



مدرسه علمیه فاطمه الزهرا (سلام الله علیها) بم

فراخوان مسابقه گروهی رشد

موضوع:

ارتباط فرزندآوری با سلامت مادر

استاد راهنما:

سرکار خانم فاطمه زنداقطاعی

محققان:

مهدیه امامی

معظمه برجی

پاییز 1403

چکیده :

سلامتی به معنای نبودن بیماری و معلولیت نیست بلکه سلامتی در واقع عبارت است از آماده سازی فرد برای مطابقت با محیط زیست برای رسیدن به مقام قرب الهی؛ سلامتی مادران بر اساس نقش مهمی که در کانون خانواده ایفا می کنند از اهمیت به سزایی برخوردار است و یکی از راه هایی که به شدت با سلامتی روحی و جسمی مادر در ارتباط است فرزندآوری است .

این مقاله در صدد است که به ارتباط فرزندآوری با سلامت روحی و جسمی مادران به روش کتابخانه ای از نوع توصیفی، تحلیلی بپردازد. فرزندآوری اثرات زیادی در سلامتی مادران دارد که می توان به ارتباط فرزندآوری با سلامتی روحی مادر همچون افزایش امید، افزایش انگیزه ، بهتر شدن روابط زناشویی، افزایش اعتماد به نفس، کمال گرایی، نشاط و شادی، احساس ارزشمند بودن، سرمایه معنوی مادر، افزایش برکت، تقویت آرامش و محبت مادر، افزایش روابط اجتماعی و پیدا کردن دوست جدید عامل اهمیت و استحکام خانواده اشاره کرد و از ارتباط فرزندآوری با سلامت جسمی مادر به پیشگیری از سرطان سینه، پیشگیری از سرطان تخمدان، پیشگیری از ام اس، افزایش قدرت بازسازی سلول های کبدی و افزایش طول عمر اشاره کرد. پیشنهاد می شود برای کاهش جلوگیری از بیماری ها مادران بیشتر به مسئله فرزندآوری اهمیت بدهند.

کلید واژه: فرزندآوری، سلامت مادر، سلامت روحی، سلامت جسمی، ارتباط مادر و فرزند

مقدمه

سلامتی به معنای برخورداری از آسایش کامل، جسمی، روانی و اجتماعی، و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو، است؛ بنابراین در یک تعریف جامع می‌توان گفت سلامت کیفیتی از زندگی است که در آن فرد از سلامت جسمی، روانی - عاطفی خانوادگی - اجتماعی و معنوی برخوردار است. و تعریفی پویا و فرایندی دائماً در حال دگرگونی است که روز به روز بر دامنه مفهومی آن افزوده می‌شود و گستره وسیعی دارد. امروزه «سلامت و بهداشت به مثابه یک امر زیر بنایی و مهم و عامل اساسی و مؤثر در توسعه فردی، اجتماعی، فرهنگی، آموزشی و اقتصادی در همه جوامع مطرح است.^۱

جایگاه سلامتی بر دیگر نعمت‌ها چه به لحاظ علمی و چه از نگاه دینی از منزلت ویژه‌ای برخوردار است اگر مقدم بودن سلامتی نسبت به سایر امور اصالت نداشت این همه مورد تاکید واقع نمی‌شد. همانطور که می‌دانید مهم‌ترین نقش را در کانون خانواده مادر دارد نقش مادری مهم‌ترین نقشی است که خداوند متعال با اصول و مبانی دقیقی در وجود مادر قرار داده است که اگر این مهارت فراموش شود موجب مشکلاتی برای مادر و تزلزل کانون خانواده می‌شود پس سلامت مادر از جایگاه ویژه‌ای برخوردار است چون مادر با وجود سلامتی خود می‌تواند مهر و محبت، نشاط و شادی، صفا و صمیمیت را به بهترین نحو به خانواده تزریق کند پس سلامتی مادر نه تنها موجب سلامتی خانواده بلکه مساوی با سلامتی کل جامعه است. یکی از عواملی که باعث سلامتی مادر می‌شود و نبود آن سلامتی مادر را تا حد زیادی به خطر می‌اندازد مسئله فرزندآوری و وجود فرزند است. در جوامع امروزی که نگرش‌ها و باورهای افراد جامعه دستخوش تغییرات شگرفی شده که فرزندآوری را از یک ارزش به ضد ارزش تبدیل کرده و هر کسی در مورد تاثیر فرزند بر سلامتی مادر نظری دارد، بسیاری از زنان در حال حاضر فرزند را مخل سلامتی و

2. سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی، سلامت و بهداشت، ص 3 و 4

رفاه و آسایش خود می‌دانند اگر این نگرش و باور عوض نشود زنان به مرور دچار مشکلات روحی و فرسایش جسمی می‌شود. و آمار طلاق، افسردگی، خودکشی و سرطان‌ها در آن‌ها بالا می‌رود در رابطه با پیشینه تحقیق تاکنون مطالعاتی شده مثلاً مقاله سقوط فرزندآوری تا سونامی طلاق از صالح قاسمی، کتاب دانش خانواده و جمعیت از زهرا بیت‌اللهی، والدین دوفرشته جهان از محمد امین گلستانی و مبانی روانشناختی اندیشه فرزندآوری و مطلوب ترین رویکرد فرزندآوری از غلامعلی افروز که به طور اختصاصی به این مطلب پرداخته‌اند بلکه به صورت جزئی و گذرا اشاره‌ای به این نکته داشته‌اند ولی تاکنون تحقیق جامع و کاملی در مورد ارتباط فرزندآوری با سلامت مادر انجام نشده است که بنابر اهمیت و ضرورت تحقیق در این مقاله به این موضوع خواهیم پرداخت؛ زنان به دلیل شرایطی که در جامعه و زمانه خود می‌بینند و همچنین به خاطر ترویج فرهنگ و سبک زندگی غربی علاقه‌ای به فرزندآوری نشان نمی‌دهند و فرزندآوری را مخل سلامت خود می‌دانند از این رو مقاله پیش رو با استفاده از منابع کتابخانه‌ای به روش تحلیلی و توصیفی به بررسی ارتباط فرزندآوری با سلامت مادر پرداخته است که در اینجا دو پرسش مطرح شده است ارتباط فرزندآوری با سلامت روحی و ارتباط فرزندآوری با سلامت جسمی مادر چیست؟

1. سلامت

سلامت در لغت به معنای امن، بی خطر، از خطر جان سالم به درد بردن^۲، بی گزند شدن، بی عیب شدن^۳ دوری از هر آفتی^۴ است. سازمان بهداشت جهانی، سلامت را برخورداری از آسایش کامل، جسمی، روانی و اجتماعی، و نه فقط نداشتن بیماری و نقص عضو، می‌داند. بنابراین در یک تعریف جامع می‌توان گفت سلامت کیفیتی از زندگی است که در آن فرد از سلامت جسمی، روانی - عاطفی خانوادگی - اجتماعی و معنوی برخوردار است. و تعریفی پویا و فرایندی دائماً در حال دگرگونی است که روز به روز بر دامنه مفهومی آن افزوده می‌شود و گستره وسیعی

3. البعبکی، فرهنگ عربی - فارسی المورد، ص 609

4. دهخدا، لغت نامه دهخدا، ص 13712

5. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن کریم، ص 379

دارد. امروزه «سلامت و بهداشت به مثابه یک امر زیر بنایی و مهم و عامل اساسی و مؤثر در توسعه فردی، اجتماعی، فرهنگی، آموزشی و اقتصادی در همه جوامع مطرح است.^۵

سلامت جسمانی عبارت است از عدم ابتلا به بیماری، ناتوانی یا نقص عضو و توان انجام کار یا فعالیت بدون خستگی شدید.^۶

سلامت روانی عبارت است از توانایی و عدم اختلال برای مواجه شدن با وقایع روزمره و تعاملات زندگی اجتماعی، بدون مشکلات رفتاری، هیجانی یا ذهن.^۷

