



پویندگی، بالندگی و جوانی جمعیت

برنامه های باروری سالم در توازن جمعیت و تدوین سیاست های جمعیتی نقش مهمی بر عهده دارد. این برنامه به افراد کمک می کند تا از بارداری غیر ارادی جلوگیری کنند، زمان تولد فرزندان خود را با شرایط سلامتی و سن خود تطبیق دهند و آگاهانه درباره تعداد فرزندان خود تصمیم بگیرند

اطلبوا الولد و التمسوه؛ فإنة قرّة العین، و زینة القلب (مکارم الأخلاق: ج ۱ ص ۴۸۰ ح ۱۶۶۵)

پیامبر خدا صلی الله علیه و آله:

فرزند بخواهید و آن را طلب کنید؛ چرا که مایه روشنی چشم و شادی قلب است.

گزیده ای از فرمایشات مقام معظم رهبری

به آینده کشور هم فکر کنید همچنان که ما فکر میکنیم که چهار پنج تا بچه افتاد بر روی خانواده وضع زندگیشان چگونه خواهد شد فکر این را هم باید بکنید که این چهار پنج تا بچه وقتی بزرگ شدند و شغلی پیدا کردند چه کمکی می توانند به پیشرفت کشور بکنند. فرزندان آوری یک مجاهدت بزرگ است.

برنامه جمعیت ارتقای باروری سالم و فرزندآوری

برنامه های باروری سالم در توازن جمعیت و تدوین سیاست های جمعیتی نقش مهمی بر عهده دارد. این برنامه به افراد کمک می کند تا از بارداری غیر ارادی جلوگیری کنند، زمان تولد فرزندان خود را با شرایط سلامتی و سن خود تطبیق دهند و آگاهانه درباره تعداد فرزندان خود تصمیم بگیرند. برنامه های سلامت باروری علاوه بر جنبه های بهداشتی تاثیر مهمی در سایر ابعاد اجتماعی، حقوقی، اقتصادی، روانی و فرهنگی دارد. نتایج باروری سالم منجر به کاهش مرگ و میر مادران، نوزادان، کودکان، جلوگیری از سوء تغذیه در مادر و کودک، جلوگیری از زایمان در سنین نامناسب، کاهش بیماری های ژنتیکی، جلوگیری از حاملگی های برنامه ریزی نشده و سقط های عمدی و عواقب حاصله از آن نظیر وقوع بیماری، معلولیت و مرگ و همچنین عاملی برای فراهم کردن زمینه مناسب ارتقاء سلامت خانواده می شود که از اهداف اساسی وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی می باشد. توانمند سازی خانواده ها برای انتخاب تعداد فرزندان و زمان فرزندآوری، پرهیز از بارداری های در سنین نامناسب و بارداری های با فاصله زمانی کمتر از 3 سال، پیشگیری از بارداری های پرخطر یا غیر ارادی و کاهش تصمیم به سقط های غیر قانونی از مهمترین محور های فعالیت های این برنامه می باشد.

مهمترین چالش های پیش روی باروری در کشور

گرایش زنان به تحصیلات و آموزش عالی

نداشتن امنیت شغلی زنان شاغل

افزایش میانگین سن ازدواج

کاهش تعداد ازدواج طی چند سال اخیر

افزایش فاصله بین ازدواج و تولد فرزندان اول و بعدی

روند رو به افزایش طلاق

تمایل به تک فرزندی

تزلزل بنیان و پایداری خانواده ها (طلاق عاطفی)

آسیب های اجتماعی (از جمله اعتیاد، طلاق و سقط)

نابابوری (تاثیر عوامل محیطی و ...)

مرگ زودرس

توسعه شهرنشینی

توسعه اشتغال زنان (دغدغه های مادران شاغل و ...)

افزایش تعداد جمعیت با تحصیلات عالی

مسائل اقتصادی (شغل، درآمد کم، مسکن و ...)

آینده نگری (ترس از نابسامانی های اجتماعی)

در راستای اجرایی سازی سیاست های ابلاغی مقام معظم رهبری به اجرای برنامه های ویژه از سوی وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی تاکید شده است؛

