

مادرانه

مراقبت مادرانه آغوشی چیست و چرا اهمیت دارد؟



مراقبت مادرانه آغوشی نوعی مراقبت از نوزادان نارس است که در آن نوزاد در تماس پوستی طولانی با مادر قرار می گیرد. این روش قابل استفاده، آسان و موثر برای ارتقای سلامتی و بهداشت نوزادان نارس می باشد و همچنین کمک

می کند تا نوزاد مورد نظر به سطح نوزادان رسیده برسد. سازمان بهداشت جهانی این روش را به عنوان یک روش مراقبت نوزاد نارس، در سراسر جهان تایید نموده و آن را قابل اجرا بیان کرده است و همچنین اعلام نموده است که از این روش می توان برای نوزادان رسیده هم سود جست. این روش شامل قسمتهای زیری می باشد:
۱- تماس پوست نوزاد با پوست مادر، ۲- تغذیه انحصاری با شیر مادر، ۳- حمایت از ارتباط عاطفی نوزاد و مادر البته براساس نظر سازمان بهداشت جهانی. این روش مناسب و مطلوبی برای نوزادان رسیده هم می باشد.
روش قرار دادن نوزاد در وضعیت مراقبت مادرانه آغوشی
نوزاد را در وسط سینه مادر و در حالت عمودی به صورت سینه به سینه قرار دهید و او را با یک بند محکم ببندید. سر را به یک طرف برگردانید و گردن را در وضعیت کمی کشیده به عقب نگه دارید. قسمت فوقانی بند درست زیر گردن نوزاد است. این حالت موقعیت سر را برای باز نگه داشتن راه نوزاد مناسب ترمی کند و سبب تماس چشم به چشم بین مادر و نوزاد می شود و از خم شدن سر به جلو و خم شدن بیش از حد آن به عقب جلوگیری می کند. باید رانها خم شده و یک یک حالت قورباغه ای قرار گیرد. بازوها نیز خم شده باشد. لباس نوزاد باید جلو باز باشد که تماس پوست جلوی تنه نوزاد با جلوی سینه مادر برقرار گردد. برای حفظ درجه حرارت سر نوزاد بایستی به وسیله کلاه پوشیده شود. در زایمان های چند قلوئی پدر و یا دیگر افراد قاملی می توانند برای انجام این روش در کنار مادر قرار گیرند.
ویژگی های اصلی این روش مراقبت عبارتنداز:
تماس پوستی زود هنگام، طولانی مدت و مداوم بین مادر و نوزاد.

تغذیه انحصاری با شیر مادر(بطور ایده آل) قابل اجرا بودن در بیمارستان و امکان ادامه آن در خانه. امکان ترخیص زودتر نوزادان کم وزن و نارس. حمایت و پیگیری مناسب مادرانه در خانه.

فواید مراقبت مادرانه آغوشی برای مادر

تماس پوست به پوست در موقع تولد به مادر کمک می کند که بلافاصله با فرزندش ارتباط عاطفی برقرار می کند و همچنین ترشح اکسی توسین باعث آرامش مادر و کمک به شروع تولید شیر مادر می شود. شیردهی باعث آرازد شدن مورمون هایی می شود که با انقباض رحم باعث کاهش خونریزی مادر در موقع زایمان می شود. مادر وکالت فرزندش را به عهده می گیرد و در مرکز تیم مراقبت کننده نوزادش قرار می گیرد. به مادر و نوزاد کمک می کند که در یک ریتم خواب و بیداری با یکدیگر قرار گیرند.
طوری که مادر خواب بیشتری می کند. در زایمان های زودرس مادر احساس گناه و هیجان می کند و مستعد افسردگی بعد از زایمان می باشد که روش مراقبت مادرانه آغوشی آن را کاهش می دهد. گرفتن بچه در تماس با قفسه سینه اش به او کمک می کند که بتواند آدانه سن حاملگی فرزندش را کامل کند و امکان مراقبت بهتری به او بدهد.

