

تاریخچه تنظیم خانواده در جهان و ایران

سابقه کنترل موالید را ۴۰۰۰ سال قبل در مصر، ۱۶۰۰ سال قبل در هند، ۱۳۰۰ سال قبل در چین نشان می دهد.

تاریخ بشر وسایل و مواد فراوانی را به عنوان ابزار جلوگیری از حاملگی در خود ثبت کرده است؛ جوشانده، ریشه گیاهی، قرص هایی از باروت و جیوه، عسل حاوی زنبورهای مرده ، نوشیدن آبی که مرده در آن شسته شده باشد و ...

در گذشته راه هایی برای کشتن اسپرم و سقط جنین وجود داشت. ارسطو مصرف روغن سدر و روغن زیتون را برای کشتن اسپرم توصیه می نمود و یا مخلوط عصاره نعناء و عسل و سدر یا پوست انار رنده شده ، شستشوی دستگاه تناسلی با آب لیمو ، الکل ، تریاک و سرکه.

بر اساس اطلاعات به دست آمده برای جلوگیری از حرکت سلول جنسی در ۴۰۰۰ سال پیش از پاپیروس های مصری ، ماده ای به نام کروکدیل یا ورقه ای از علف و خزه دریایی و برگ موم و در هندوستان ۲۰۰۰ سال پیش ، از نمک سنگ که به روغن آغشته شده بود استفاده می کردند.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

تاریخچه تنظیم خانواده در جهان و ایران

در فقه اسلامی شواهد موثقی وجود دارد که پیشگیری از بارداری مجاز شناخته شده. باسم مسلم محقق مصری با استفاده از منابع اسلامی جلوگیری از حاملگی را مجاز دانسته و تعدیل موالید را در اسلام جایز دانسته است.

این تجویز ابعاد وسیعی داشته و بر اساس نیازهای اجتماعی ، اقتصادی فردی و پزشکی تفکیک شده است.

در فتوای قریب به اتفاق مراجع شیعه و سنی ، استفاده از وسایل پیشگیری مجاز می باشد. روش پیشگیری منقطع برای تجدید موالید را مورد توجه قرار داده اند که از روشهای سنتی در ایران بشمار می رود.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

تاریخچه تنظیم خانواده در جهان و ایران

دوره شیر دمی بلند مدت و رواج ازدواج های موقت انگیزه استفاده و مشروعیت و مجاز بودن روشهای پیشگیری را برای فرزند دار نشدن در کشورهای اسلامی وجود دارد

در سال ۱۳۳۷ یک انجمن غیر دولتی در ایران به نام انجمن راهنمای بهداشت خانواده تشکیل شد که افراد ، داوطلبانه و کسانی که علاقه مند بودند در آن فعالیت داشتند که این فعالیت به شهر تهران و حومه محدود می شد

اولین واحد آن در زایشگاه بنگاه حمایت مادران و کودکان شروع به کار کرد و وسایلی که در آن استفاده می کرد بسیار ابتدایی و قدیمی بود و شرایط خاصی را برای آن در نظر داشتند که حتماً اجازه شوهر به صورت کتبی موجود باشد و نیز اینکه خانواده حد اقل دارای ۴ فرزند باشد برای استفاده از این وسایل.

در برنامه عمرانی سوم قبل از انقلاب (سالهای ۴۲-۴۷) اشاره به خطرات افزایش جمعیت و مشکلاتی که می تواند به وجود بیاورد شد

در برنامه عمرانی چهارم قبل از انقلاب (سالهای ۴۷-۵۱) تصمیم به اجرای برنامه های تنظیم خانواده گرفته می شود که در سالهای ۵۱-۵۶ انجام می شود

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

تعریف

تنظیم خانواده را اینگونه تعریف می کنیم:

- ۱- جلوگیری از داشتن فرزند ناخواسته
- ۲- تنظیم فاصله بین فرزندان
- ۳- تصمیم گیری آگاهانه درباره تعداد فرزندان
- ۴- تطبیق زمان تولد فرزندان با شرایط و سن پدر و مادر

