

دانشگاه علوم پزشکی تهران

دانشکده بهداشت

پایان نامه

برای دریافت درجه فوق لیسانس

علوم بهداشتی M . S . P . H

رشته : آموزش بهداشت

موضوع :

بررسی میزان آگاهی مادران مراجعه کننده به مراکز بهداشتی و
درمانی بهداشتی منطقه شمال تهران در مورد مزایای تغذیه با شیر مادر

براهنمائی :

استاد محترم سرکار خانم دکتر فرشته مجلسی

نگارش :

شهره امدادی

سال تحصیلی : ۶۶-۱۳۶۵

۱۰۰۲۰

بر خود واجب میدانم از زحمات سرکار خانم دکتر فرشته مجلسی که
راهنمایی اینجانب را بعهده داشته اند تشکر نموده و امتنان قلبی
خویش را تقدیمشان سازم .

همچنین از سرکار خانم دکتر پوران خت نوذری که زحمت مطالعه و راهنمایی
را بر خود هموار کرده اند تشکر و قدردانی نمایم . از جناب آقای
پرویز کمالی که در طول مراحل مطالعه یاری نموده اند سپاسگزار
می‌نمایم .

فهرست مطالب

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
	فصل اول :
۱	مقدمه
۲	طرح مسئله
۳	اهمیت و علت انتخاب موضوع
۵	سابقه‌ای از اهمیت شیر مادر در تغذیه و رشد کودک
۹	فیزیولوژی ترشح شیر مادر
۱۲	ترکیب شیر مادر
۱۸	اهمیت شیر مادر
۱۹	اهداف بررسی
۲۰	سئوالات مطرح شده در بررسی
۲۱	تعریف مفاهیم
۲۲	انتظار کاربردی از نتایج
	فصل دوم :
۲۴	مطالعات انجام شده در باره موضوع
	فصل سوم :
۳۷	روش انتخاب شده در بررسی
۳۸	موقعیت منطقه مورد بررسی
۴۰	جمعیت مورد مطالعه
۴۰	علت انتخاب نمونه
۴۰	طریقه بررسی - و روش نمره گذاری

فهرست مطالب

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
۴۲	اشکالات بررسی
۴۳	تکنیک های آماری مورد استفاده در بررسی
	فصل چهارم :
۴۴	تجزیه و تحلیل یافته های بررسی
	فصل پنجم :
۱۰۳	بحث و نتیجه گیری
۱۰۶	پیشنهادهای
۱۱۱	خلاصه فارسی
۱۱۴	خلاصه انگلیسی
	ضمائم :
۱۱۵	منابع و مآخذ
۱۱۹	پرسشنامه
۱۲۵	نقشه

فهرست جدا اول

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
۴۵	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب درمانگاهی که مراجعه کرده‌اند و آگاهی آنان
۴۷	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب آگاهی آنان
۴۸	در رابطه با تعداد فرزندان و آگاهی آنان " " " " " "
۴۹	" میزان سواد و آگاهی آنان " " " " " "
۵۱	" بر حسب سن و آگاهی آنان " " " " " "
۵۳	" شغل و آگاهی آنان " " " " " "
۵۵	" محل زندگی و آگاهی آنان " " " " " "
۵۶	" بر حسب نوع تغذیه شیرخوارشان " " " " " "
	و آگاهی مادران
۵۸	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب مدت تغذیه شیرخوارشان و آگاهی مادران
۶۰	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب علل انتخاب شیر مادر و آگاهی آنان
۶۲	" پاسخهای سئوال ۲ پرسشنامه و آگاهی آنان " " " " " "
۶۵	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۴ پرسشنامه و آگاهی آنان
۶۸	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۶ پرسشنامه و آگاهی آنان
۷۱	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۸ پرسشنامه و آگاهی آنان

