



## مراقبت های پرستاری در دوران بارداری: تضمین سلامتی مادر و نوزاد

عالمه ده نبی<sup>۱\*</sup>

۱. دانشجوی دکتری تخصصی پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی، دانشگاه علوم پزشکی ایران، تهران، ایران

### چکیده

بارداری یک سفر تحول آفرین پر از شادی، انتظار و هیجان است. با این حال، زمان تغییرات فیزیکی، عاطفی و روانی قابل توجهی برای مادران باردار نیز می باشد. پرستاران نقش چندوجهی در مراقبت از بیمار ایفا می کنند و به عنوان مدافع، مربی، مراقب و هماهنگ کننده خدمات مراقبت های بهداشتی عمل می کنند. در این راهنمای جامع، نقش حیاتی مراقبت های پرستاری در دوران بارداری و اهمیت آن در ارتقای سلامت مادر، تضمین سلامت جنین و تسهیل تجربه زایمان مثبت را بررسی خواهیم کرد. مراقبت های پرستاری در دوران بارداری طیف وسیعی از مسئولیت ها را با هدف حمایت از مادران باردار در هر مرحله از سفر آنها به سمت مادری در بر می گیرد. از آموزش و مشاوره قبل از تولد گرفته تا حمایت از زایمان، مراقبت های پس از زایمان و فراتر از آن، پرستاران نقش اساسی در حفظ سلامت و رفاه مادر و نوزاد در طول سفر بارداری دارند. در این مقاله، ضرورت و اهمیت نقش پرستار و مراقبت های پرستاری در دوران بارداری و و پس از زایمان مورد بررسی قرار می گیرد.

واژگان کلیدی: مراقبت، پرستاری، بارداری، زایمان



## مقدمه

پرستاری حرفه ای است که عمیقاً در هنر و علم مراقبت از افراد در طول عمر، از تولد تا مراقبت از پایان زندگی ریشه دارد (Näsman, 2020). پرستاران نقش چندوجهی در مراقبت از بیمار ایفا می کنند و به عنوان مدافع، مربی، مراقب و هماهنگ کننده خدمات مراقبت های بهداشتی عمل می کنند. حضور آنها در محیط های مراقبت های بهداشتی ضروری است، زیرا آنها به طور قابل توجهی به نتایج، رضایت و کیفیت کلی مراقبت کمک می کنند (Klassa et al., 2016). پرستاران دارای مجموعه متنوعی از مهارت ها و تخصص های بالینی هستند که آنها را قادر می سازد مراقبت های ایمن، مؤثر و دلسوزانه ارائه دهند (Morgan et al., 2015). دانش گسترده آنها در مورد آناتومی، فیزیولوژی و پاتوفیزیولوژی انسان به آنها اجازه می دهد تا تغییرات ظریف در وضعیت بیمار را تشخیص دهند و به سرعت برای جلوگیری از عوارض مداخله کنند (Fontenot et al., 2022). پرستاران همچنین با تیم های بین رشته ای همکاری می کنند تا برنامه های مراقبت جامع متناسب با نیازهای بیمار را توسعه دهند و از تداوم مراقبت در سراسر تنظیمات اطمینان حاصل کنند (Theodorou et al., 2020). پرستاران با تقویت سواد سلامت و ترویج اقدامات پیشگیرانه، افراد را قادر می سازند تا کنترل سلامت خود را در دست بگیرند و رفتارهای سالم را اتخاذ کنند (Yusefi et al., 2022). آموزش به بیمار فراتر از محیط بیمارستان یا کلینیک گسترش می یابد، زیرا پرستاران پشتیبانی و منابع مستمری را برای ارتقاء سلامت و مدیریت بیماری در جامعه ارائه می دهند (Johnson et al., 2023). پرستاران نه تنها به علائم جسمانی بیماران، بلکه به نیازهای روانی-اجتماعی و روحی آنها نیز توجه می کنند و به هم پیوستگی ذهن، بدن و روح را می شناسند (Liu, 2014). پرستاران به عنوان هماهنگ کننده های کلیدی مراقبت، تسهیل ارتباطات و همکاری بین ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی، متخصصان و منابع جامعه عمل می کنند (Kurre, 2014). آنها تست های تشخیصی، درمان ها و ارجاع ها را هماهنگ می کنند و اطمینان حاصل می کنند که بیماران مراقبت های به موقع و مناسب را در سراسر زنجیره دریافت می کنند (Nwagbara et al., 2020). پرستاران همچنین با بیماران، خانواده ها و مراقبان برای ایجاد برنامه های مراقبتی که با اهداف، اولویت ها و ارزش های بیماران همسو باشد، همکاری می کنند (Booker et al., 2021).