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

خدمات

برای رسیدن به اینچنین شرایطی لازم است که یک سری خدمات را ارائه بدهیم.
که شامل اینگونه خدمات می باشد :

آموزش

مشاوره در زمینه تنظیم خانواده

تامین وسایل پیشگیری

کمک به زوجین نا بارور

آموزش به پدران و مادران در باره خانواده و فرزندان

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

هدف تنظیم خانواده

بعد از تعریف تنظیم خانواده به این سوال می رسیم که هدف از تنظیم خانواده چیست ؟

هدف خانواده: فاصله گذاری بین فرزندان

اجتماعی: تناسب میان توسعه اقتصادی و اجتماعی و رشد جمعیت

راه حل توسعه نیافتگی ، فقط کنترل زاد و ولد نیست ؛ برای رفع زیر بنایی مشکل جمعیت و ایجاد توسعه اقتصادی و اجتماعی در کشور باید راه های دیگری پیش بگیریم:

۱- سواد آموزی در معیار وسیع

۲- افزایش اشتغال

۳- بهتر کردن وضع معیشت

۴- قدرت بخشیدن به جایگاه زنان

۵- بینش منطقی به محیط

۶- بهبود بخشیدن به شرایط زیستی

۷- دخالت فعال مردم در ساختار جامعه

و باید به این نکته توجه داشته باشیم که تنظیم خانواده یکی از راه هاست

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

هدف تنظیم خانواده

- هزینه پیشگیری از تولد به مراتب بسیار کمتر از به سر انجام رساندن یک تولد است.
از مهمترین اهداف تنظیم خانواده ، می توان به موارد زیر اشاره کرد
- ۱- جلوگیری از حاملگی های ناخواسته (تنظیم تعداد ، فاصله و زمان بچه دار شدن)
 - ۲- کاهش حاملگی های پر خطر (حاملگی های زیر ۱۸ سال و بالای ۳۵ سال ، حاملگی با فاصله کمتر از ۳ سال ، حاملگی های چهارم به بعد)
 - ۳- کاهش سقط جنین
 - ۴- کاهش بیماری های ژنتیکی (در حاملگی های بالای ۳۵ سال)
 - ۵- کاهش ابتلا به سوء تغذیه مادر و کودک
 - ۶- فراهم آوردن امکان پرورش ، تغذیه و آموزش مناسب
- ۹۰٪ از زوج های جوان به دلیل در اختیار نداشتن وسایل پیشگیری در یک سال اول حامله خواهند شد.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

ضرورت تنظیم خانواده

ما در دنیا سالانه ۶۰ هزار مرگ و میر مادران را بر اثر حاملگی تجربه می کنیم که ۹۹٪ این مرگ و میر ها در کشورهای در حال توسعه اتفاق می افتد که کشور ما نیز در طبقه بندی همین کشور ها است.
حاملگی های مکرر منجر به مرگ مادر خواهد شد.
هر چقدر که سن حاملگی به انتهای دوره باروری نزدیک تر باشد احتمال مرگ و میر افزایش می یابد.
راه حلی حاملگی های ناخواسته ، سقط جنین است که خود این راه حل ایجاد مشکل های فراوان و جبران ناپذیری را در پی دارد.
به طوریکه ۸۰ هزار مرگ و میر مادران از ۶۰ هزار مرگ و میر ذکر شده ، مربوط به سقط جنین و عوارض آن است.
سقط می تواند مادر را مستعد بیماری های عفونی و غیر قابل درمان ، مانند ایدز کند ، و باید به مشکلات قانونی سقط نیز توجه کرد چون این مسئله در بسیاری از کشورهای دنیا ، ادیان و قوانین ممنوع می باشد.
برای حل این مشکلات باید به خانواده ها کمک شود ، هم در زمینه آموزش و هم در اختیار قرار دادن امکانات این روشها ، تا بتوان میزان حاملگی های ناخواسته و همچنین مرگ و میر را کاهش داد.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