فهرست جداول

<u>صفحه</u>	<u>عنوان</u>
۷۴	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۰ پرسشنامه و آگاهی آنان
۷۷	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۱ پرسشنامه و آگاهی آنان
۸۰	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۳ پرسشنامه و آگاهی آنان
۸۳	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۵ پرسشنامه و آگاهی آنان
۸۶	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۶ پرسشنامه و آگاهی آنان
۸۸	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۷ پرسشنامه و آگاهی آنان
۹۱	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۱۹ پرسشنامه و آگاهی آنان
۹۴	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۲۱ پرسشنامه و آگاهی آنان
۹۷	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب پاسخهای سئوال ۲۲ پرسشنامه و آگاهی آنان
۱۰۰	توزیع فراوانی مادران مورد مطالعه بر حسب منبع اطلاعاتی و آگاهی آنان

بِسْمِ اللّٰهِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ

مقدمه :

لیس للصبتی خیر من لبن امه (رسول اکرم)

هیچ شیری بهتر از شیر مادر نیست

اکنون که با فرارسیدن انقلاب نوپایمان زمان بازگشت به خویشتن خویش آغاز گشته است چه نیکوست که همراه با پرورش نسل آینده و کودکانمان در آغوش پرمهرمادری ارزشمندترین غذاها یعنی شیر مادررا هدیه‌شان سازیم . از شیر جانمان نثارشان سازیم تا رشد و تکاملی ایده‌آل داشته باشند . کودکان به تغذیه مخصوص ، مهر و محبت و مراقبت و نگهداری کافی در مقابل عفونت‌ها نیازمندند شیر مادر جوابگوی همه این نیازها بوده و به کودک امکان می‌دهد که زندگی را از ابتدا به نحو مطلوبی آغاز نماید و این خود مقدمه‌ایست طبیعی و اساسی برای شروع یک زندگی شاد و سالم .

والوالدات یرضعن اولادهن حولین کاملین (سوره بقره آیه ۲۳۲)

ومادران بایستی دو سال کامل فرزندان خود را شیردهند (۷)

شیردادن اگرچه امری عادی و طبیعی است ، ولی باز از نقطه نظرهای

نیاز به آمادگی و آموزش‌داده در جوامعی که تغذیه از شیر مادرا امری

معمولی و رایج است ، مادران با دیدن بستگان و زنانی که شیر می‌دهند

برای اینکار خودبخود آماده میشوند ، ولی در جوامعی که فرصت برای یادگیری

تغذیه با شیر مادر از طریق مشاهده کم است ، مادران بی‌تجربه به مراقبت

تشویق و همدردی و بالاخره آموزش خاص نیاز دارند (۷) . اینجاست که نقش

مربیان در بالابردن فرهنگ بهداشتی جامعه و بالاخص مادران می‌توانند مؤثر باشند. تا از طریق آموزش نیاز اساسی‌جوامعی چون جامعه کنونی ما را برآورده ساخته و آنرا بسوی فطرت انسانی خویش رهنمون سازند. مسئله مرگ و میر کودکان از بیماریهای عفونی که دومین عامل مرگ و میر کودکان در ایران شناخته شده است، مسئله کوچک و قابل اغماضی نیست. ما می‌دانیم که با تشویق مادران به استفاده از شیر خود در تغذیه کودکان تا چه میزان قابل توجهی می‌توان بیماریهای عفونی سوء تغذیه و در نهایت مرگ و میر کودکان را کاهش داد، لذا پرداختن به شیر مادر و انجام تحقیق در زمینه های گوناگون آن امری لازم و واجب می‌باشد.