فواید آن برای نوزاد

این پوشش باعث می شود که وضعیت راههای هوایی ثابت بماند و حمایت گردن بطور کامل انجام می شود. این پوشش برای نوزاد محیطی امن نوزاد می آورد و تمام مزایای فیزیولوژی تماس پوست به پوست شامل حفظ درجه حرارت نوزاد، مهربان قلب، تنفس و متابولیسم خوب را دارد. تماس پوست به پوست استرس را در بچه نارس کاهش می دهد. در یک بچه آرام، غذا به خوبی هضم می شود و بچه سریعتر رشد می کند.

پیوند اولیه بین مادر و نوزاد برقرار می گردد و بچه ثبات خلقی بهتری در دراز مدت پیدا می کند. این نوع مراقبت بچه را از اثرات مضر آنتوکپاتور حفظ می کند.

در روش مراقبت مادرانه آغوشی

- بیماری های شدید، عفونت های بیمارستانی در بین نوزادان
- مراقبت مادرانه آغوشی کمتر است.
- وزن گیری روزانه نوزاد در این روش مراقبت بیشتر و کنترل حرارتی موثری فراهم می کند و خطر افت درجه حرارت در نوزاد کمتر است.
- تاثیر مثبتی بر تغذیه با شیر مادر دارد.
- فشار وحی مادران کمتر است و اعتماد به نفس مادران را در مراقبت آن فرزندش افزایش می یابد.
- قطع تنفس و سباه شدن که در نوزادان نارس به وفور دیده می شود یا این روش کاهش می یابد.

علامت عفونناک
علایمی که لازم است با پزشک یا بیمارستان محل تولد نوزاد، مشورت شود عبارتند از:
تنفس مشکل، فرورفتگی قفسه سینه و ناله کردن. تنفس خیلی سریع یا خیلی آهسته.
(توقف تنفس به مدت ۲۰ ثانیه یا بیشتر و کیبودی لب ها و صورت نوزاد می تواند علامت یک بیماری خطرناک باشد.
علیرغم گرم کردن مجدد، نوزاد احساس سردی می کند و دمای بدن او زیر حد معمول است.
مشکلاتی در امر تغذیه؛ نوزاد زیاد برای غذا خوردن بیدار نمی شود.
غذا نمی خورد یا استفراغ می کند.
تشنج، اسهال، زردی پوست

آنچه که رفتار قابل مشاهده فرد را توصیف می کند و یا برای بیان تجارب درونی و ذهنی او به کار می رود. اختلالات شخصیت نیز به تجارب درونی و ذهنی و رفتارهای بادوام گفته می شود که بر معیار های فرهنگی منطبق نیست، انعطاف ناپذیر است. از نوجوانی شروع می شود، در طول زمان تغییر می کند و سبب ناخشنودی فرد یا اختلال در کارکردها او می شود گروهی از این اختلالات در کسانی دیده می شود که هیجان و بی ثباتی از بارزترین وجوه شخصیت آنهاست. شخصیت ضد اجتماعی یکی از اختلاات شخصیتی است که قصد داریم این هفته آن را بهتر بشناسیم.

فردی که خصوصیات ضد اجتماعی دارد در پذیرش هنجارهای جامع (مثل قوانین و مقررات، ارزش ها و اخلاقیات و رعایت سلسله مراتب پیشرفت) ناتوان است این افراد مهارت فراوانی در فریبکاری و دروغگویی دارند و رفتارهای پرخاشگرانه و توام با بی پروایی و ماجراجویی در آنها بارزاست، درعین حال یکی از اساسی ترین خصوصیات آنها نپذیرفتن مسوولیت اعمال شان است؛ یعنی بدون احساس پشیمانی و عذاب وجدان و یا عبرت گیری دست به توجیه اعمال خود می زنند. از طرفی با توجه به اینکه توان دروغگویی و فریبکاری زیاد معمولا با ضریب هوشی بالا همراه می شود لذا به غیر از مواقع که تحت فشار روانی باشند، شناسایی ماهیت عقاید آنها بسیار دشوار است.