ضرورت تنظیم خانواده

حفظ جان کودکان از اهداف تنظیم خانواده به شمار می آید. سالانه در دنیا شاهد مرگ و میر ۱۱ میلیون کودکان زیر ۵ سال هستیم. کودکان خانواده های فقیر که مادران خود را از دست داده اند، شدت در خطر مرگ قرار دارند. علاوه احتمال مرگ کودکی که در فاصله کمتر از ۲ سال از فرزند قبلی خانواده، به دنیا آید بطور متوسط دو برابر آن است که این فاصله بیش از دو سال باشد. به طوری که در کشورهای در حال توسعه میزان مرگ و میر کودکان ۲۵٪ افزایش خواهد یافت. در حال حاضر نزدیک به ۱۲ میلیون زوج در کشورهای در حال توسعه دلشان می خواهد از تولد فرزندان خود جلوگیری کنند ولی به وسایل جلوگیری دسترسی نمی یابند. و بیش از این تعداد، در جلوگیری از حاملگی به روشهایی دسترسی دارند که موثر نیست. کاندوم به عنوان یکی از وسایلی است که از حاملگی جلوگیری می کند و جهت پیشگیری از آیدز نیز استفاده شود. بسیاری از زنان علت استفاده نکردن از روشهای جلوگیری از حاملگی را واهمه خویش از عواقب و عوارض خطرناک آنها اعلام داشته اند. موانع اجتماعی و فرهنگی، مانند مخالفت شوهر و ضعف زنان در سلسله مراتب قدرت و تصمیم گیری ها و فشار اطرافیان به داشتن فرزند بیشتر از دلایل دیگری است که بر آنها تکیه می شود. **کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد**

عوامل موثر بر استفاده از روشها

توجه به کیفیت خدمات، برقراری ارتباط با گروه های هدف، و آموزش دادن آنها، از مهمترین عوامل توفیق در اجرای برنامه های تنظیم خانواده است. در ارتقای کیفیت خدمات، تامین دسترسی جامعه به انواع وسایل و روشهای جلوگیری از حاملگی، تامین خدمات مشاوره ای و توجه به حساسیتها و فرهنگ جامعه، اهمیت دارد. دسترسی سهل و سریع، تقریباً همیشه به ازدیاد میزان استفاده از خدمات منجر می شود. این عامل معمولاً مستقل از دیگر عوامل موثر بر مصرف خدمات اثر می کند. آنچه در استفاده از روشهای مختلف بیش از همه اهمیت دارد تداوم مصرف است. یکی از عوامل موثر بر تداوم مصرف انتخاب روش مورد علاقه زوجهاست.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

عوامل موثر بر استفاده از روشها

ارائه خدمات منظم و مداوم به گروهی محدود بمراتب بهتر از گسترش نامنظم و منقطع خدمات به تعداد زیادی از زوجهاست.

دلایلی که برای عدم استقبال از روشهای جلوگیری یا قطع استفاده از آنها اعلام می شود غالباً مبهم و گنگ است.

در کشور خودمان در بررسیهای متعدد خانمها مهمترین علت ترک قرص را ناراحتیهای عصبی و مهمترین سبب عدم تمایل به استفاده از روشهای مختلف جلوگیری را نگرانی از خطرات و عوارض آنها اعلام داشته اند که هیچ یک از این دو، مبنای اثبات شده و منطقی ندارد. و این نکته ضرورت آموزش مراجعین، برقراری ارتباط درست و مشاوره منطقی با آنها را نشان می دهد.

کم توجهی به نقش مردان از عوامل عمده شکست برنامه هاست.

در مطالعه ای ۴۲٪ از مردان زیمباوه گفته اند هر زمان که تصمیمان به جلوگیری قطعی شود، لوله های همسرانمان را خواهیم بست.