طرح مسئله :

آموزش بهداشت در جهت تاءمین سلامتی مردم و جامعه گام برمی‌دارد، یکی از وظایف عمده آن برنامه ریزیهای آموزشی در برنامه های بهداشتی جامعه می‌باشد. مهمترین ابزار برنامه ریزیها نیز همانا شناسایی دقیق جامعه است که شامل شناسایی آداب و رسوم، عقاید و انگیزه ها و بالاخره آگاهیهای است که روی رفتارهای مردم تاءثیر دارد. در این تحقیق سعی نگارنده بر این بوده است که با بررسی آگاهیهای مادرانی که کودک شیرخوار دارند در مورد مزایای تغذیه با شیر مادر، به علل عدم استفاده از این نوع تغذیه پی برده و نتایج را در اختیار دست اندرکاران

برنامه های آموزشی بگذارد تا شاید در برنامه ریزیهای آموزشی آینده
مؤثر باشد.

اهمیت و علت انتخاب موضوع :

شیر مادر یکی از مهمترین موافقی است که خداوند به نوزادان -
آدمی‌ارزانی نموده است. شیر انسان در چند ماه اولیه زندگی غذایی
کافی برای نوزاد به حساب می‌آید. نوزادان زمانیکه بطور کامل از شیر
مادر استفاده میکنند ، تفاوت رشد قابل توجهی را در نقاط مختلف جهان
نشان نمی‌دهند. شیر مادر علاوه بر تاءمین رشد ، نوزاد را در مقابل
بسیاری از عفونتهای گوارشی نیز حمایت می‌کند. اگرچه نوزاد تمام ایمنی
اکتسابی از مادر را در هنگام زندگی جنینی و از طریق جفت دریافت
می‌دارد و پروتئین‌های پادتن که همراه با شیر مادر ترشح می‌شوند، قبل
از شکسته شدن به اسیدهای آمینه و تغییر ماهیت قابل جذب در دستگاه
گوارش انسان نیستند ، ولی همین پادتن های موجود در شیر تا قبل از اینکه
ماهیت خود را از دست بدهند ، مقدار قابل توجهی از باکتریهای وارد
شده به روده کودک را خنثی می‌کنند. به علاوه گزارش شده است که وفور
بیماریهای تنفسی نیز در کودکانی که از شیر مادر تغذیه می‌کنند کمتر
از بقیه کودکان است .^(۴) علاوه بر نکات فوق ، تغذیه با شیر مادر به
علت تماس فیزیکی بین مادر و نوزاد در شکل گیری طبیعی جنبه های
عاطفی و شخصیتی نوزاد و مادر مؤثر است و از جانب دیگر ، شیردهی

نقش قابل توجهی را در تنظیم فاصله بین حاملگی‌های مادر بازی می‌کند. استفاده از شیر خشک بجای شیر مادر و یا استفاده زودتر از موقع از غذاهای کمکی گرچه در موارد بسیار محدود و شرایط خاصی که شیر مادر در دسترس نباشد و یا تکافوی نیاز نوزاد را نکند قابل توصیه است، ولی مصرف آن در حال حاضر خیلی بیشتر از مقدار قابل توصیه می‌باشد. این افزایش مصرف نه بر اساس نیاز مادر و کودک که در نتیجه فشار تبلیغاتی شرکت‌های تولید کننده و بازاریاب بوجود آمده است و در کشور-های جهان سوم با مطامع استعماری نیز همراه می‌باشد و بعلاوه شیرخشک در کشورهای جهان سوم به علت پائین بودن سطح آموزش عمومی و بهداشتی وضعیت نامطبوع بهداشت محیط و عدم توانایی تهیه مقدار کافی از شیر خشک به علت فقر اقتصادی به جای رشد و نمو، انواع مسائل بهداشتی برای کودک به ارمغان می‌آورد که اسهال و سوء تغذیه از مهمترین آنها می‌باشد. متأسفانه اقداماتی نظیر توزیع مجانی شیر خشک به عموم مادران بعضاً به عنوان جاذبه ای برای جلب مادران و نوزادان به درمانگاهها جهت ارائه خدماتی چون ثبت رشد و ایمن سازی و توصیه های نادرست بعضی از پزشکان باعث تشدید مسئله گردیده است. از آنجا که کشور ما با مسئله شیر خشک هم به عنوان یک عامل بهداشتی و هم به عنوان یک عامل اقتصادی درگیر می‌باشد، بنابراین آگاه نمودن مادران به فواید تغذیه با شیر مادر می‌تواند یکی از عواملی باشد که مادران را تشویق به دادن شیر خود به فرزندانشان نموده و گامی در جهت رفع اینگونه مسائل باشد.

