

تنظیم خانواده

اینطاب آن
بانتخبید مادرو کودک



امروز عقایدی که در گذشته راجع بداشتن
تعداد فرزندان زیاد معمول بود ، مردود
شناخته شده است مردم در گذشته بعلل زیر
میخواستند فرزندان بیشتری داشته باشند :

- ۱- قدرت ودوام خانواده
- ۲- نیروی انسانی بیشتر برای کارودرآمد
- ۳- سرپرستی والدین بهنگام پیری یا
درماندگی
- ۴- بدست آوردن ثروت از طریق خانواده
عروس یا داماد
- ۵- جمعیت بیشتر برای داشتن کشور

نیرومندتر

همانطوریکه میدانیم سابقا همیشه تلفات

و اقتصادی مواجهه با مشکلاتی میشوند و نمی-
توانند از مزایای زندگی بهره مند شوند در
نتیجه رفاه و آسایش از آنان سلب میشود .

ایجاد فواصل بین باروری و بدی تغذیه:

موضوع مهمی که در خانواده‌های پراولاد
بچشم میخورد اینست که کودکان آنها با
فاصله‌های کمی بدنیا می‌آیند این امر موجب
بدی تغذیه نزد کودکان و مادران میشود گاهی
دختران پس از اینکه برشد و تکامل بدنی
خود برسند ازدواج میکنند در نتیجه ممکن
است تا آخر عمر خود مبتلا به بدی تغذیه
شوند ، حاملگیهای مکرر و شیردادن طولانی
بدن آنها را روز بروز ضعیف‌تر میکند و آنان
گرفتار بیماریهای تغذیه از جمله کم خونی
ناشی از آهن میشوند .

مادرانی که حاملگیهای پشت سرهم دارند
کودکان آنها هنگام تولد وزن بدنشان کمتر
از معمول بوده یعنی ذخیره غذایی در بدن
اینگونه نوزادان خیلی کم خواهد بود در
نتیجه خیلی برشد و نمو آینده آنان وارد
خواهد آمد بهتر است فاصله بین تولد
کودکان حداقل ۳ سال باشد زیرا اگر غیر از
این باشد امکان زیادی هست که کودکان
دچار بیماریهای ناشی از کمبود پروتئین و
کالری شوند .

کودکان در خانواده‌ها زیاد بود و این نبودن
بهداشت محیط و عدم مراعات بهداشت
شخصی و واکسیناسیون و بالاخره خدمات
درماتی و بهداشتی بوده است تقریباً میتوان
گفت نصف کودکان قبل از اینکه بسن بلوغ
برسند از بین می‌رفتند ولی با پیشرفت علوم
و فنون بهداشتی و پزشکی تلفات کودکان به
مراتب کمتر از گذشته شده است و طبیعت
محاسباتی که بعمل آمده اگر ازدیاد جمعیت
کشور ما با سرعت فعلی پیش برود پس از ۲۳
سال جمعیت کشور دو برابر خواهد شد یعنی
در حدود ۶۰ میلیون نفر .

دراکثر مناطق ازدیاد محصولات کشاورزی
با ازدیاد جمعیت هیچ نوع هماهنگی
و تناسبی ندارد (این موضوع دراکثر کشورها
صدق میکند) حتی کشورهایی که تا مدتی
قبل مازاد محصولات کشاورزی خود را صادر
میکردند امروز ناچارند هرساله مقدار قابل
ملاحظه‌ای مواد غذایی بکشورشان وارد کنند
در اغلب نقاط دنیا محصولات پروتئینی
نقصان پیدا کرده است (مانند تخم مرغ
شیر ، گوشت ، پنیر) در نتیجه غذایی
روزانه مردم از لحاظ تغذیه نا متعادل شده
است و بیماریهای حاصل از سوء تغذیه افزایش
یافته است .

یکی از نتایج ناگوار ازدیاد جمعیت اینست
که با تمام کوششها و فداکاریهایی که وسیله
دولتها بعمل می‌آید مردم از لحاظ اجتماعی

تنظیم خانواده و نیازهای تغذیه :

از نظر تغذیه تنظیم خانواده ضروری است زیرا هم ایجاد فاصله بین کودکان مهم است و هم اینکه بطور غیر مستقیم رشد جمعیت نقصان مییابد .

تغییرات فکری که امروزه در جوامع بشری بوجود آمده و پیشرفتی که در وسائل جلوگیری از حاملگی حاصل شده است امکان اجرای تنظیم خانواده را در جوامع عملی ساخته است . روشهای جلوگیری از حاملگیهای نا-خواسته مانند استفاده از رشته پلاستیکل (آبودی) و قرص تحول بزرگی در برنامههای تنظیم خانواده ایجاد کردهاند زیرا این وسائل ارزان و مورد قبول زنان است و بخصوص آنکه هیچگونه ناراحتی در ارتباط جنسی ایجاد نمیکند .

اکنون در اغلب ممالک برنامه تنظیم خانواده بخوبی پیشرفت میکند و این برنامه در سیاستهای حکومتی آنان گنجانیده شده است .

ولی مناسبانه مناطقی هستند که هنوز بظرات ازدیاد جمعیت آگاهی کافی ندارند و تصور میکنند اگر محصولات غذایی خود را بیشتر کنند و پیشرفتهائی در تکنولوژی بدست آورند خواهند توانست که رفاه و آسایش بیشتری برای مردم خود فراهم کنند در صورتیکه این کار با سرعت ازدیاد جمعیت امکان نخواهد داشت ، در واقع تمام این اقدامات وقتی موثر و مفید واقع خواهد شد که نوام با برنامههای تنظیم خانواده باشد .



بهداشت و تنظیم خانواده برای سلامت
ورفاه کودکان :

سلامت کودک جدا از سلامت مادر نیست
بعبارت دیگر تندرستی کودک بستگی کامل
به تندرستی مادر دارد ، بنابراین حفظ و
نامین سلامت کودک که نسل آینده ما خواهد
بود ناچاریم از مادران به هنگام بارداری
نهایت درجه مواظبت کنیم اگر مادری در
زمان بارداری ضعیف و نحیف باشد طفل او
در دوره جنینی و در وقت تولد ضعیف خواهد
بود ، علاوه مادر ضعیف قادر نیست از
نوزاد و طفل خود نگهداری کند و اگر زمان و
فاصله بین بارداری های مادر کم باشد مادر
بمراتب ضعیف تر شده و خیلی مشکل میتواند
آطوریکه شایسته است از کودکان خود
مواظبت کند . بقیه در شماره آینده

