

باورهای آنان مشکل است. برای ارائه خدمات موثر و کارآمد به زنان باردار توجه به باورهای مذهبی و فرهنگی و اجتماعی آنان (جهت کمک به تصمیم‌گیری برای روزه‌داری) بسیار مهم است. واژه‌های کلیدی: روزه، ماه رمضان، بارداری، باور، مسلمان

### ۱۰۹- زایمان، شیردهی و فشارخون مادری

نویسندگان: فرح فیروزه (کارشناس ارشد مامایی - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد) نازنین کریم‌آباده (کارشناس ارشد تغذیه - عضو هیئت علمی دانشگاه آزاد اسلامی واحد نجف آباد)

مقدمه و هدف:

حاملگی و شیردهی تغییرات زیادی در الگوی هورمونی زن ایجاد میکند همبستگی زیادی بین این حوادث و خطر بیماریهای قلبی از سال ۱۹۵۰ میلادی گزارش شده و مطالعات بیشتری اخیراً ارتباط بین شیردهی و سلامت قلبی عروقی مادر را نشان داده است. ارتباط بین حاملگی و هیپرتانسیون در اواخر زندگی نامشخص باقی مانده. مطالعات اولیه در این زمینه همراهی بین افزایش تعداد حاملگی و شانس کمتر ابتلا به هیپرتانسیون را نشان میدهد. این مقاله یک مقاله مروری است که هدف آن تعیین همراهی بین پاریتی و شیردهی با فشارخون بالای مادر در دهه‌های آخر زندگی میباشد و با استفاده از مقالات منتشره در سایتهای مختلف اینترنتی استخراج و مورد بررسی قرار گرفته است.

شرح مقاله:

مطالعه‌ای کوهورت در استرالیا توسط لاپتن و همکاران بین سالهای ۲۰۰۶ تا ۲۰۰۹ که بر روی ۷۴۷۸۵ زن بیش از ۴۵ سال انجام شد. در این مطالعه ۸۵/۸ درصد زنان زایمان داشتند که از این تعداد ۸۸/۹ درصد شیردهی داشته‌اند. ۱۶/۷ درصد تحت درمان فشارخون بالا بودند. مادرانی که سابقه شیردهی داشتند در مقایسه با زنانی که هرگز زایمان نداشتند، شانس کمتری برای ابتلا به فشارخون بالا داشتند ( $P < 0.001$ ). در حالیکه شانس ابتلا به هیپرتانسیون برای مادران غیر شیرده و مادران نولی پار تفاوت قابل ملاحظه‌ای نداشته است ( $P = 0.195$ ). بر اساس سن فعلی زنان زایمان کرده هیچ ارتباطی بین تعداد کودکان متولد شده و بالا رفتن فشارخون مشاهده نشد. ارتباطی مشخص بین مدت زمان شیردهی در طول زندگی و بالا رفتن فشارخون دیده شد. شیردهی به مدت ۶ ماه یا بیشتر با شانس کمتر ابتلا به فشارخون بالا همراه بود (در زنان ۴۵ تا ۶۴ سال). کمترین شانس بالا رفتن فشارخون در زنان ۴۵ تا ۶۴ سالی دیده شد که ۲۴ ماه یا بیشتر در طول زندگی شیردهی داشتند.

در بررسی که توسط انجمن رژیم غذایی آمریکا انجام شد مشخص گردید شیردهی فشارخون مادر را قبل، حین و بعد از شیردهی پائین می‌آورد. بنظر میرسد اکسی‌توسین مترشحه در طول شیردهی مسئول این تاثیر باشد.

مطالعه‌ای که در ژاپن توسط ابینا و کاشیواکورا بین سالهای ۱۹۹۸ تا ۲۰۰۷ انجام شده نشان داد که شیردهی در مقایسه با سایر روشهای تغذیه (شیرمادر و شیرخشک مخلوط - شیرخشک به تنهایی) موجب کاهش فشارخون سیستمیک مادر در یک ماه اول بعد از زایمان می‌شود.

نتیجه‌گیری و بحث:

در مطالعات قبلی ارتباط بین زایمان و بالا رفتن فشارخون قابل بحث نیست، برخی این ارتباط را نشان نداده و برخی مطالعات ارتباط بین کاهش شانس بالا رفتن فشارخون با افزایش تعداد حاملگی را نشان داده‌اند. اکثر مطالعات اخیر ارتباط بین سابقه زایمان در زن، شیردهی و طول مدت شیردهی را با کاهش احتمال ابتلا به بالا رفتن فشارخون را نشان داده‌اند.

در نتیجه زنان باید به شیردهی هر چه طولانی‌تر که ممکن است تشویق شوند و زمانی که از نظر احتمال ابتلا به فشارخون بالا در دهه‌های آخر زندگی مورد ارزیابی قرار میگیرند شرح حال شیردهی هم گنجانده شود.

کلمات کلیدی: شیردهی - فشارخون بالا - زایمان - زن - بیماریهای قلبی عروقی