

دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی ایلام

دانشکده پرستاری و مامایی

فرم طرح درس : ... بهداشت مادر و کودک و تنظیم خانواده ..... نوع واحد : نظری

میزان واحد : ۴ دوره تحصیلی: ترم پنجم کارشناسی مامایی

نیمسال و سال تحصیلی : نیمسال اول ۸۹-۸۸

مدرس : خانم غیائی

### اهداف کلی :

۱- کسب اطلاعات کامل در زمینه تازه هایی از بهداشت و تنظیم خانواده ، مهارت در اجرا و تجویز روشهای مختلف علمی در برنامه ریزی و اجرای روشهای مختلف پیشگیری از بارداری ناخواسته .

۲- آشنایی با امور جمعیتی و شاخصهای بهداشتی مربوطه.

۳- تشخیص نیازها و اولویتها ، برنامه ریزی براساس فرآیند آموزش بهداشت ، مدیریت ، و پیگیری برنامه های بهداشتی بصورت انفرادی یا گروهی بمنظور آموزش به مادر و افراد خانواده و جامعه .

۴- آشنایی با مامایی جامعه نگر ، ارزیابی جامعه و کشف مشکلات سیستم و جامعه و حل آن ، برقراری ارتباط صحیح با همکاران تیم بهداشتی و کار گروهی و ارتباط با مردم .

عنوان درس

تعداد جلسه یا واحد درسی

رئوس مطالب	اهداف رفتاری (دانشجو پس از پایان ترم درس قادر خواهد بود	حیطه	طبقه	روش ارائه درس	وسيله کمک آموزشی	تاریخ جلسه	ارزشیابی و فعالیتهای تکمیلی دانشجو
<p>۱- تعریف بهداشت مادر و کودک ، اهمیت ، گروه ، هدف</p> <p>۲- مراقبتها و خدمات قبل از بارداری</p>	<p>اهمیت بهداشت مادر و کودک را بیان نماید اصول بهداشت مادران را شرح دهد</p>	شناختی	ادراک	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	اورهد، وایت بورد ، مازیک ، ویدئو پروژکتور	جلسه اول	حضور منظم و فعال در کلاس
		شناختی	ادراک				
<p>۳- مراقبتها و خدمات دوران بارداری</p>	<p>عوامل موثر در بهبود وضع ازدواج را بیان کند کلاسهای مشاوره قبل از ازدواج را نام ببرد حیطه های بهداشت روانی ازدواج را بیان کند بهداشت قبل از حاملگی را تعریف کند اهداف مشاوره قبل از حاملگی را بیان کند اقداماتی که در یک مشاوره قبل از حاملگی انجام می شود را شرح دهد</p>	شناختی	دانش	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	اورهد، وایت بورد ، مازیک ، ویدئو پروژکتور	جلسه دوم و سوم	مشارکت در بحث علمی
		شناختی	دانش				
		شناختی	دانش				
		شناختی	ادراک				
		شناختی	ادراک				
		شناختی	ادراک				
<p>۳- مراقبتها و خدمات دوران بارداری</p>	<p>مراحل مراقبتهای دوران بارداری را نام ببرد اهداف مراقبتهای دوران بارداری را شرح دهد مادرانی را که نیاز به مراقبتهای تغذیه ای دارند را نام ببرد زمانهای ملاقاتهای دوران بارداری را نام ببرد اقداماتی که در هر مراقبت دوران بارداری انجام می شود را توضیح دهد علائم خطر در بارداری را نام ببرد مادران بارداری که نیاز به مراقبت ویژه دارند را بشناسد</p>	شناختی	دانش	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	اورهد، وایت بورد ، مازیک ، ویدئو پروژکتور	جلسه چهارم و پنجم	ارزشیابی های دوره ای آزمون میان ترم و پایان ترم
		شناختی	ادراک				
		شناختی	دانش				
		شناختی	تجزیه و تحلیل				
		شناختی	دانش				
		شناختی	دانش				
شناختی	قضات						