ترویج ازدواج سالم و بموقع

پرهیز از تک فرزندی

غربالگری و شناسایی زوجین نابارور

کاهش طلاق

سن مناسب ازدواج و باروری

سنین باروری در يك خانم از 15 سالگی آغاز شده و حدودا تا 49 سالگی ادامه می یابد. در واقع يك زن در فاصله سنی 15 تا 49 سالگی، از توان باروری و فرزندآوری برخوردار خواهد بود. سنین 18 تا 35 سالگی سنین مناسب برای باروری بوده و خانواده ها فرصت خواهند داشت تا بتوانند فرزندان خود را با در نظر گرفتن اصول سلامت به دنیا بیاورند. بهترین سن برای باروری 20 تا 30 سالگی است پس بهتر است فرزندآوری را خیلی به تاخیر نیندازند. با افزایش سطح تحصیلات، سواد سلامتی مردم نیز افزایش می یابد و اطلاعات مناسبی در ارتباط با سلامت باروری و فرزندآوری کسب می کنند. این امر باعث می شود که زوجین در سنین مناسب و با رعایت فاصله زمانی مناسب بین بارداری ها اقدام به فرزند آوری کنند. برای اینکه در جامعه ای رشد جمعیت از میزان منطقی برخوردار باشد و جامعه مورد نظر با رشد منفی جمعیت روبرو نگردد، در این راستا يك خانم در صورت ازدواج در سن مناسب و با رعایت حداقل فاصله سه سال بین بارداری ها زمان کافی در اختیار خواهد داشت تا تعداد فرزندان خود را به گونه ای تنظیم کند که از حداقل دو فرزند فراتر رود. هم اکنون عواملی مانند افزایش دوران مرخصی بارداری و پس از زایمان، برخورداری همسران (پدران) از مرخصی فرزندآوری، از سیاست های ترغیب کننده زوجین نسبت به فرزندآوری بیشتر بوده است.

تأثیر به تاخیر انداختن بارداری

تا زمانی که خانواده به بهترین شرایط از نظر اجتماعی و اقتصادی و ... برسد، می تواند روی باروری زن و مرد تأثیر بگذارد و باروری را با مشکل مواجه کند همچنین در صورت طولانی شدن فرزند آوری در ابتدای زندگی زوج های جوان ، آنان برای پرکردن خلاءهای عاطفی خود به سراغ گزینه های جایگزین مانند اینترنت، موبایل و ماهواره و .. رفته که می تواند دلیلی برای افزایش طلاق عاطفی در سال های اخیر بین زوجین باشد. همچنین با افزایش بیش از حد فاصله بین فرزندان هم امکان دستیابی به تعداد فرزند دلخواه در یک خانواده کمتر شده و هم فرصت بارداری با بهترین شرایط از مادر گرفته خواهد شد.

تک فرزندی

تک فرزندی پدیده جدیدی نیست و در گذشته نیز خانواده های تک فرزند وجود داشته اند با این تفاوت که این نوع تک فرزندی، در گذشته چندان به میل و خواسته خانواده ها نبود و اغلب خانواده ها تعداد زیادی فرزند داشتند. در جامعه امروز نگرش خانواده ها به فرزندآوری و تعداد فرزندان تغییر کرده است؛ به بیان دیگر، امروزه خانواده ها به تک فرزندی ارادی گرایش پیدا کرده اند؛ والدین به طور ارادی و به دلخواه خود به داشتن یک فرزند اکتفا می کنند. این تغییر در ساختار خانواده و کاهش تعداد فرزند، تغییر در روابط درون خانواده را نیز به همراه داشته و کیفیت زندگی تک فرزندان را تحت تأثیر قرار داده و خانواده های تک فرزندی را با محدودیت ایفای نقش مواجه کرده است به این صورت که فرزند، امکان ایفای نقش خواهر یا برادر را ندارد و از قابلیتها و مهارت هایی که در روابط بین خواهر و برادر شکل می گیرد، محروم است. لحظه ای ازدواج یک دختر و پسر تک فرزند را مجسم کنید . کودک آنها نه خاله خواهد داشت و نه عمه، نه عمو و نه دایی! چنین زوجی نه تنها خودشان از نعمت داشتن خواهر و برادر محروم بوده اند ، بلکه فرزندشان در خلاء ناخواسته محروم بودن از بستگان درجه یک زندگی خواهد نمود. پدر و مادر این زوج نیز باید بدانند که در این دنیای ماشینی نمیتوان از تک فرزند انتظار داشت که مرهمی برای تنهایی زود هنگام والدین خود باشد، به عبارتی تنهایی در تنهایی!

نمونه ای از پیامدهای تک فرزندی

فرزند سالاری

تضعیف شبکه های ارتباطی خویشاوندی و جایگزینی رسانه (تلویزیون، رایانه، ماهواره و اینترنت)

فشار زیادی را از سوی خانواده برای بهتر بودن در کارها، مدرسه و دیگر فعالیت ها تحمل می کند.

ممکن است از دخالت پدر و مادر در کارش خسته شود.