میزان اطلاعات مصرف کنندگان روشها از جزئیات روشی که به کار گرفته اند عاملی تعیین کننده در تداوم مصرف است.

در کلمبیا ۵۸٪ از کسانی که از قرص استفاده می کردند درست و بقاعده قرص مصرف نمی کردند.

در سال ۱۳۷ فقط ۷٪ از خانمهای استفاده کننده از قرص در کشورمان آن را درست می خورند.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

عوامل موثر بر استفاده از روشها

بهبود روابط میان مراجعان به واحدهای بهداشتی درمانی و کارکنان، کاستن از زمان انتظار مراجعان این مرکز، و آگاهی دادن در باره چگونگی مصرف، اثرات جانبی، ایمنی، و اثر بخشی روشهای جلوگیری از حاملگی، برای کاهش برخی از این موانع و کمک به آنان در انتخاب روشهای مناسب موثر خواهد بود.

برای استفاده موثر از این روشها و برقراری ارتباط و مشاوره، رادیو و تلویزیون نقش اساسی دارند.

مطالعه ای که در ۲۲ کشور در حال توسعه صورت گرفته حکایت از آن داشت که حد اقل دو سوم از مصرف کنندگان خدمات، اطلاعات اولیه خود را، از رادیو و یا تلویزیون گرفته اند.

در ترکیه بعد از تبلیغات فشرده سه ماهه در رادیو و تلویزیون میزان آگاهی مردم در باره تنظیم خانواده، از ۹٪ به ۸۶٪ رسید و استفاده از روشهای نوین جلوگیری از حاملگی افزایش یافت.

در برزیل بعد از آموزش و تبلیغ وسیع از رادیو و تلویزیون و مطبوعات وازا کتومی (بستن لوله ها در مردان ۱۲۰ برابر افزایش یافت.

در کشور خودمان طبق آمار بدست آمده، افراد تحصیل کرده بیشتر اطلاعات خود را از منابع مکتوب و افراد کم سواد، اطلاعات خود را از رسانه ها بدست می آورند.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

تناسب روشهای مختلف

اثر بخشی هیچیک از روشهای جلوگیری از حاملگی مطلق نیست. کارایی و تناسب هر روش بسته به مراحل مختلف دوران بارداری و شرایط خاص زن و مرد فرق می کند

مرحله	نوع روش مناسب	نام روش	مزیت نسبی
بعد از ازدواج و قبل از تولد اولین فرزند	روشهای کوتاه اثر ، هورمونی ، ایجاد کننده مانع	قرص خوراکی ، هورمون تزریقی ، کاندوم	سهولت قطع ، اثر بخشی
در زمان شیر دهی	روشهای غیر هورمونی ، هورمونی ، ایجاد کننده مانع	آی یو دی ، قرص ، شیر دهی به همراه کاندوم	اثر نداشتن بر شیر دهی
در فاصله دو حاملگی	روشهای کاملاً موثر بازگشت پذیر	آی یو دی ، قرصهای خوراکی ، کپسولهای کاشتنی ، هورمون تزریقی	اثر بخشی زیاد
در اواخر دوران باروری	روشهای طولانی اثر	آی یو دی ، کپسول ، هورمون تزریقی ، قرص	اثر طولانی تر
بعد از فرزند که آخرین تلقی می شود	روشهای دائمی	بستن لوله ها در مرد یا زن	دائمی بودن

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

دستگاه تولید مثل در زن

برای درک بهتر روش ها و وسایل پیشگیری ، لازم است که دستگاه تولید مثل زنان بشناسیم.



تخمدها: تخمدانها دو کار عمده دارند } فراهم ساختن تخمک

تولید هرمونهای جنسی

تخمدها ، حدود ۴۰۰۰۰۰ تخمک را در خود جای داده اند که هر ماه یکی از آنها آزاد می شود

در جای تخمک آزاد شده ، جسم زرد ، و سپس جسم سفید شکل می گیرد.

