

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دعای پیش از مطالعه

اَللّٰهُمَّ اَخْرِجْنِيْ مِنْ ظُلُمَاتِ الْوَهْمِ وَاكْرِمْ نِيْ بِنُوْرِ الْفَهْمِ
اَللّٰهُمَّ افْتَحْ عَلَيْنَا اَبْوَابَ رَحْمَتِكَ وَاَنْشُرْ عَلَيْنَا خَزَائِنَ عُلُوْمِكَ
بِرَحْمَتِكَ يَا اَرْحَمَ الرَّاحِمِيْنَ

پروردگارا، خارج کن مرا از تاریکی های فکر و گرامی بدار به نور فهم
پروردگارا، بکشای بر مادرهای رحمت را و بکستران کنج های دانشت را به امید رحمت
تو ای مهربان ترین مهربانان

بیایید به حقوق دیگران احترام بگذاریم

دوست عزیز، این کتاب حاصل دسترنج چندین ساله ی مؤلف، مترجم و ناشر آن است. تکثیر و فروش آن به هر شکلی بدون اجازه از پدیدآورنده کاری غیراخلاقی، غیرقانونی، غیرشرعی و کسب درآمد از دسترنج دیگران است، نتیجه ی این عمل نادرست، موجب رواج بی اعتمادی در جامعه و بروز پی آمدهای ناگوار در زندگی و محیط ناسالم برای خود و فرزندانمان می گردد.



درسنامه مجموعه دستورالعمل‌های مامایی

**شامل بارداری و زایمان، داخلی- جراحی در مامایی، تغذیه،
تنظیم خانواده، جدیدترین برنامه واکسیناسیون و کروناویروس
(Covid 19) در بارداری و شیردهی به همراه تست‌های
موضوعی طبقه‌بندی شده همراه با پاسخنامه تشریحی**

ویژه رشته‌های مامایی و بهداشت باروری

تألیف و گردآوری:

فاطمه نوروزی

(کارشناسی ارشد مامایی و مربی مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران)

سرشناسه

: نوروژی، فاطمه، ۱۳۵۴-

عنوان و نام پدیدآور

: AGK درسنامه مجموعه دستورالعمل‌های مامایی: شامل بارداری و زایمان ... ویژه رشته‌های مامایی و بهداشت باروری/تالیف و گردآوری فاطمه نوروژی.

مشخصات نشر

: تهران: آناهید گستر خلیلی، ۱۴۰۳.

مشخصات ظاهری

: ۵۵۸ ص.

شابک

: 978-622-8348-80-3

وضعیت فهرست‌نویسی

: فیپا

موضوع

: آبستنی و زایمان -- راهنمای آموزشی (عالی)

Obstetrics -- Study and teaching (Higher)

ایران. وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی -- آزمون‌ها

آبستنی و زایمان -- آزمون‌ها و تمرین‌ها (عالی)

Obstetrics -- Examinations, questions, etc. (Higher)

رده‌بندی کنگره

: RG۵۲۴

رده‌بندی دیویی

: ۶۱۸/۲

شماره کتابشناسی ملی

: ۹۶۷۲۸۱۳



انتشارات آناهید گستر خلیلی

نام: AGK درسنامه مجموعه دستورالعمل‌های مامایی

(ویژه رشته‌های مامایی و بهداشت باروری)

تألیف و گردآوری: فاطمه نوروژی

ناشر: آناهید گستر خلیلی

نوبت و سال چاپ: اول. ۱۴۰۳

شمارگان: ۱۰۰۰

چاپ و صحافی: گیلان

مدیر تولید: امیرحسین خلیلی

مدیر فنی و هنری: مریم آرده

تایپ و صفحه‌آرایی: بیتا اندوژفر

بهاء: ۳۵۰۰۰۰ تومان

آموزشگاه/فروشگاه: ۰۲۱۶۶۵۶۸۶۲۱

مرکز پخش: ضلع جنوب غربی میدان انقلاب . جنب بانک پارسیان . مجتمع تجاری پارس . طبقه اول

مدیر فروش: ۰۹۱۹۱۶۸۵۹۷۰ (ارتباط از طریق پیامک)

 agkpublisher@gmail.com



www.agkins.com

طلیحه سخن مدیر تولید:

سپردن کار به اهلش نشانه‌ی خردمندی است.