آنها برای جامعه خطر دارند

روش‌شناسی



خانم س. م. کرج : هرگز در زندگی ام جرات ابراز نظراتم را نداشتم ام؛ چه در جوانی و چه حالا که صاحب همسر و فرزند هستم. آیا دارو و دروانی هست که با کمک آن بتوانم جرات ابراز حرف دلم را پیدا کنم؟

روش های درمانی موثری برای شما در شیوه های رفتار درمانی وجود دارد که آموزش جرات ورزی نامیده می شود. در این روشها به شما تمرین هایی یاد می دهیم که باعث تقویت تان در آن مورد خاص می شود. از آنجا که شما ذکر نکرده اید درجه زمینه ای با مشکل بی بهره بودن از جرات کافی مواجه اید یا یک سری مثال وضوح را برایتان توضیح می دهم، مثلا شما جرات نه گفتن را ندارید، ما به شما می آموزیم این مهارت را در اجتماعات کسب کرده و مشکل تان را با ممارست و تمرین حل کنید.

شما باید یاد بگیرید که باشخصیت طرف مقابل کاری نداشته باشید و اصلا قرار نیست به شخصیت او توهین کنید بلکه فقط با حرف او کار دارید و با متانت و جسارت می گوید: نه، این طور نیست. من با این حرف شما مخالف ام یا جلوی آینه این تمرین را دارید و به مرور از نگاه طرف مقابل و یا مخالفت او اومه نداشته و برای ابراز خویشتن اعتماد به نفس خود را بالا می برید

آقای احمد زاده ،تهران : مدتی است نام روش درمانی جدیدی به نامCBT را رفتار درمانی شناختی در بعضی تبلیغات به گوش مان می خورد . این روش چیست و برای چه بیماری هایی کاربرد دارد؟

شخصیت های ضد اجتماعی ، ۳ درصد هر جامعه اند

درستی کنترل نمی شود ؛

درحالی که در این موارد باید توجه داشت که تاکید بر اجرای قانون جامع و انضباط بهترین راه کاهش نابه هنجاری در این عرصه هاست . در ضمن نباید فراموش کرد که چنین افراد معمولا توانایی و ظرفیت لازم برای الگو دهی به جامعه را ندارند و اصرار بر چنین مساله ای موجب بدتر شدن اوضاع درصحنه اجتماعی خواهد شد .

تغییر رفتار این افراد معمولا از طریق درمان دارویی و روان درمانی های گروهی با افراد مشابه تا حدودی مسیر است اما در مورد کنترل صفات ضد اجتماعی در سطح جامعه به نظر می رسد راهکارهایی که اجازه رشد بی رویه چنین خصوصیات را در عرصه های مهمی مثل ورزش و سیاست و هنر نمی دهند ، بهترین شیوه ها هستند.

عمومی می شود و سپس

در موارد بسیار گسترده ، مرزی بین واقعیت و دروغ برای همگان مخلوط می شد و امر بر آنها مشتبه می شد

که آنچه برای کسب قدرت به

دروغ تبلیغ می شود ، به راستی وجود خارجی دارد، مثل ادعای جزئی نژاد

آریایی توسط نازی ها . این افراد را معمولا در حوزه های اجتماعی که در زمینه کسب شهرت و قدرت و ثروت فراموش تراست. بیشتر مشاهده می کنیم؛ مثلا در عرصه سینما ، موسیقی ، ورزش حرفه ای و سیاست . به عنوان نمونه ، در عرصه فوتبال ، مشکلاتی که در ارتباط با رفتار برخی بازیکنان عظیم اجتماعی در طول تاریخ قابل درک می شوند مانند پدیده فاتیسم در آلمان که ابتدا رهبران دارای صفات ضد اجتماعی موجهی را به راه می انداختند و این خصوصیات را در افراد مستعد تقویت می کردند تا تبدیل به یک خواسته

در نظریات روان شناختی ، وجود بیماری شخصیت تنها شامل درصد اندکی از افراد جامعه می شود

این شیوه درمانی جدید که تاکید درمانی با اصلاح رفتار را دنبال می کند، سعی دارد به جای کار کردن روی افکار بیمار، روی رفتار او کار کند و با اصلاح رفتارهایش باعث شود هیجانات بیمارگونه او برطرف شوند لازمه موفق بودن یک روش رفتار درمانی، تغییر رفتار است.