سخت تر دوست پیدا می کند.

به تنهایی مسوول مراقبت از پدر و مادر خود هنگام پیری است.

هیچ وقت داشتن برادر و خواهر را تجربه نمی کند.

کودکانی که تنها بزرگ می شوند ، لذت بازی و دعوا و رقابت های بین خواهر و برادر را تجربه نمی کنند و خاطره ای هم برایشان ایجاد نمی شود.

ناباروری

باروری یکی از مهمترین و شیرین ترین اتفاقات زندگی مشترک برای هر زوج است و داشتن فرزند بر استحکام خانواده می افزاید، در مقابل پدیده ناباروری بر تزلزل بنیان خانواده تأثیر گذار است.

ناباروری یعنی باردار نشدن تا یک سال علی رغم عدم استفاده از روش های پیشگیری از بارداری و داشتن تماس جنسی منظم برای باردار شدن (در افراد 35 سال با گذشت 6 ماه بایستی بررسی شود) . ناباروری اولیه در اکثریت قریب به اتفاق زوجین نابارور روی می دهد ولی ناباروری ثانویه در درصد کمتری از زوجین (داشتن تجربه بارداری و زایمان و داشتن فرزند و رویارویی با مشکل برای فرزند بعدی) ممکن است اتفاق بیفتد.

باید به این نکته توجه داشت که شیوه زندگی سالم برای همسران، یک گام مهم برای رسیدن به هدف مشترک، یعنی داشتن کودک سالم است. ناباروری مشکل زن و شوهر است و

لازم است هردو با هم بررسی شوند.

از شیوه های نادرست زندگی که در ایجاد ناباروری تاثیر دارند می توان به موارد زیر اشاره نمود:

استعمال دخانیات

ازدواج دیرهنگام

فرزندآوری بسیار دیر

استرس

رانندگی طولانی مدت

بهره گیری نادرست از تلفن های همراه و لپ تاپ

پوشیدن لباس زیر تنگ مردانه

برخی رژیم های خاص غذایی

در صورتی که با اصلاح شیوه زندگی در یک یا هر دوی زوجین مشکل باروری وجود دارد بایستی در کمترین زمان ممکن اقدام به استفاده از یکی از روش های درمانی زیر تحت نظر پزشک متخصص قرار گرفت .

کاهش طلاق

خانواده یکی از ارکان اساسی جامعه به شمار می رود و دست یابی به جامعه سالم آشکارا در گرو سلامت خانواده است ، در این میان طلاق از جمله آسیب ها و مشکلاتی است که سلامت جامعه را به خطر انداخته و مانع از پیشرفت آن می گردد.

طلاق آفتی اجتماعی و از مهمترین پدیده های حیات انسان تلقی شده و هیچ جامعه ای نمیتواند نسبت به آن بی توجه بماند. هیچ جامعه ای نمی تواند ادعای سلامت کند اگر از خانواده های استوار برخوردار نباشد. اگر جامعه ای به سویی افزایش طلاق پیش رود بدون هیچ شکی در آستانه بحران قرار دارد.

در این راستا وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی به دستور شورای عالی انقلاب فرهنگی و افزایش مدت کلاس های آموزشی زوجین در مرکز مشاوره هنگام ازدواج از 2 ساعت به 6 ساعت، با همکاری سازمان بهزیستی ، دادگستری و سازمان تبلیغات اسلامی در جهت کاهش طلاق و آسیب های اجتماعی با؛ آموزش زوجین با عناوین؛ مباحث روانشناسی، حقوق متقابل زوجین، احکام ، بهداشت و سلامت

باروری گام موثری برداشته است. امید است بتوانیم با استعانت از پروردگار متعال در جهت تحکیم و پایداری بنیان خانواده ها خدمات ارزنده ای ارائه نماییم.

برنامه ریزی زوجین برای فرزندآوری سالم

ورود هر فرزند به زندگی زوجین بایستی با آمادگی کامل جسمی و روانی والدین و با استقبال پرشکوه آنها همراه باشد .

هر زوجی که تصمیم دارد صاحب فرزندی شود باید از قبل به شرایط مناسب بچه دار شدن فکر کند، برنامه ریزی نماید، تحت مشاوره قرار بگیرد و در صورت لزوم مراقبتهای خاص را دریافت کند. اولین قدم در راه دستیابی به حفظ سلامت مادران و نوزادان دوردوران بارداری ارایه خدمات پیش از بارداری به زنان متمایل به بارداری می باشد.

در واقع فرزندآوری باید آگاهانه، آزادانه و مسئولانه باشد.