به همین علت برای برنامه ریزی در جهت آموزش و آگاهی دادن مادران ، قبلاً لازم است که میزان آگاهی آنها در این مورد سنجیده شود تا بر اساس آن پیشنهادهایی به مربیان و آموزش دهندگان بهداشت جامعه داده شود.

(۴)
سابقه شیر دهی و اهمیت شیر مادر در تغذیه و رشد کودک :

در تمام پستانداران چرخه تولید مثل از دو قسمت بارداری و شیردهی تشکیل شده است که در صورت نبودن قسمت شیردهی هیچکدام از این انواع متفاوت پستانداران حتی انسان قادر به ادامه بقا خود نبوده گرچه نمیتوان به طور دقیق تعیین کرد که در تمام جهان چه نسبتی از مادران قادر به شیردهی نمی باشند ولی میتوان اظهار داشت که این نسبت نباید از ده درصد بیشتر باشد (۴) . به علاوه هیچ دلیلی هم در دست نیست که ساختمان بدنی زن امروزی چنان تغییرات زیستی عمده ای پیدا کرده باشد که نتواند مانند زنان چند نسل قبل به شیر دهی پردازده البته بعضی عوامل بخصوص وضعیت سلامت و تغذیه مادر میتواند اثرات نامطلوبی بر شیردهی داشته باشد ولی در عین حال تجربه نشان داده است که حتی در مادران مبتلاء به فقر غذایی نیز مقدار و ترکیب شیر تولیدی تفاوت قابل توجهی با سایر مادران نشان نمیدهد و در نتیجه کمک بسیار مؤثری به سلامت و بهزیستی نوزادان نشان مینماید.

آنچه در نیم قرن گذشته به نحو قابل توجهی تغییر پیدا کرده است و تغییراتش از فرهنگی به فرهنگ دیگر متفاوت بوده است طولمدت شیردهی زنان به فرزندانشان می‌باشد استفاده از دایه یعنی شیردادن به وسیله زنی غیر از مادر حقیقی در مواقعی که به هر دلیل نوزاد از شیر مادرش محروم می‌شده است از گذشته‌های بسیار دور مرسوم بوده است. تا مدتهای زیادی تنها راه تغذیه شیر خواران شیر مادر و یا دایه‌های سالم بوده است. تغذیه با شیر گاو پدیده نسبتاً "جدیدی" می‌باشد و در دهه ۱۸۸۰ استفاده از شیر گاو بعنوان یک غذای کمکی به صورت یک نوآوری در مراکز بهداشت کودک که به تازگی در فرانسه ایجاد شده بود شروع شده در این مراکز گرچه استفاده کودک را از شیر مادر به شدت توصیه می‌شد ولی برای کودکانی که دچار کمبودهایی نیز بودند شیر کامل و استرلیزه گاو که اغلب شکر و خامه اضافه نیز به آن افزوده شده بود و به رایگان توزیع می‌گردیده در دهه ۱۹۲۰ توجه به این نوع شیر ابتدا در سوئد و سپس در نقاط دیگر کاهش یافت بطوری که می‌توان به طور کلی اظهار داشت که توزیع شیر گاو به وسیله مراکز بهداشت کودک تاء شیر کمی بر روند شیر دهی مادران و تغذیه کودکانشان با شیر خود داشته است. اولین کوششهای سازمان یافته در زمینه تغذیه مصنوعی کودکان به اواخر قرن نوزدهم بر می‌گردد. از پیشگامان این حرکت بودن در فرانسه، بیدرت و هوبنر در آلمان و میگزوروتش را در