<p>حضور منظم و فعال در کلاس مشارکت در بحث علمی ارزشیابی های دوره ای</p>	<p>جلسه ششم</p>	<p>اورهد، وایت بورد، ماژیک، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی، پرسش و پاسخ</p>	<p>ادراک دانش ادراک ادراک</p>	<p>شناختی شناختی شناختی شناختی</p>	<p>اهداف مراقبتهای بعد از زایمان را بیان کند زمانهای مراقبت پس از زایمان را بداند اقداماتی که در هر مراقبت پس از زایمان انجام می شود را توضیح دهد عوارض دوران پس از زایمان را شرح دهد</p>	<p><b>۴- مراقبتهای حین و پس از زایمان</b></p>
<p>آزمون میان ترم و پایان ترم</p>	<p>جلسه هفتم و هشتم</p>	<p>اورهد، وایت بورد، ماژیک، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش ادراک دانش دانش تجزیه و تحلیل</p>	<p>شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی</p>	<p>مرگ مادر را تعریف کند انواع مرگ مادر را توضیح دهد علل مرگ مادر را نام ببرد عوامل موثر در مرگ مادر را بیان کند راهکارهای کاهش مرگ مادر را شرح دهد</p>	<p><b>۵- میزانهای مرگ مادران</b></p>
<p>// // //</p>	<p>جلسه هشتم</p>	<p>اورهد، وایت بورد، ماژیک، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی، پرسش و پاسخ</p>	<p>ادراک ادراک</p>	<p>شناختی شناختی</p>	<p>خصوصیات نوزاد طبیعی را شرح دهد اهداف مراقبت از نوزاد را بیان کند</p>	<p><b>۶- نوزاد طبیعی، ویوگی ها</b></p>
<p>// // //</p>	<p>جلسه هشتم و نهم و دهم</p>	<p>اورهد، وایت بورد، ماژیک، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش دانش ادراک دانش تجزیه و تحلیل کاربرد</p>	<p>شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی</p>	<p>نوزاد نارس را تعریف کند علل تولد پره ترم را نام ببرد چند عامل مرتبط با محدودیت رشد داخل رحمی را بیان کند وزن کم هنگام تولد را تعریف کند عواقب وزن کم هنگام تولد را شرح دهد نحوه پیشگیری از وزن کم هنگام تولد را بداند</p>	<p><b>۷- نوزاد نارس BW I.U.G.R</b></p>
<p>// // //</p>	<p>جلسه نهم و دهم</p>	<p>اورهد، وایت بورد، ماژیک، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی، پرسش و پاسخ</p>	<p>ادراک ادراک ادراک</p>	<p>شناختی شناختی شناختی</p>	<p>فرمول میزان مرگ شیرخواران را بیان کند علل مرگ شیرخواران و کودکان را توضیح دهد عوامل تاثیر گذار بر مرگ کودکان و شیرخواران را شرح دهد</p>	<p><b>۸- میزانهای مرگ نوزادان و کودکان</b></p>

۹- تغذیه با شیر  
مادر ، تغذیه تکمیلی

چند مزیت شیر مادر را بیان کنید  
عوامل مرتبط با تولید و ترشح شیر مادر را شرح دهد  
راهکارهای افزایش موفقیت شیردهی را توضیح دهد  
موارد منع شیردهی با شیر مادر را نام ببرد  
تفاوت شیر مادر با شیر گاو را بیان کند  
خصوصیات غذای کمکی را بداند  
اصول تغذیه تکمیلی را بگوید

۱۰- رشد و تکامل ،  
نمودار رشد

رشد و تکامل را تعریف کند  
عوامل موثر بر رشد و تکامل کودک را بیان کند  
میزان رشد طبیعی را در فواصل مراقبتی بداند  
نکات برجسته تکاملی در هر ماه را توضیح دهد  
نمودار رشد یا جاده سلامتی را تعریف کند  
پایش رشد را تعریف کند  
منحنی های مرجع را شرح دهد

۱۱- مراقبتها از کودکان  
سنین قبل از مدرسه

اهداف مراقبت سنین قبل از مدرسه را بیان کند  
مراقبتهای مربوط به سنین قبل از مدرسه را توضیح دهد

سوء تغذیه را تعریف کند  
عوامل مرتبط با سوء تغذیه را شرح دهد  
انواع سوء تغذیه را نام ببرد  
راهکارهای کاهش سوء تغذیه را بیان کند