برای تولید بسته‌های آموزشی تمام تلاش خود را به کار گرفته‌ایم تا محصولی شایسته را تقدیم شما عزیزان نماییم.

مجموعه‌ای که پیش روی شماست براساس معتبرترین و به‌روزترین منابع کنکور و به قلم مجرب‌ترین اساتید تألیف شده است و مطالعه آن موجب صرفه‌جویی در زمان و هزینه شما خواهد شد. ارائه بالاترین آمار قبولی در کنکور کارشناسی ارشد و دکتری در دهه اخیر بیان‌گر توانایی این مجموعه در راستای اهداف آموزشی خود می‌باشد. اینک با اتکا به تجربه‌ای ۱۷ ساله می‌توانیم ادعا کنیم که مجموعه حاضر، بی‌شک از جمله کامل‌ترین و به‌روزترین بسته‌های آموزشی موجود در عرصه کنکور می‌باشد.

❧ برخی از ویژگی‌های بسته‌های آموزشی:

- منطبق با معتبرترین و به‌روزترین منابع کنکور
- گردآوری و تألیف توسط مجرب‌ترین اساتید کنکور
- تدریس مطالب از سطح پایه تا پیشرفته به بیان ساده و روان
- انتقال بهتر مفاهیم با استفاده از شکل، جدول و نمودار
- تألیف مبتنی بر نحوه‌ی طراحی سوالات کنکور
- مطالعه یک منبع منسجم به جای مطالعه چندین منبع مختلف
- منبعی خودآموز و بدون نیاز به مدرس

اینک علاوه بر مطالعه بسته‌های آموزشی استفاده از خدمات و محصولات زیر را به عنوان ضمانتی برای قبولی به شما داوطلبان عزیز توصیه می‌کنم؛

❧ آزمون‌های آزمایشی: خوش بود گر محک تجربه آید به میان

داوطلب شجاع کیست؟ داوطلبی است که خود را مورد سنجش (خود را با خود) و ارزیابی (خود را با دیگران) قرار دهد تا پیش از کنکور به نقاط ضعف خود پی ببرد و آن‌ها را تقویت نماید. آزمون‌های آزمایشی دارای یک برنامه‌ریزی منسجم است و به شما اولتیماتوم می‌دهد. یعنی شما باید در یک زمان معین مطالب معینی را مطالعه نمایید.

آزمون‌های آزمایشی مجموعه دارای سوالات استاندارد، پاسخنامه تشریحی و کارنامه تحلیلی می‌باشد. صادقانه شرکت در آزمون‌های آزمایشی را به شما عزیزان توصیه می‌کنم.

❧ مشاوره تخصصی و برنامه‌ریزی: زیر نظر حرفه‌ای‌ها درس بخوانید ...

در صورتی که نمی‌توانید با توجه به زمان آزادتان برنامه‌ی مطالعاتی استاندارد را برای خود تدوین کنید حتماً از افراد متخصص کمک بخواهید. افرادی که تجربیات خود را صادقانه در اختیار شما قرار می‌دهند و برنامه‌ریزی مناسب با شرایط شما را انجام می‌دهند.

📖 کتاب تست:

کوچک‌ترین واحد یادگیری در کنکور، تست است. شما می‌توانید برای این‌که سطح یادگیری خود را پس از مطالعه بسنجید از کتاب‌های تست مجموعه (تست کنکور) و ماطراحان (تست‌های تألیفی) استفاده کنید. این کتاب‌ها به‌صورت موضوعی طبقه‌بندی شده‌اند و می‌توانند نحوه‌ی طرح سوالات کنکور و سطح آن‌ها را به‌صورت واضح به شما نشان دهند.

