



دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

سلامت مادران کودکان فلج مغزی

مناسب برای مادران و افرادی که مراقبت
از کودک مشکل فلج مغزی را بر عهده دارند



سلامت مادران کودکان فلج مغزی

مؤلفان: لیلا دهقان و همکاران

مؤلفان:

لیلا دهقان - سیدعلی حسینی - مهدی رصافیانی - حمید دالوند

Mothers' Health of Children with Cerebral palsy

By: Leila Dehghan, Seyed Ali Hosseini, Mehdi Rassafiani, Hamid Dalvand

فلج مغزی یکی از شایع‌ترین اختلالات حرکتی در کودکان به شمار می‌آید. این اختلال باعث محدودیت‌های حرکتی متعددی می‌شود و همین زمینه‌ساز وابستگی کودک به مادر یا مراقب در انجام فعالیت‌های روزمره زندگی می‌شود. ضروری است که مادران و مراقبان کودکان فلج مغزی توجه بیشتری به سلامتی خود در کنار توجه به سلامتی کودک داشته باشند و شعار یک عمر سلامتی با خود مراقبتی را در مورد خود احیا و غیرممکن‌ها را ممکن سازند. کتاب حاضر با عنوان "سلامت مادران کودکان فلج مغزی" در سه فصل تنظیم شده است: در فصل اول ضرورت سلامتی مادران کودکان فلج مغزی معرفی شده است. در فصل دوم مباحث مربوط به تنیدگی‌های مراقبتی مادران کودکان فلج مغزی مطرح شده است. در فصل سوم به بحث در مورد راهکارهای مقابله با تنیدگی‌های مراقبتی پرداخته شده است.



انتشارات دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۴۲-۸۷-۷

قیمت: ۹۰۰۰۰ ریال



9 786006 442877

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

سلامت مادران کودکان فلج مغزی

مناسب برای مادران و افرادی که مراقبت
از کودک مشکل فلج مغزی را بر عهده دارند

مؤلفان:

لیلا دهقان

(استادیار گروه آموزشی کاردرمانی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اراک)

سیدعلی حسینی

(استاد گروه آموزشی کاردرمانی، مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی)

مهدی رصافیانی

(گروه آموزشی کاردرمانی، دانشکده پیراپزشکی، دانشگاه کویت، کویت)

حمید دالوند

(استادیار گروه آموزشی کاردرمانی، دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اراک)

عنوان و نام پدیدآور : سلامت مادران کودکان فلج مغزی / مؤلفان لیلا دهقان ... [و دیگران]
 مشخصات نشر : تهران: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی، ۱۳۹۶.
 مشخصات ظاهری : ۵۲ص. : مصور، جدول.
 شابک : ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۴۲-۸۷-۷
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیپا
 یادداشت : مؤلفان لیلا دهقان، سیدعلی حسینی، مهدی رصافیانی، حمید دالوند.
 یادداشت : کتابنامه.
 موضوع : مادران کودکان عقب‌مانده -- روان‌شناسی
 موضوع : Mothers of children with disabilities -- Psychology
 موضوع : کودکان فلج مغزی -- روابط خانوادگی
 موضوع : Cerebral palsied children -- Family relationships
 شناسه افزوده : دهقان، لیلا، ۱۳۵۶-
 شناسه افزوده : دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی
 شناسه افزوده : University of Social Welfare and Rehabilitation Sciences
 رده‌بندی کنگره : HQ۷۵۹/۹۱۳/س۸ ۱۳۹۶
 رده‌بندی دیویی : ۶۴۹/۱۵۱
 شماره کتابشناسی ملی : ۵۰۳۰۶۰۴



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی اراک



دانشگاه علوم پزشکی و توانبخشی

نام کتاب: سلامت مادران کودکان فلج مغزی

مؤلفان: لیلا دهقان - سیدعلی حسینی - مهدی رصافیانی - حمید دالوند

ویراستار ادبی: نرگس مرادی

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۶۴۴۲-۸۷-۷

شمارگان: ۱۰۰۰ جلد

چاپ اول: ۱۳۹۶

چاپ: ارشیا

ناشر: دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

نشانی: اوین، بلوار دانشجو، خیابان کودکان، دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

تلفکس: ۲۲۱۸۰۰۸۱

با قدردانی از همکاری

● صفحه‌آرا: گروه گرافیکی ارشیا ● طراحی جلد: گروه گرافیکی ارشیا

همه‌ی حقوق نشر برای ناشر محفوظ است؛ هرگونه استفاده از متن به هر صورتی در قالب کتابچه، جزوه، تهیه CD آموزشی، تهیه نرم‌افزار، استخراج آزمون، ترجمه به دیگر زبان‌ها و استفاده از مطالب کتاب، اشکال، تصاویر و... بدون اجازه‌ی کتبی از ناشر غیر قانونی است.