هورمونهای جنسی که ، سبب رشد قوه باروری و بروز صفات جنسی در مرد و زن است ، سه نوع عمده دارد

استروژن ، پروژسترون و اندروژن تولید می کنند

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

دستگاه تولید مثل در زن

لوله های رحم : مثل تخمدان ها زوج است و در هر طرف ، ارتباط میان تخمدان و رحم را تأمین می کنند.

لوله های رحم مجرای گذر تخمک رها شده از تخمدان و معمولاً محل ملاقات تخمک و اسپرم (عمل لقاح) است.

سفر تخمک از تخمدان تا رحم ۴-۳ روز طول می کشد. اگر در این فاصله لقاح نیابد ، از بین می رود.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

دستگاه تولید مثل در زن

رحم: دو بخش عمده دارد. جسم رحم و گردن آن

جسم: عضلانی است و داخل آن را لایه ای نازک (مخاط) می پوشاند. مخاط رحم در طول عادت ماهانه تغییراتی می یابد که آن را برای پذیرش و لانه گزینی تخمک لقاح یافته آماده می کند. اگر این اتفاق نیفتد ، هر ماه یک بار این لایه فرو می ریزد و همواره با خون از بدن خارج می شود که به عنوان عادت ماهانه تعبیر می شود.

عضلات جسم رحم خود را با افزایش حجم جنین و جفت تطبیق می دهد و در وقت زایمان با انقباض های منظم خود به بیرون رانده شدن جنین از رحم کمک می کنند.

گردن رحم: مجرای است پوشیده از غدد ترشحاتی که در شرایطی ، با ترشحات غلیظ و چسبناک خود مجرا را تنگ تر می کند و آن را برای عبور اسپرم نا مساعد می سازد.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

روشهای جلوگیری از حاملگی

حاملگی ، حاصل پیوند (لقاح) تخمک زن و اسپرم مرد است
برای جلوگیری از حاملگی باید مانع این پیوند شد . این کار از چند راه میسر است
می شود :

ممانعت از آزاد شدن تخمک زن : روشهای هورمونی از این راه سبب جلوگیری از
حاملگی می شود . مثل قرص های خوراکی دارای دو نوع هورمون ، قرصهایی که فقط
یک نوع هورمون دارند ، هورمون های تزریقی و کپسول های کاشتنی .

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

روشهای جلوگیری از حاملگی

روشهای مکانیکی : در این روشها بر سر راه اسپرم به درون رحم و ملاقات با تخمک
، مانع ایجاد می شود . مثل ابزارهای داخل رحمی (انواع آی یودی) ، انواع پوششهایی
که مردان یا زنان از آنها استفاده می کنند و انواع دارو ها و موادی که سبب کشته شدن
اسپرم می شود .

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد

روشهای جلوگیری از حاملگی

روشهای جراحی : می توان با عمل جراحی لوله هایی را که در زن ، سبب انتقال تخمک و در مرد باعث حرکت اسپرم می شود بست

۳۵ سال پیش فراهم شدن روشهای نوین جلوگیری از حاملگی ، مثل قرص های خوراکی و آی یو دی در اختیار انسانها قرار گرفت ، از سویی سبب امیدواری به اثر آنها ، در جلوگیری از حاملگی های ناخواسته و از سویی دیگر باعث نگرانیهایی در مورد خطرات احتمالی یا عوارض آنها شد .

از آن زمان ، وسایل و روشهای جلوگیری از حاملگی بارها به قصد افزودن به اثرات و کاستن از خطرات آنها ، تغییر یافته اند.

این تحقیقات ، برای بعضی از روشها ، منافع پیش بینی نشده ای مثل جلوگیری از برخی سرطانها را محقق ساخته است.

کلیه حقوق این اثر متعلق به موسسه آموزش عالی غیر انتفاعی مجازی نور طوبی می باشد