مشارکت در بحث علمی ارزشیابی های دوره ای	جلسه یازدهم	اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	ادراک ادراک ادراک دانش دانش ادراک ادراک	شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی	
شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای	جلسه دوازدهم و سیزدهم	اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	ادراک دانش ادراک تجزیه و تحلیل دانش دانش ادراک	شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی شناختی	
شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای	جلسه چهاردهم و پانزدهم	اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	ادراک ادراک	شناختی شناختی	
شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای	جلسه پانزدهم	اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور	سخنرانی ، پرسش و پاسخ ، بحث	دانش ادراک تجزیه و تحلیل دانش	شناختی شناختی شناختی شناختی	

<p>شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای</p> <p>جلسه شانزدهم</p> <p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی ، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش ادراک</p> <p>//</p> <p>دانش ادراک</p> <p>دانش ادراک</p>	<p>شناختی</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p>	<p>۱۲- کلیات اکولوژی انسانی ( تعریف، قلمرو مطالعات و مسائل مطروحه در اکولوژی انسانی ، محیط ، زیست انسانی ) محیط اجتماعی انسان ( تعریف جامعه ، اجتماع و جمعیت با تاکید بر اهمیت و نقش خانواده و خانوار در بافت و ساخت اجتماعی )</p> <p>۱۳- کلیات جمعیت شناختی ( جمعیت و ساختار جمعیت ، روند تغییر و اثرات آن بر رشد و توسعه اجتماعی اقتصادی و فرهنگی )</p> <p>سیاستهای جمعیتی و تنظیم خانواده</p>	<p>۱۲- کلیات اکولوژی انسانی ( تعریف، قلمرو مطالعات و مسائل مطروحه در اکولوژی انسانی ، محیط ، زیست انسانی ) محیط اجتماعی انسان ( تعریف جامعه ، اجتماع و جمعیت با تاکید بر اهمیت و نقش خانواده و خانوار در بافت و ساخت اجتماعی )</p> <p>۱۳- کلیات جمعیت شناختی ( جمعیت و ساختار جمعیت ، روند تغییر و اثرات آن بر رشد و توسعه اجتماعی اقتصادی و فرهنگی )</p> <p>سیاستهای جمعیتی و تنظیم خانواده</p>
<p>شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای</p> <p>جلسه هفدهم</p> <p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی ، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش ادراک</p> <p>دانش ادراک</p> <p>دانش ادراک</p> <p>دانش ادراک</p>	<p>شناختی</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p>	<p>تنظیم خانواده را با % ۲۰ درصد خطا تعریف کند. اهداف برنامه های تنظیم خانواده را در ۷ مورد برشمارد . نحوه برقراری ارتباط با زن و خانواده را با % ۲۰ درصد خطا بنویسد. انواع روشهای پیشگیری از بارداری را در ۵ مورد برشمارد. هر کدام از روشهای ضد بارداری را ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) با % ۲۰ خطا بیان کند. یک مورد از تازه های روش پیشگیری از بارداری را بنویسد.</p>	<p>۱۴- بهداشت و تنظیم خانواده تعریف تنظیم خانواده و تعریف نکات اساسی در تنظیم خانواده اهداف برنامه های و اثر آن بر بهداشت خانواده ، مرگ و میر مادران و کودکان جوانب روانی و اجتماعی و اقتصادی و فرهنگی ، مذهبی تنظیم خانواده راهنمای های لازم قبل و بعد از ازدواج در رابطه با تنظیم خانواده تاریخچه پیشگیری از بارداری</p>
<p>شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای</p> <p>جلسه هجدهم و نوزدهم</p> <p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی ، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش کاربرد</p> <p>دانش کاربرد</p> <p>دانش کاربرد</p> <p>دانش کاربرد</p>	<p>شناختی</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p> <p>//</p>	<p>انواع قرصها را برشمارد. اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با % ۲۰ خطا توضیح دهد. روشهای تزریقی را برشمارد. اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با % ۲۰ خطا توضیح دهد. روشهای کاشتنی را توضیح دهد. اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با % ۲۰ خطا توضیح دهد.</p>	<p>۱۵- انواع روشهای مختلف پیشگیری از بارداری : روشهای خوراکی و انواع قرصها ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) روشهای تزریقی و انواع قرصها ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) روشهای کاشتنی و انواع قرصها ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض )</p> <p>۱۶- روشهای کاشتنی و انواع قرصها ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض )</p>