اما در جلسه درمانی، این تغییر رفتار را به فرد

آموزش می دهیم تمرین در این روش به جنبه های

رفتاری و عملی (به شکل تمرین و تکلیف خانگی

تمرین و آرامش سازی) در ارزیابی درمان اهمیت

خاصی داده می شود.

در بیماری هایی از جمله وسواس ، ترس های مرضی، اختلالات جنسی و اختلالات اضطرابی این روش کار آمد است . تمرین شیوه های سالم ریختن و سالم اندیشیدن مانند یک تمرین ورزشی که در حضور مربی آموزش داده شده و از ورزشکار می خوانند خودش این را تمرین کند تا ورزیده شود . نزد پزشک اجرا می شود و می خواهیم فرد بیمار درخانه هم آن را تمرین کند .

آگهی مزایده اموال غیر منقول پلاک ۱۷/۶۱ - اصلی
<p>تمامی شش دانگ یک قطعه زمین به مساحت ۲۲۶ هکتار واقع در رودان – رودخانه دژ تحت پلاک ۱۷/۵۰ - اصلی با حدود اربعه شمالا : به طول سه هزار و شصصد و بیست متر شرقا؛ به طول یک صد و سی متر جنوبا : به طول سه هزار و چهار صد و هشتاد متر غربا؛ به طول دویست و نود متر حد فاصل هر چهار قسمت مرزبست به مسیله به نام آقای عبدالله شاقعی ذیل ثبت ۱۲۷۲ صفحه ۴۶۷ دفتر جلد۷ ثبت و سند مالکیت به نام وی صادر و تسلیم گردیده است سپس مع الواسطه برابر سند قطعی شماره ۱۳۳۲۴ مورخه ۸۶/۶/۱۵ دفترخانه ۳۵ بندرعباس به شرکت بارز گشت رودان (سهامی خاص) به شماره ثبت ۳۷۷۹ انتقال قطعی یافته که شرکت مزبور برابر سند رهنی شماره ۱۳۳۶۴ مورخه ۸۶/۱۱/۱۴ دفترخانه شماره ۳۵ بندرعباس در رهن بانک کشاورزی شعبه زیارتعلی قرار گرفته است و به علت عدم پرداخت بدهی منجر به صدور اجرائیه و تشکیل پرونده کلاسه ۳۳/۸۷/۸۸/۷/۸ از ساعت ۹ الی ۱۲ ظهر در محل مجتمع اداری رودان ، اداره ثبت اسناد رودان و نهصد و پنجاه و چهار میلیون ریال (ارزیابی گردیده است و در روز چهارشنبه مورخه ۸۸/۷/۸ از ساعت ۹ الی ۱۲ ظهر در محل مجتمع اداری رودان ، اداره ثبت اسناد ، اتاق اجرا از طریق مزایده به فروش می رسد و مزایده از مبلغ ده میلیارد و هشتصد و شصت میلیون ریال شروع و به بالا ترین قیمتی که خریدار داشته باشد فروخته خواهد شد.</p> <p>بدهی مالیاتی و عوارض شهرداری و بدهی آب و برق و سایر هزینه های قانونی به عهده برنده مزایده خواهد بود .</p>
<p>تاریخ انتشار :یک شنبه ۱۳۸۸/۶/۲۲</p> <p>اسماعیل ربیعی نژاد</p> <p>سرپرست ثبت اسناد و املاک رودان</p>

مشاوره تحصیلی

دوره های زبان ۴، ۶، ۸ ماهه و یکساله در هندوستان	اخذ پذیرش تحصیلی از دانشگاههای معتبر
لیسانس و فوق لیسانس رشته های علوم انسانی و مهندسی MBA	
در دانشگاه پونا هندوستان	۰۹۱۲۱۵۵۷۴
	۰۲۱-۸۸۳۰۶۰۹۰