سلامت اجتماعی عبارت است از توانایی فرد برای تعادل مؤثر با مردم و محیط اجتماعی، لذت بردن و رضایت از روابط شخصی.^۸

راغب اصفهانی در مورد کلمه سلامت می‌گوید: «سلم و سلامت دوری از آفات ظاهری و باطنی است؛ چنان چه خداوند متعال فرموده: «إِذْ جَاءَ رَبُّهُ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ»^۹ که مراد دور بودن از فساد درونی است و همچنین در آیه «مُسَلِّمَةً لَا شَيْءَ فِيهَا»^{۱۰} دوری از عیوب ظاهری است.^{۱۱}

2. جایگاه فرزندآوری از دیدگاه اسلام

6. سازمان پژوهش برنامه ریزی آموزشی، سلامت و بهداشت، ص 3 و 4

7. اکبرپور، تربیت بدنی و سلامت جسمانی، ص 68

8. همان

9. همان

10. سوره صافات، آیه 84

11. سوره بقره، آیه 74

12. راغب اصفهانی، مفردات الفاظ قرآن کریم، ص 379

از علت های آن ساپورت عاطفی و مراقبتی فرزندان از والدین می باشد. مطالعه جدید نشان می دهد داشتن فرزند به افزایش طول عمر کمک می کند.

به گزارش مهر، محققان سوئدی دریافته اند داشتن نقش والدین به روند تاخیر افتادن مرگ ناشی از افزایش سن کمک می کند و افرادی که پدر و مادر هستند بیش از افراد بدون فرزند عمر می کنند؛ نتایج بدست آمده نشان داد، خطر مرگ، صرف نظر از داشتن یا نداشتن فرزند، با افزایش سن بیشتر می شود؛ اما پس از محاسبه عوامل تأثیرگذار مشخص شد که امید به زندگی در بین افراد صاحب فرزند بیشتر از افراد بدون فرزند بود.

افرادی که دارای پیوندهای خانوادگی محکم تری هستند، بیشتر به پزشک مراجعه می کنند، فعال تر بوده و از سوی اعضای خانواده خود مورد مراقبت و توجه قرار می گیرند.

دکتر مودیگ تأکید می کند فرزند دار شدن با افزایش طول عمر والدین در ارتباط است. حمایت فرزندان از والدین در دوره سالمندی، اهمیت ویژه ای در سلامت و طول عمر آنها ایفا می کند. در دوره سالمندی، استرس والدین کاهش یافته و به جای آن، پدر و مادر می توانند از مزایای حمایت اجتماعی از سوی فرزندان خود برخوردار شوند. لذا برخی افراد تصور می کنند که بچه دار شدن در اواخر زندگی و در سنین بالا موجب می شود که انرژی لازم برای پرورش کودک را نخواهند داشت یا بدتر از آن در رویدادهای مهم زندگی آنها مانند ازدواج یا نوه دار شدن حضور نخواهند داشت. در حقیقت، مطالعات نشان داد زنانی که پس از ۳۳ سالگی بچه دار می شوند، دو برابر بیشتر از زنانی که آخرین فرزند خود را قبل از ۳۰ سالگی به دنیا می آورند زندگی می کنند و این نکته قابل تأمل است.^{۵۰}

نتیجه گیری

با توجه به مطالبی که گفته شد فرزندآوری فرایندی مهم و با ارزشی است که اولاً همسو با فطرت زنان بوده و ثانیاً نقش بسیار زیادی در سلامت روحی و جسمی مادر ایفا می‌کند و آن حس خوب نشاط و شادی و مهر و محبتی که یک مادر با وجود فرزند خود به دست می‌آورد زنانی که فرزند ندارند از آن بی‌بهره هستند و این از الطاف خداوند حکیم است که به هر موجودی آنچه را که با فطرت او سازگاری دارد عنایت کرده است .