<p>شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای</p>	<p>جلسه بیستم</p>		<p>سخنرانی ، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش کاربرد اجرای مستقل</p>	<p>شناختی شناختی روان حرکتی</p>	<p>- انواع روشهای داخل رحمی با IUD ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) تکنیک کارگزاری IUD - اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. - یک بار IUD را با استفاده از ماکت با ۲۰٪ در کلاس کارگزاری کند.</p>	<p>انواع روشهای داخل رحمی با IUD ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) تکنیک کارگزاری IUD</p>
<p>شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای</p>	<p>جلسه بیست و یکم</p>	<p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی ، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش ادراک</p>	<p>شناختی شناختی شناختی</p>	<p>- انواع کاندومها را برشمارد.. - اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. - روشهای جراحی پیشگیری از بارداری را بیان کنید. - اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. <b>دیافراگم و کلاهک را با ۲۰٪ خطا بنویسد.</b></p>	<p><b>۱۷- انواع کاندومها</b> (اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) <b>۱۸- روشهای جراحی پیشگیری از بارداری</b> ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) <b>دیافراگم و کلاهک</b> ( اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض ) <b>کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض</b> <b>- جاگذاری دیافراگم و کلاهک</b></p>
<p>شرکت فعال در بحث علمی و ارزشیابی های دوره ای</p>	<p>جلسه بیست و دوم</p>	<p>اورهد، وایت بورد ، ماژیک ، ویدئوپروژکتور</p>	<p>سخنرانی ، پرسش و پاسخ</p>	<p>دانش ادراک</p>	<p>شناختی // // // // // // // // // // // // // // //</p>	<p>انواع اسپرمیسیدها را برشمارد. اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. روشهای طبیعی پیشگیری از بارداری را برشمارد. اندیکاسیون ، کنترا اندیکاسیون ، مکانیسم اثر و عوارض آنها را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. آموزش بهداشت را با ۲۰٪ خطا تعریف کند. اهداف آموزش بهداشت را با ۲۰٪ خطا بیان کند. اصول و مبانی آموزش بهداشت را رد ۵ مورد نام ببرد. فرایندهای آموزش بهداشت را با ۲۰٪ خطا بنویسد. فرایند آموزش بهداشت را برای اجرای یک برنامه آموزش به مادر باردار را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. فرایند آموزش بهداشت را برای اجرای یک برنامه آموزش به مادر شیرده را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. فرایند آموزش بهداشت را برای اجرای یک برنامه آموزش به مادر جهت مراقبت از نوزاد با ۲۰٪ خطا توضیح دهد. فرایند آموزش بهداشت برای جامعه و خانواده نحوه مدیریت و گرداندگی برنامه بهداشتی نقش مدیریت در برنامه ریزی و اجرای برنامه های بهداشتی ارزشیابی و پیگیری از برنامه های بهداشتی</p>	<p><b>۱۹- آموزش بهداشت :</b> اهداف ، فلسفه آموزش بهداشت - مبانی و اصول آموزش بهداشت - فرایندهای آموزش بهداشت - فرایندهای آموزش بهداشت برای اجرای یک برنامه آموزش بهداشت جهت زنان باردار ( انفرادی ، گروهی ) - فرایند آموزش بهداشت برای مادر شیرده - فرایند آموزش بهداشت بریا مراقبت از نوزاد - فرایند آموزش بهداشت برای جامعه و خانواده - نحوه مدیریت و گرداندگی برنامه بهداشتی نقش مدیریت در برنامه ریزی و اجرای برنامه های بهداشتی ارزشیابی و پیگیری از برنامه های بهداشتی</p>