📖 درسنامه‌های نکات داغ و کتاب‌های الگوریتم مناسب‌ترین منابع برای دوران مرور و جمع‌بندی:

بیش‌تر داوطلبان حین مطالعه نگران خلاصه‌نویسی و مرور آموخته‌های خود هستند و برای خلاصه‌نویسی زمان زیادی را صرف می‌کنند. اینک به شما مژده می‌دهیم که این‌بار زمان به نفع شما در حال گذر است و دیگر با استفاده از درسنامه‌های نکات داغ و کتاب‌های الگوریتم نیاز به خلاصه‌نویسی ندارید.

شما می‌توانید نظرات، انتقادات و پیشنهادهای سازنده خود را در مورد بسته‌های آموزشی به شماره‌تلفن همراه ۰۹۱۹۱۶۸۵۹۷۰ فقط و فقط پیامک نمایید.

مشاور و مدیر تولید

امیرحسین خلیلی

طلیحه سخن مؤلف:

سپاس بیکران به درگاه خداوند متعال که به ما نعمت هدایت و شناخت حق و حقیقت را عطا فرمود و در سراسر آفرینش آیات حکمت و آثار رحمت خویش را جلوه گر ساخت.

اینک که با استعانت از الطاف الهی کار گردآوری و تالیف این مجموعه را به پایان رسانده‌ام، خداوند متعال را شاکرم که داشتن او برتر از همه نداشتن‌هاست.

از آنجایی که همواره مطالب و منابع برای متقاضیان آزمون ارشد و دکتری مامایی و بهداشت باروری بسیار وسیع است، لزوم وجود این مجموعه که براساس آخرین ویرایش راهنمای کشوری ارائه خدمات مامایی و زایمان وزارت بهداشت، ویلیامز و جدیدترین دستورالعمل‌های تنظیم خانواده و واکسیناسیون تهیه و تنظیم شده است، احساس می‌شد.

همچنین بنده سعی کرده‌ام که تمامی تست‌های کارشناسی ارشد و دکتری را با توجه به مطالب عنوان شده در متن درس و مرتبط با آن‌ها را فراهم کنم تا یادگیری مطالب آسان‌تر و با دقت بیشتری صورت گیرد.

اگرچه تمامی تلاش بنده در جهت کامل بودن و بدون نقص بودن مطالب بوده است اما بدون شک نواقص و اشکالاتی نیز وجود دارد که نظرات سازنده شما عزیزان می‌تواند جهت پربار کردن این اثر در چاپ‌های آینده مفید باشد.

خصوصیات متمایزکننده این درسنامه به شرح زیر است:

۱. جمع‌آوری مجموعه تقریباً کاملی از دستورالعمل‌های وزارت بهداشت شامل بارداری، زایمان و پس از زایمان، تغذیه، تنظیم خانواده و واکسیناسیون و مبحث جدید Covid 19 در مراقبت‌های پره‌ناتال، زایمان و شیردهی.

۲. نکات مهم به صورت علامت نکته (✚) مشخص شده است.

۳. در انتهای هر مطلب، تست‌های مربوط به آن مبحث گذاشته شده است.

در پایان بر خود واجب می‌دانم از برادر بزرگوارم دکتر شهرام نوروزی و همسر عزیزم دکتر منصور رضایی که بنده را در این امر یاری رساندند تشکر کنم. همچنین مراتب قدردانی و تشکر خود را از زحمات تمامی عزیزان در مجموعه انتشارات آناهید گستر خلیلی به ویژه جناب آقای دکتر خلیلی، جناب آقای امیرحسین خلیلی، مشاور و مدیر تولید بسته‌های آموزشی و سرکار خانم آرده مدیر فنی و هنری مجموعه و کلیه عزیزان اعلام می‌دارم.