با رعایت نکات ایمنی دچار حادثه نمی شویم

- سازمان آتش نشانی**
- و خدمات ایمنی**
- بندرعباس**

..... حرفهای حسابی
<p>اول به خودت بگو که تصمیم داری چه جور آدمی بشوی .</p> <p>سپس کارهایی را که لازم است انجام بده .</p> <p>اپیکتوس</p> <p>میزان پیشرفت تو در زندگی بستگی دارد به اینکه چقدر با جوان ها مهربان ، با پیرها دلسوز ، با بیچاره ها همدرد و با قدرتمندان و ضعیفان صبور باشی زیرا خودت در زندگی همه اینها خواهی بود.</p> <p>جرج واشگتن کارور</p> <p>با قوه تخیلت زندگی کن ، نه با گذشته ات .</p> <p>استیون کاوی</p> <p>آنچه زندگی را غم انگیز می کند این نیست که خیلی زود تمام می شود بلکه این است که ما برای شروع کردنش خیل مصل می کنیم.</p> <p>ناشناس</p> <p>مهم این نیست که زمین می خوری یا نه ، مهم این است که بلند می شوی یا نه</p> <p>وینس لمباردی</p> <p>هرگز کاری را که امروز می توانی بکنی به فردا موکول نکن .</p> <p>توماس جفرسون</p> <p>بر اساس خرمنی که درو کرده ای در مورد هر روزت قضاوت نکن بلکه بر اساس دانه هایی که کاشته ای قضاوت کن .</p> <p>رابرت لوئیس استیونسون</p> <p>کاش آتقدر باران بیارد که تو قدر خورشید را بدانی.</p> <p>ناشناس</p> <p>کسی که عاشق اوج گرفتن است هر گز نمی تواند به خزیدن راضی شود.</p> <p>هلن کلر</p> <p>شجاع باش تا نیروهای قدرتمند به یاری تو بیایند.</p> <p>یوهان ولنگانگ فون گوته</p> <p>تصور کن همه مردم در صلح و آرامش زندگی می کنند .</p> <p>شاید بگویی من خیال باف هستم ولی من تنها کسی نیستم که چنین خیالی در سر دارد . امیدوارم روزی تو هم به ما پیوندی تا همه دنیا یکی شود .</p> <p>جان لنون</p> <p>می دانم خداوند هرگز مسئولیتی به من نخواهد داد از عهده اش بر نیایم . فقط کاش او این قدر به من اعتماد نمی کرد .</p> <p>همه ما طوری رفتار می کنیم که انگار رفاه و تجمل مهم ترین ضروریات زندگی هستند. در حالی که تنها چیزی که ما را واقعا شاد می کند چیزی است که در ما شور و شوق ایجاد کند.</p> <p>چارلز کینگزلی</p> <p>ویژگی جالب زندگی این است که اگر به چیزی کمتر از عالی راضی نشوی، اکثر مواقع آن را به دست می آوری.</p> <p>دالیو سامرست موآم</p> <p>به نظر می رسد موفقیت تا حد زیادی یعنی چسبیدن وقتی دیگران رها کرده اند.</p> <p>ویلیام فدر</p> <p>تغییر، قانون زندگی ات و آنهایی که فقط به گذشته یا حال نگاهی می کنند قطعا آیتده را از دست می دهند .</p> <p>جان اف کندی</p> <p>درصحنه زندگی ، افتخار نصیب کسانی می شود که ویژگی های خوب شان را عرضه می کنند.</p> <p>ارسطو</p> <p>نمی توانی با مشت گره کرده با کسی دست بدهی .</p> <p>گلدا مایر</p> <p>شاید همیشه تلاش، خوشبختی به همراه نیابرد اما بدون تلاش هیچ خوشبختی به دست نمی آید .</p> <p>بنجامین دیزرائیلی</p> <p>درمورد مد انعطاف پذیر باش اما در مورد اصول مثل کوه استوار باش .</p> <p>توماس جفرسون</p>

تصفیه آب، دشوار و پرهزینه است، آن را بیهوده هدر ندهید

روابط عمومی آب و فاضلاب روستایی هرمزگان

