

دوران بارداری ، دورانی است که نه تنها برای زنان بلکه برای مردان نیز ویژگی های خاص خود را دارد . مردان طی نه ماه بارداری همسرانشان نیاز به آمادگی دارند . لذا ما هم در کلاس های آموزشی مادران باردار زمانی را برای آماده سازی پدران برای آشنایی نقش خودشان در مراقبت های بارداری همسرشان آشنا سازیم .

نقش مردان در دوران بارداری چیست ؟

مردان لنگرگاه یک کشتی هستند که باید به همسر خود اطمینان و امنیت ببخشند . آن ها باید به همسری که تمام توجهش به خود و جنین درون رحمش جلب شده کمک کنند تا ارتباطش را با دنیای اطراف حفظ کند . احترام گذاشتن ، صبر کردن و حضور همیشگی بهترین کاری است که هر مردی طی دوران بارداری می تواند برای همسرش انجام دهد .



۱

در دوران بارداری ، زایمان و با ورود نوزاد به خانه ، مردان همانند پروانه دور همسرشان می گردند. شاید تنها چیزی که طی سال های اخیر تغییر کرده ، غرق شدن بیش از حد مردان در دنیای کار و بی توجه شدن به تربیت کودک است . آن ها پس از فارغ شدن همسرشان عادات سابق را پیش می گیرند و هیچ تغییری در ساعات کار خود نمی دهند و گمان می کنند که تنها مادر وظیفه تربیت فرزند را بر عهده دارد. در حالی که برای داشتن یک فرزند سالم از نظر روحی ، به تربیت هر دونفر نیاز است و کودک باید نقش پدر و مادر را به خوبی در زندگی خود احساس کند .

وظایف مرد در دوران زایمان :

حضور مرد در کنار همسر باردارش به او احساس امنیت خاطر می بخشد . به این ترتیب زن می داند کسی هست که پس از فارغ شدن انتظارش را بکشد و کلمات محبت آمیز بگوید . نوازش های همسر در دوران بارداری تاثیر بسیاری دارد .

۲

مردان می توانند با انجام این کار ها بیشتر خود را در

این دوران سهیم بدانند:

- همراه همیشگی او باشید.
- در طرح ریزی مراقبت از نوزاد کمک کنید.
- آموختن و یادگیری را فراموش نکنید.

آیا در دوران بارداری کسی می تواند جای مرد را برای

زن پر کند؟

هیچکس ، حتی وابستگان نزدیک نمی توانند امنیتی را که یک مرد با حضورش به همسرش می دهد ، به او بدهد.



۳



بیمارستان فرمانیه

دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

نقش همسر در دوران بارداری



تاریخ تدوین : بهار ۹۰

تاریخ بازنگری : ۱۴۰۰

تاریخ بازنگری بعدی : ۱۴۰۳

« تهیه و تنظیم : واحد آموزش »

Code : FH-Pam:9-82

با آرزوی سلامتی و موفقیت

نقش مرد در دوان شیردهی مادر :

مرد با حضورش در تمامی لحظات شیردهی ، عوض کردن کودک ، خواباندن و ... ، می تواند حس امنیت را به همسرش منتقل کند . زن بخاطر زن بودنش نباید تمامی وظایف را به دوش بکشد . مرد می تواند طی این دوران رابطه جدیدی را با همسرش ایجاد کند .

نکته مهم برای پدر شدن

تمامی وقایع زندگی را طی این نه ماه مزه مزه کنید ، زیرا پدر شدن یکی از مهم ترین ، بزرگترین و زیباترین اتفاقاتی است که بعد از تقسیم قلب با همسر ، برای هر مردی رخ می دهد.