تفاوتی که این برنامه‌ها با اقدامات قبل نظام بهداشتی دارد این است که این بار افراد را قبل از بیمار شدن یا در ابتدای بیماری تشخیص داده، اقدامات لازم را اعم از اقدامات آموزشی و مشاورهای تا دارویی به موقع در مورد وی به اجرا می‌گذارد تا مانع از بروز یا پیشرفت بیماری گردد. با توجه به موارد فوق به نظر میرسد که فعالیت‌های لازم در ۴ حیطه پیشنهادی سازمان جهانی بهداشت پیش‌بینی گردیده است. حال با عنایات الهی و اجرای برنامه‌های فوق امیدوارم اقداماتی اساسی در جهت پیشگیری و کنترل این بیماری‌ها در نظام سلامت صورت پذیرد.

در پایان لازم است از تمامی عزیزانی که در طراحی و تدوین برنامه و همچنین پشتیبانی آن سهم بردند تشکر نمایم. مشارکت در اقداماتی اینچنین ارزشمند که اثرات آن مستقیماً موجب ارتقای سلامت مردم عزیزمان خواهد شد توفیق بزرگی است که از طرف خداوند متعال نصیب خادمین این عرصه گردیده است و شکرانه آن همدلی، هماهنگی، سخت‌کوشی و ثبات قدم هر چه بیش‌تر در این راه است. امید که در نهایت همگان سربلند، سرفراز و روسفید در محضر الهی باشیم.

تو شنود باشی و ما رسگار

خدا یا چنان کن سرانجام کار

فاطمه نوروزی

(کارشناس ارشد مامایی، مربی مامایی دانشکده پرستاری،

مامایی دانشگاه علوم پزشکی تهران)

فصل اول: مقدمه و خصوصیات بیمارستان‌های دوستدار کودک.....	۱۱
فصل دوم: بخش پیش از بارداری و بارداری.....	۱۶
فصل سوم: زایمان.....	۹۴
فصل چهارم: مراقبت‌های ویژه زایمان.....	۱۳۴
فصل پنجم: مراقبت‌های پس از زایمان.....	۱۵۴
فصل ششم: Covid 19 (کروناویروس).....	۱۶۱
فصل هفتم: دستورالعمل‌های پیشگیری از بارداری.....	۱۹۶
فصل هشتم: ایمنی‌سازی و واکسیناسیون.....	۲۲۶
فصل نهم: مجموعه مداخلات اساسی بیماری‌های غیرواگیر در نظام مراقبت‌های بهداشتی اولیه ایران «ایراپن».....	۲۷۲
فصل دهم: خدمات سلامت میانسالان.....	۲۸۲
فصل یازدهم: آنترپومتری (تن‌سنجی).....	۲۸۵
فصل دوازدهم: ارزیابی تغذیه زنان و مردان میانسال.....	۲۸۷
فصل سیزدهم: ارزیابی فعالیت جسمانی در میانسالان.....	۲۹۱
فصل چهاردهم: ارزیابی سلامت میانسالان از نظر ایمن‌سازی آلرژی مواجهات دارویی/ شغلی.....	۲۹۳
فصل پانزدهم: ارزیابی زنان و مردان میانسال از نظر استعمال دخانیات/ سوءمصرف مواد.....	۲۹۶
فصل شانزدهم: ارزیابی سلامت روان میانسالان.....	۳۰۳
فصل هفدهم: عوامل خطر، علائم و نشانه‌های بیماری‌ها در میانسالان.....	۳۰۶
فصل هجدهم: ارزیابی سلامت باروری میانسالان.....	۳۱۴
فصل نوزدهم: سرطان‌های زنان.....	۳۲۱
فصل بیستم: ارزیابی، طبقه‌بندی و درمان کودک بیمار ۲ ماه تا ۵ سال.....	۳۳۰
فصل بیست و یکم: ارزیابی، طبقه‌بندی و درمان شیرخوار بیمار زیر ۲ ماه.....	۳۴۳
فصل بیست و دوم: پروتکل زردی-انجمن شیر مادر.....	۳۵۵
فصل بیست و سوم: تغذیه تکمیلی کودکان دفتر بهبود تغذیه جامعه معاونت بهداشت شهریور ماه ۱۳۹۸.....	۳۶۲
فصل بیست و چهارم: دستورالعمل غربالگری.....	۳۷۲