**۲۰- بهداشت گروه‌های آسیب پذیر:**

تعریف و تقسیم بندی گروه‌های آسیب پذیر  
نقش ماما بعنوان مشاور و آموزش دهنده به گروه‌های آسیب پذیر  
بهداشت گروه‌های آسیب پذیر (مادران ، نوزادان ، کودکان که قبلا توضیح داده شد و سالمندان و معلولین و عقب افتاده ها)  
بهداشت روانی در افراد دچار مشکل

مامایی جامعه نگر و ارزیابی جامعه  
تعریف آموزش پزشکی و مامایی جامعه نگر ، ارکان ، کیفیت ، اهداف و فواید آن  
اصول بازدید از جامعه و فیلد ( بیمارستان و شبکه بهداشت و منازل ) و غیره

گروه‌های آسیب پذیر را با ۲۰٪ خطا تعریف کند.  
بهداشت روحی سالمندان را با ۲۰٪ خطا تعریف کند.  
بهداشت جسمی افراد معلول را در ۳ مورد بنویسد.  
بهداشت روحی مادر باردار را در ۳ مورد بنویسد.  
روش پیشگیری از بارداری را در افراد عقب افتاده با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

آموزش پزشکی را با ۲۰٪ خطا تعریف کند.  
مامایی جامعه نگر را با ۲۰٪ خطا تعریف کند.  
اهداف مامایی جامعه نگر را در ۳ مورد بیان کند.

شناختی  
//  
//  
//  
//  
کاربرد

دانش  
ادراک  
دانش  
دانش  
کاربرد

سخنرانی ، پرسش  
و پاسخ

اورهد، وایت بورد ،  
ماژیک ، ویدئوپروژکتور

جلسه بیست  
و سوم

شرکت فعال در بحث علمی و  
ارزشیابی های دوره ای

شناختی  
//  
//

ادراک  
ادراک  
ادراک

سخنرانی ، پرسش  
و پاسخ

اورهد، وایت بورد ،  
ماژیک ، ویدئوپروژکتور

جلسه بیست  
و سوم

شرکت فعال در بحث علمی و  
ارزشیابی های دوره ای

## تذکرات مهم برای دانشجویان:

بارم کل نمره آزمون ۲۰ می باشد که مربوط به امتحان میان ترم و پایان ترم است .

در صورت انجام تکالیف مرتبط با مباحث درسی حداکثر تا ۲ نمره به امتحان افزوده می شود .

مقررات و نحوه برخورد با غیبت و تاخیر دانشجو :

۱- دانشجو تا ۱۰ دقیقه پس از ورود مدرس می تواند وارد کلاس شود در غیر این صورت غیبت محسوب می شود .

ورود و خروج دانشجویان به کلاس در حین درس تنها با اجازه مدرس امکان پذیر است .

۳- مقررات حضور و غیاب ( تعداد غیبت مجاز ) برابر با مقررات آموزش می باشد .

تاریخ آزمون میان ترم : ۸۹/۲/۲۰

تاریخ آزمون پایان ترم: ۸۹/۳/۲۲

## منابع :

- ۱- دستورالعمل های کشوری تنظیم خانواده ، وزارت بهداشت و درمان ، ۱۳۸۸
- ۲- دستورالعمل های کشوری واکسیناسیون ، وزارت بهداشت و درمان ( اداره سلامت کودکان ) ، ۱۳۸۳
- ۳- مراقبتهای ادغام یافته سلامت مادران ، وزارت بهداشت و درمان ( دفتر سلامت خانواده ) ، ۱۳۸۷
- ۴- مراقبتهای ادغام یافته کودک سالم ، وزارت بهداشت و درمان ( دفتر سلامت خانواده ) ، ۱۳۸۷
- ۵- برک ، جاناتان . بیماریهای زنان نواک . ترجمه مهرناز والدان ، تهران : انتشارات نسل فردا ، ۱۳۸۷
- ۶- کانیکهام و همکاران . بارداری و زایمان ویلیامز . ترجمه بهرام قاضی جهانی ، تهران : انتشارات گلبن ، ۱۳۸۷
- ۷- کی . جی . رایان . بیماریها و بهداشت زنان کیستتر ، ترجمه بهرام قاضی جهانی و روشنک قطبی ، تهران : انتشارات گلبن ۱۳۸۷