مراقبت های پرستاری در دوران بارداری طیف وسیعی از مسئولیت ها را با هدف حمایت از مادران باردار در هر مرحله از سفر آنها به سمت مادری در بر می گیرد (Ngum Chi Watts et al., 2015). پرستاران از ارائه مراقبت های معمول دوران بارداری گرفته تا ارائه راهنمایی در حین زایمان و زایمان، نقشی حیاتی در ارتقای پیامدهای مثبت مادر و نوزاد دارند. اهمیت مراقبت های پرستاری در بارداری را نمی توان نادیده گرفت (Tepper & Puopolo, 2019). پرستاران به عنوان مدافع مادران باردار عمل می کنند و اطمینان حاصل می کنند که آنها مراقبت های جامع متناسب با نیازهای فردی خود را دریافت می کنند (Widarsson et al., 2015). پرستاران با ارائه آموزش، حمایت عاطفی و تخصص پزشکی، زنان را قادر می سازند تا درباره سلامتی خود و نوزادانشان تصمیم گیری آگاهانه بگیرند (Wood, 2018). در این مقاله، ضرورت و اهمیت نقش پرستار و مراقبت های پرستاری در دوران بارداری و و پس از زایمان مورد بررسی قرار می گیرد. مراقبتهای پرستاری از مادران باردار در سه دسته قبل، حین و بعد از تولد نوزاد تقسیم بندی می شود:

### ۱. مراقبت های پرستاری قبل از تولد

**معاینات روتین:** معاینات منظم قبل از تولد برای نظارت بر سلامت مادر و جنین در طول بارداری ضروری است. پرستاران ارزیابی های کاملی از جمله اندازه گیری علائم حیاتی، نظارت بر رشد جنین و غربالگری برای عوارض احتمالی انجام می دهند. **نظارت بر رشد جنین:** پرستاران از تکنیک های مختلفی مانند اسکن اولتراسوند و پایش ضربان قلب جنین برای ردیابی رشد و تکامل جنین استفاده می کنند. با نظارت دقیق بر حرکات و ضربان قلب جنین، پرستاران می توانند هر گونه علائم ناراحتی یا ناهنجاری را در اوایل تشخیص دهند.



**ارائه آموزش و پشتیبانی:** یکی از وظایف اصلی پرستاران دوران بارداری، آموزش مادران باردار در مورد شیوه های بارداری سالم، تغذیه و آمادگی برای زایمان است. پرستاران راهنمایی هایی را در مورد ویتامین های دوران بارداری، تمرینات روتین و تکنیک های آرام سازی برای ترویج یک تجربه مثبت بارداری ارائه می دهند.

**مدیریت عوارض بارداری:** علیرغم پیشرفت در مراقبت های دوران بارداری، برخی از بارداری ها ممکن است با شرایط پزشکی مانند دیابت بارداری، فشار خون بالا یا زایمان زودرس پیچیده شود. پرستاران نقش مهمی در شناسایی و مدیریت این عوارض ایفا می کنند و با ارائه دهندگان مراقبت های بهداشتی همکاری می کنند تا از نتایج مطلوب مادر و جنین اطمینان حاصل کنند. از جمله عوارض می توان به موارد زیر اشاره نمود.

**دیابت بارداری:** پرستاران از نزدیک با زنان مبتلا به دیابت بارداری برای نظارت بر سطح قند خون، ارائه مشاوره های غذایی و در صورت لزوم انسولین درمانی همکاری می کنند. با ترویج کنترل قند خون و عادات سبک زندگی سالم، پرستاران به کاهش خطر عوارض برای مادر و نوزاد کمک می کنند.

**فشار خون:** فشار خون ناشی از بارداری، از جمله پره اکلامپسی و اکلامپسی، نیاز به نظارت و مدیریت دقیق برای جلوگیری از عوارضی مانند زایمان زودرس و محدودیت رشد جنین دارد. پرستاران سطح فشار خون را کنترل می کنند، داروهای ضد فشار خون را طبق تجویز تجویز می کنند و از زنانی که این شرایط چالش برانگیز را تجربه می کنند، حمایت عاطفی می کنند.

**زایمان زودرس:** پرستاران نقش حیاتی در شناسایی علائم و نشانه های زایمان زودرس و اجرای مداخلات برای به تاخیر انداختن یا جلوگیری از زایمان زودرس دارند. این ممکن است شامل تجویز داروهایی برای توقف انقباضات، ارائه توصیه های استراحت در بستر و هماهنگی مراقبت با متخصصان نوزادان برای زایمان زودرس باشد.