ابراز ناخوشایندی از فرزندآوری به طور نسبی ناشی از تبلیغات سوء رسانه‌های غربی در نتیجه تغییر نگرش و باور زنان، عدم آگاهی زنان از ارتباط فرزندآوری با سلامت آنان و تغییر سبک زندگی آنها است. فرزندآوری تاثیرات مثبت زیادی به لحاظ روحی و جسمی برای مادران دارد که می‌توان به افزایش روحیه امید و انگیزه، بالا رفتن نشاط و شادی، افزایش اعتماد به نفس، پیشگیری از سرطان سینه، پیشگیری از سرطان تخمدان، پیشگیری از ام اس، پیشگیری از پوکی استخوان، جوان شدن مغز و حافظه و... اشاره کرد .

با توجه به ارتباط فرزندآوری با سلامت مادر می‌توان گفت که آثار مثبت فرزندآوری برای سلامت مادر بسیار بیشتر از اثرات احتمالی و کاذبی است که برخی برای فرزندآوری بیان می‌کنند بنابراین مادران با وجود فرزند نه تنها می‌توانند سلامتی جسمی خود را حفظ کنند بلکه با بهره‌مندی از پاداش‌هایی که خداوند متعال برای فرزندآوری قرار داده از سلامتی روحی و معنوی نیز برخوردار می‌شوند.

منابع

1. قرآن

2. آیت اللهی، زهرا، دانش خانواده و جمعیت، دفتر نشر معارف، قم، 1399

3. افروز، غلامعلی، مبانی روانشناختی اندیشه فرزندان آوری و مطلوب ترین رویکرد فرزندان آوری، انتشارات دانشگاه تهران، 1399

4. اکبرپور، محسن، تربیت بدنی و سلامت جسمانی، مرکز بین المللی ترجمه و نشر المصطفی، قم، 1393

5. بعلبکی، روحی، فرهنگ عربی-فارسی المورد، انتشارات امیر کبیر، تهران، 1385.

6. پاینده، ابوالقاسم، نهج الفصاحه، دنیای دانش، تهران، 1382

7. حرعاملی، تفصیل وسائل الشیعه، ج 21، موسسه آل البيت (علیهم السلام) لاحیا التراث قم المشرقه، قم، 1374

8. دهخدا، علی اکبر، لغت نامه دهخدا، انتشارات روزنه، تهران، 1377

9. راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات الفاظ قرآن کریم، انتشارات نوید اسلام، قم، 1392

10. سازمان پژوهش و برنامه ریزی آموزشی، سلامت و بهداشت، شرکت چاپ و نشر کتابهای درسی ایران، تهران، 1397

11. کلینی، محمد بن یعقوب، کافی، ج 6، دارالکتب الاسلامیه، تهران، 1367

12. گلستانی، محمدامین، والدین دوفرشته جهان، سپهرآذین، قم، 1386

13. علا الدین علی بن حسام، کنز العمال فی سنن الاقوال والافعال، جلد ۱۶، موسسه الرساله، بیروت

14. قمی، شیخ عباس، مفاتیح الجنان، دعای امام حسین در روز عرفه، انتشارات اسوه، تهران، 1381

15. قاسمی، صالح، مقاله سقوط فرزند آوری تاسونامی طلاق

16. طبرسی، حسن بن فضل، مکارم الاخلاق، جلد 1، ص 219

17. محتوای مشاوره فرزندآوری ویژه ارائه دهندگان خدمت، مرکز جوانی جمعیت، سلامت خانواده و مدارس

18. مجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، جلد ۱۰۱، انتشارات کتاب نشر، تهران، 1392

سایت ها

magiran.com.1

hawzah.net.2

razavi.ir.3

irna.ir.4

tasnimnews.com.5

vista.ir.6

darmankade.com.7

<https://www.asriran.com/fa/amp/news/531092>.8

<https://ejtemaey.ir/fa/node/966>.9

hadith.net.10

razavi.ir/fa.11

<http://kayhan.ir>.12

seraj24.ir. 13

14. خبرگذاری تحلیلی ایران، بچه دارشدن اعتماد به نفس زنان را افزایش می دهد، 1389

15. خبرگذاری صدا و سیما، 1402/06/03

16. مجله ویستا، یکشنبه، ۳۰ اردیبهشت، ۱۴۰۳