فَصَبِرْ جَمِيلٌ وَاللَّهُ الْمُسْتَعَانُ عَلٰى مَا تَصِفُونَ ﴿١٨﴾

«اینک صبری نیکو [برای من بهتر است] و بر آنچه توصیف می‌کنید، خدا یاری ده است.»

سوره یوسف آیه (۱۸)

حقوق مراقبت کنندگان (۱)

- ♥ من حق دارم... از خودم مراقبت کنم. این کار، خودخواهی نیست. این امر سبب می‌شود که من از فرد مورد علاقه‌ام (کودکم) بهتر مراقبت کنم.
- ♥ من حق دارم... از دیگران کمک بگیرم. حتی اگر فرد مورد علاقه‌ام (کودکم) مخالفت کند. من محدودیت‌های استقامت و توانایی خود را می‌شناسم.
- ♥ من حق دارم... جنبه‌های زندگی خود را حفظ کنم و تحت تأثیر سلامت فرد تحت مراقبت (کودکم) نباشم. من می‌دانم که من هر کاری که از توانم برمی‌آید، برای این فرد (کودکم) انجام می‌دهم، اما هم برای انجام برخی از امور خود نیز حقوقی دارم.
- ♥ من حق دارم... عصبانی شوم، افسرده گردم و گاهی برخی از احساسات مختلف را از خود نشان دهم.
- ♥ من حق دارم... هرگونه تلاش (خودآگاه یا ناخودآگاه) را که سبب می‌شود من احساس گناه، ناراحتی یا افسردگی کنم، رد نمایم.
- ♥ من حق دارم... توجه، مهربانی، گذشت و پذیرش را از فرد مورد علاقه‌ام (کودکم) دریافت کنم، همان احساساتی که به او ابراز می‌کنم.
- ♥ من حق دارم... از کارهایی که انجام می‌دهم، احساس غرور کنم و از شجاعتی که در رفع نیازهای فرد مورد علاقه‌ام نشان می‌دهم، خود را در خور تقدیر بدانم.
- ♥ من حق دارم... انتظار داشته باشم در کشورم اقداماتی انجام شود تا به افرادی که دچار مشکلات جسمانی و روحی هستند، یاری رساند.

سخن نویسندگان

حمد و ثنای بیکران، آفریننده‌ی قلم را که توفیق این مجموعه را در پاسخ به نیاز مادران و مراقبان کودکان فلج مغزی عطا نمود.

فلج مغزی یکی از شایع‌ترین اختلالات حرکتی در کودکان به شمار می‌آید. شیوع آن در ایران ۲/۰۶ و در کشورهای دیگر حدود ۲ در هزار تولد زنده گزارش شده است. این اختلال، محدودیت‌های حرکتی متعددی را موجب می‌شود و همین امر، زمینه‌ساز وابستگی کودک به مادر یا مراقب در انجام فعالیت‌های روزمره زندگی می‌شود.

اگر مادران از سلامتی جسمی، روانی و اجتماعی و معنوی برخوردار نباشند، مسلماً با کاستی‌هایی در نقش مادر، همسر و ... روبرو خواهند شد. علاوه بر این به وجود خود جفا روا داشته‌اند. بنابراین ضروری است که مادران و مراقبان کودکان فلج مغزی، توجه بیشتری به سلامتی خود در کنار توجه به سلامتی کودک داشته باشند و شعار یک عمر سلامتی با خود مراقبتی را در مورد خود به کار گیرند و غیرممکن‌ها را ممکن سازند.