## ۲. مراقبت پرستاری در حین زایمان و زایمان

**ارائه حمایت عاطفی:** زایمان و زایمان می تواند تجربیات شدید و طاقت فرسا برای مادران باردار باشد. پرستاران در طول فرآیند زایمان، حمایت عاطفی، اطمینان و تشویق مستمری را ارائه می دهند و به زنان کمک می کنند تا در توانایی خود برای زایمان احساس قدرت و اطمینان داشته باشند.

**کمک به مدیریت درد:** پرستاران از تکنیک های مختلف مدیریت درد، از جمله تمرین های تنفسی، تکنیک های آرام سازی، و مداخلات دارویی برای کمک به زنان برای مقابله مؤثر با درد زایمان استفاده می کنند. پرستاران با تطبیق راهبردهای تسکین درد بر اساس ترجیحات و نیازهای فردی، تجربه زایمان راحت تری را تضمین می کنند.

**نظارت بر سلامت مادر و جنین:** در طول زایمان و زایمان، پرستاران علائم حیاتی مادر، الگوهای ضربان قلب جنین و پیشرفت زایمان را به دقت زیر نظر دارند تا هرگونه علائم ناراحتی یا عوارض را شناسایی کنند. مداخله سریع و ارتباط با تیم مراقبت های بهداشتی برای اطمینان از ایمنی و رفاه مادر و نوزاد ضروری است.

## ۳. مراقبت های پرستاری پس از زایمان

**ارزیابی بهبودی مادر:** در دوره پس از زایمان، پرستاران بهبودی مادر را ارزیابی می کنند، از جمله انقباض رحم، بهبود واژن و رفاه عاطفی. پرستاران با ارائه مراقبت های حمایتی و نظارت برای علائم عوارض پس از زایمان، انتقال آرام به مادری را تسهیل می کنند.

**کمک به شیردهی:** پرستاران به مادران تازه وارد هنگام عبور از چالش های شیردهی راهنمایی و کمک می کنند. از ترویج تکنیک های مناسب شیردهی تا رسیدگی به نگرانی های رایج شیردهی، پرستاران نقش مهمی در حمایت از شروع و تداوم شیردهی موفق دارند.

**ارائه آموزش مراقبت از نوزاد:** پرستاران به والدین جدید در مورد شیوه های مراقبت از نوزاد، از جمله حمام کردن، پوشک زدن، و تشخیص علائم گرسنگی و پریشانی نوزاد آموزش می دهند. پرستاران با توانمندسازی والدین با دانش و مهارت های ضروری، به ایجاد یک محیط پرورشی و حمایتی برای رشد و تکامل نوزاد کمک می کنند.

اطلاع رسانی و آموزش جامعه: فراتر از محیط‌های بالینی، پرستاران در برنامه‌های آموزشی و اطلاع‌رسانی جامعه برای ارتقای مراقبت‌های دوران بارداری و سلامت مادر مشارکت می‌کنند. این شامل برگزاری کارگاه‌های آموزشی، شرکت در نمایشگاه‌های سلامت و همکاری با سازمان‌های اجتماعی برای افزایش آگاهی در مورد اهمیت مراقبت‌های پرستاری مناسب در دوران بارداری است.

#### بحث و نتیجه‌گیری

در نتیجه، مراقبت پرستاری در دوران بارداری یک رویکرد چند وجهی با هدف تضمین سلامت و رفاه مادران باردار است. از ابتکارات آموزشی گرفته تا مراقبت‌های بالینی عملی، پرستاران نقش اصلی را در حمایت از زنان باردار در این سفر متحول کننده ایفا می‌کنند و در نهایت به نتایج مثبت مادری و نوزادی کمک می‌کنند.