* Boden

** Biedret

*** Hubner

**** Meeges & Rutch

آمریکا نام برده در اواخر ۱۹۳۰ بود که تهیه این فرمولها و غذاهای کمکی توسط دانشمندان به دست کارخانه سپرده شد و در نتیجه انواع گوناگونی فرمولهای غذایی برای رفع نیازهای متفاوت کودکان در تمام سنین تهیه و به بازار آمده مواد غذایی جایگزین شیر مادر که در اصل برای مقاصد خاص در کشورهای صنعتی شده بوجود آمده بود، رفته رفته گسترش پیدا کرد و به طوری که امروزه در بسیاری از نقاط جهان سوم کاملاً عادی و روزمره است. استفاده از این مواد در جهان سوم معمولاً با مجموعه بزرگی از مشکلات عمده چون ناکافی بودن بهسازی محیط و آب سالم کمبود وسایل کافی برای تمیز ساختن شیشه و سرپستانک و قیمت گران این مواد که غالباً باعث رقیق ساختن بیش از حد آن میشود همراه میباشد. بسیاری از محققان معتقد هستند که فراوانی استفاده و غیر مسئولانه از این محصولات کمک مؤثری در کاهش شیردهی مادران به نوزادان خود بوده است.

تأثیراتی که تغییرات الگوهای تغذیه ای بر نوزادان داشته است بوسیله افراد زیادی ثبت گردیده است. بوخ که یکی از پیشگامان مطالعه مرگ و میر نوزادان به حساب می آید طی سه دوره یکساله در فواصل ده ساله (۱۸۸۵ تا ۱۸۸۶ ، ۱۸۹۵ تا ۱۸۹۶ و ۱۹۰۵ تا ۱۹۰۶) مرگ نوزادان را بررسی و با الگوهای تغذیه ای آنها را در رابطه قرار داد و چنین نتیجه گرفت که مرگهائی که در سن کمتر از یکسالگی اتفاق می افتد در میان نوزادانی که بصورت مصنوعی تغذیه میشوند بسیار بالا میباشد^(۴).

* Böckh

در همین رابطه در انگلستان نیز مطالعاتی به وسیله هوارث* در آغاز قرن حاضر بر روی ۸۰۰۰ کودک در ناحیه درمی انجام گرفت و طی آن معلوم شد که میزان مرگ در نوزادانی که بصورت مصنوعی تغذیه شده بودند سه مرتبه بیشتر از نوزادانی است که از شیر مادر تغذیه می کردند (۴) در ایالات متحده نیز مطالعاتی بوسیله وودبری** بر روی متجاوز از ۲۲ هزار نوزاد از هشت شهر متفاوت که عمدتاً " در ناحیه شرق آمریکا قرار داشتند انجام گرفت و روشن ساخت که تعداد مرگ در بین کودکانیکه بصورت مصنوعی تغذیه می شوند بین ۳ تا ۶ مرتبه بیشتر است و میزانهای مرگ تا ۹ ماهگی در بین این نوزادان ۵ مرتبه از میزانهای مشابه در نوزادانی که از شیر مادر تغذیه کرده اند بیشتر می باشد. (۴)

گرولی*** و همکاران با تحلیل داده های مربوط به ۲۰ هزار نوزاد در شهر شیکاگو ، بین سالهای ۱۹۲۴ و ۱۹۲۹ به دست آورده و نشان دادند که میزان مرگ در میان کودکانی که به صورت مصنوعی تغذیه میشوند ده مرتبه بیشتر بود . منهایمر**** در بررسی در استکهلم متوجه شد که در اواخر دهه ۱۹۴۰ خطر مرگ در نوزادانی که بطور مصنوعی تغذیه می شدند ۲ تا ۳ مرتبه از نوزادانی که با شیر مادر تغذیه می شدند بیشتر بود و در طبقات مرفه و غیر مرفه تفاوتی را نشان نمی داد.

* Howarth

** Woodbury

*** Grulee

**** Mannheimer