کتاب حاضر با عنوان «سلامت مادران کودکان فلج مغزی» در سه فصل تنظیم شده است. فصل اول، به ضرورت سلامتی مادران کودکان فلج مغزی اختصاص دارد. فصل دوم، مباحث مربوط به تنیدگی‌های مراقبتی مادران کودکان فلج مغزی را دربرمی‌گیرد.

فصل سوم، به بحث پیرامون راهکارهای مقابله با تنیدگی‌های مراقبتی می‌پردازد. امید است این کتاب، دریچه‌ای تازه برای مادران و مراقبان کودکان فلج مغزی و متخصصین علوم توانبخشی بگشاید.

گروه مؤلفان

تیرماه ۱۳۹۵

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۹	فصل اول: ضرورت سلامتی مادران کودکان فلج مغزی
۹	مقدمه
۱۰	توجه به سلامتی، مهم‌ترین گام
۱۳	فصل دوم: تنیدگی‌های مراقبتی مادران کودکان فلج مغزی
۱۳	۱-۲. مقدمه
۱۴	۲-۲. مراقبت‌های مادرانه
۱۴	۱-۲-۲. تنیدگی‌های جسمی مادر حین مراقبت
۱۴	۲-۲-۲. تنیدگی‌های روانی مادر حین مراقبت
۱۵	۳-۲-۲. تنیدگی‌های اجتماعی مادر حین مراقبت
۱۵	۳-۲. تغییر در الگوهای عملکردی مادر
۱۵	۱-۳-۲. برهم خوردن روال عادی زندگی
۱۶	۲-۳-۲. تغییر نقش
۱۶	۳-۳-۲. بر هم خوردن آداب و رسوم مذهبی
۱۷	فصل سوم: راهکارهای مقابله با تنیدگی‌های مراقبتی
۱۷	۱-۳. مقدمه
۱۷	۲-۳. تنیدگی جسمی در حین مراقبت را کاهش دهید
۲۱	۳-۳. تمرین‌های تقویت عضلات شکم و پشت
۳۰	۴-۳. تنیدگی روانی - اجتماعی حین مراقبت را کاهش دهید
۴۳	۵-۳. روال عادی زندگی‌تان را مدیریت کنید
۴۹	۶-۳. و اما چند نکته
۵۱	فهرست منابع

فصل اول

ضرورت سلامتی مادران کودکان فلج مغزی

۱-۱. مقدمه

سازمان جهانی بهداشت (WHO)، سلامتی را نه تنها فقدان بیماری بلکه رفاه کامل جسمی، روانی، اجتماعی و معنوی تعریف می‌کند (۲). سلامت، زندگی روزمره فرد را در تمام ابعاد تحت تأثیر قرار می‌دهد؛ به عبارت دیگر تمام ابعاد زندگی فرد تحت تأثیر سلامت اوست. سلامت و هر آنچه که مرتبط با آن است، بازتابی از وضعیت فعلی جمعیتی خاص یا گروهی از مردم؛ انعکاسی از موقعیت افراد و جوامع در بستر اجتماعی مربوطه و روش نگاه دولت به آنها؛ و همچنین انعکاسی از وجود یا فقدان بستری صحیح و قطعی برای سلامت است. براساس منشور اوتاوا در زمینه‌ی ارتقاء سلامت، برای رسیدن به سلامت کامل چه از لحاظ جسمی، ذهنی، روانی و اجتماعی، هر فرد یا گروه باید بتواند خواسته‌ها و نیازهای خود را شناخته، آنها را برطرف نموده و با محیط خود کنار آمده، یا آن را در جهت خواسته‌های خود تغییر دهد (۲). در همین راستا، امروزه خودمراقبتی، به‌عنوان یکی از ارکان اساسی مراقبت‌های بهداشتی - درمانی مورد توجه قرار گرفته است.

کودک فلج مغزی، کودکی است که در اثر آسیب به مغز، دارای مشکل حرکتی است. این کودکان در یک طیف وسیع قرار می‌گیرند به طوری که گروهی تنها در انجام حرکات ظریف و تعادل دچار مشکل می‌باشند و برخی به‌طور کامل، وابسته هستند. این کتاب برای مادرانی نوشته شده است که کودکانی در گروه دوم دارند. این کودکان در برخی یا تمام امور روزمره مثل غذا خوردن، حمام کردن، دستشویی، لباس پوشیدن، جابه جایی، انجام امور