بهداشتی درمانی تحقیقی جامع انجام شود تا با بررسی علل وجود این نقیصه اقدامات مقتضی بعمل آید.

۳- با توجه به این که یافته های پژوهش حاکی از میزان کم ارائه آموزش به زنان نخست حامله جهت شیردهی می باشد، به لحاظ اهمیت نقش آموزش در این خصوص پیشنهاد می شود عوامل موثر در عدم ایفای صحیح نقش آموزشی ماماها مورد بررسی قرار بگیرد تا نسبت به رفع موانع موجود اقدام شود.

باید در این گونه آموزشهای حین خدمت مورد توجه قرار گیرد.

پژوهشگر امیدوار است که یافته های این پژوهش بطور موثری ماماها شاغل در مراکز آموزشی بهداشتی درمانی را در هدایت زنان باردار جهت برقراری تغذیه پستانی از طریق انجام آموزش های گروهی و انفرادی یاری نموده و با بیان مزایای تغذیه با شیرمادر، چگونگی تغذیه شیرخوار، روشهای صحیح آماده سازی پستان برای شیردهی و تغذیه مادر در دوران بارداری و شیردهی زنان باردار را مورد راهنمایی قرار دهند.

مؤلفین کتب درسی دبیرستانی بویژه رشته بهداشت می توانند از نتایج پژوهش در جهت بالابردن آگاهی دختران دبیرستانی استفاده نمایند.

پیشنهادات برای پژوهشهای بعدی:

۱- با توجه به این که در این پژوهش میان متغیرهای سن، کل سابقه کار، سابقه کار در مراکز بهداشتی درمانی، میزان تحصیلات، وضعیت تاهل ماماها و عملکرد آنها ارتباط وجود نداشت، به لحاظ اظهار نظر اکثر متخصصین مبنی بر وجود ارتباط بین متغیرهای مذکور و عملکرد کارکنان بهداشتی، پیشنهاد