## منابع

- Booker, R., Bays, S., Burnett, L., & Torchetti, T. (2021). Supporting People and Their Caregivers Living with Advanced Cancer: From Individual Experience to a National Interdisciplinary Program. *Semin Oncol Nurs*, 37(4), 151169. <https://doi.org/10.1016/j.soncn.2021.151169>
- Fontenot, N. M., Hamlin, S. K., Hooker, S. J., Vazquez, T., & Chen, H. M. (2022). Physical assessment competencies for nurses: A quality improvement initiative. *Nurs Forum*, 57(4), 710-716. <https://doi.org/10.1111/nuf.12725>
- Johnson, A., Reising, V., Cruz, C., Franklin, C., & Martin, A. (2023). Implementation of nursing services in community corrections: A community-academic partnership. *Public Health Nurs*, 40(4), 511-516. <https://doi.org/10.1111/phn.13195>
- Klassa, P. J., Dendrinios, S., Penn, A., & Radke, J. (2016). Shared Decision Making: Through the Patient's Eyes. *J Perinat Neonatal Nurs*, 30(3), 228-232. <https://doi.org/10.1097/jpn.0000000000000192>
- Kurre, P. A. (2014). Orthopaedic care coordination for the intellectually and developmentally disabled adult in the residential care setting: a perfect storm. *Orthop Nurs*, 33(5), 251-254; quiz 255-256. <https://doi.org/10.1097/nor.0000000000000080>
- Liu, Y. J. (2014). A proposal for a spiritual care assessment toolkit for religious volunteers and volunteer service users. *J Relig Health*, 53(5), 1414-1426. <https://doi.org/10.1007/s10943-013-9760-8>
- Morgan, A., Hamilton, S., & Medows, S. (2015). Training new HCAs to give compassionate care. *Nurs Times*, 111(3), 22-23.
- Näsman, Y. (2020). The theory of caritative caring: Katie Eriksson's theory of caritative caring presented from a human science point of view. *Nurs Philos*, 21(4), e12321. <https://doi.org/10.1111/nup.12321>
- Ngum Chi Watts, M. C., Liamputtong, P., & McMichael, C. (2015). Early motherhood: a qualitative study exploring the experiences of African Australian teenage mothers in greater Melbourne, Australia. *BMC Public Health*, 15, 873. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-2215-2>
- Nwagbara, U. I., Ginindza, T. G., & Hlongwana, K. W. (۲۰۲۰). Health systems influence on the pathways of care for lung cancer in low- and middle-income countries: a scoping review. *Global Health*, 16(1), 23. <https://doi.org/10.1186/s12992-020-00553-8>
- Tepper, J. L., & Puopolo, K. M. (2019). Update on Prenatal Laboratory Screening: Joint Commission Required Elements. *Neoreviews*, 20(10), e584-e591. <https://doi.org/10.1542/neo.20-10-e584>
- Theodorou, M. E., Henschen, B. L., & Chapman, M. (2020). The Comprehensive Care Plan: A Patient-Centered, Multidisciplinary Communication Tool for Frequently Hospitalized Patients. *Jt Comm J Qual Patient Saf*, 46(4), 217-226. <https://doi.org/10.1016/j.jcjq.2020.01.002>
- Widarsson, M., Engström, G., Tydén, T., Lundberg, P., & Hammar, L. M. (2015). 'Paddling upstream': Fathers' involvement during pregnancy as described by expectant fathers and mothers. *J Clin Nurs*, 24(7-8), 1059-1068. <https://doi.org/10.1111/jocn.12784>
- Wood, R. B. (2018). Effective Communication Strategies for Nurses to Discuss Infant Feeding with New Mothers During Postpartum Hospitalization. *MCN Am J Matern Child Nurs*, 43(4), 218-224. <https://doi.org/10.1097/nmc.0000000000000436>
- Yusefi, A. R., Barfar, E., Daneshi, S., Bayati, M., Mehralian, G., & Bastani, P. (2022). Health literacy and health promoting behaviors among inpatient women during COVID-19 pandemic. *BMC Womens Health*, 22(1), 77. <https://doi.org/10.1186/s12905-022-01652-x>



## Nursing care during pregnancy: ensuring the health of mother and baby

**Alemeh Dehnabi**

**Phd student, School of Nursing & Midwifery, Iran  
University of Medical Sciences, Tehran, Iran**

### 1-1-

### 1-2- Abstract

Pregnancy is a transformative journey full of joy, anticipation and excitement. However, it is also a time of significant physical, emotional and psychological changes for expectant mothers. Nurses play a multifaceted role in patient care and act as advocates, educators, caregivers, and coordinators of health care services. In this comprehensive guide, we will examine the vital role of nursing care during pregnancy and its importance in promoting maternal health, ensuring fetal health, and facilitating a positive birth experience. Nursing care during pregnancy encompasses a wide range of responsibilities aimed at supporting expectant mothers at every stage of their journey to motherhood. From prenatal education and counseling to childbirth support, postpartum care, and beyond, nurses play an essential role in maintaining the health and well-being of mother and baby throughout the pregnancy journey. In this article, the necessity and importance of the nurse's role and nursing care during pregnancy and after delivery are examined.

**1-3- Keywords:** Care, nursing, pregnancy, delivery