فصل بیست و پنجم: شیوه غربالگری و تشخیص مشکلات کروموزومی و نقص لوله عصبی جنین.....	۳۸۳
فصل بیست و ششم: شیر مادر.....	۳۹۰
فصل بیست و هفتم: دستورالعمل کشوری دوشیدن و ذخیره شیر مادر و استفاده از شیردوش در بیمارستان.....	۴۱۹
فصل بیست و هشتم: دستورالعمل یدوفولیک در بارداری و شیردهی.....	۴۲۷
فصل بیست و نهم: مراقبت‌های ادغام یافته کودک سالم.....	۴۲۸
فصل سی‌ام: ارزیابی کودک از نظر علائم و نشانه‌های خطر.....	۴۳۶
فصل سی و یکم: ارزیابی کودک از نظر وزن برای سن.....	۴۴۱
فصل سی و دوم: ارزیابی کودک از نظر قد برای سن.....	۴۴۷
فصل سی و سوم: ارزیابی کودک از نظر وزن برای قد ایستاده، خوابیده و نمایه توده‌ای بدن برای سن.....	۴۵۰
فصل سی و چهارم: ارزیابی کودک از نظر دور سر (تا ۲ سالگی).....	۴۵۳
فصل سی و پنجم: کنترل کودک از نظر وضعیت تغذیه.....	۴۵۶
فصل سی و ششم: ارزیابی کودک از نظر سلامت دهان و دندان (۲ سال و کم‌تر از ۲ سال).....	۴۶۵
فصل سی و هفتم: ارزیابی بینایی کودک.....	۴۷۲
فصل سی و هشتم: ارزیابی کودک از نظر وضعیت شنوایی.....	۴۷۵
فصل سی و نهم: ارزیابی کودک از نظر وضعیت تکامل.....	۴۷۷
فصل چهلم: ارزیابی ژنتیکی کودک.....	۴۹۲
فصل چهل و یکم: ارزیابی کودک از نظر کم‌کاری تیروئید.....	۴۹۴
فصل چهل و دوم: ارزیابی کودک از نظر فتیل کتونوری PKU.....	۴۹۹
فصل چهل و سوم: ارزیابی بدرفتاری با کودک.....	۵۰۲
فصل چهل و چهارم: ارزیابی وضعیت فرزندآوری مادر.....	۵۰۴
فصل چهل و پنجم: کنترل وضعیت مکمل‌های کودک.....	۵۰۶
فصل چهل و ششم: وزن‌گیری در دوران بارداری.....	۵۰۸
فصل چهل و هفتم: قانون حمایت از خانواده.....	۵۲۴
فصل چهل و هشتم: مراقبت‌های ادغام یافته فرزندآوری.....	۵۴۴

ویژگی الگوریتم و راهنما



نمادهای متفاوتی در الگوریتم وجود دارد که هر یک مفهوم خاصی دارد:

فونت پررنگ‌تر: مادر باید به فوریت و بدون از دست دادن وقت بستری و اقدامات لازم انجام شود.

فونت با رنگ متوسط: مادر باید بستری شود ولی زمان برای انجام اقدامات اولیه و آزمایشات و ... وجود دارد و یا زمانی که

احتمال بستری مادر وجود دارد.

فونت کم‌رنگ‌تر: مادر نیاز به بستری ندارد و عارضه به صورت سرپایی درمان می‌شود.

فصل

۱

مقدمه و خصوصیات بیمارستان‌های

دوستدار کودک

مقدمه

یکی از مشکلات ما، در سال‌های اخیر در خصوص ارائه مراقبت‌های ادغام یافته مادری ایمن، افزایش میزان سزارین و افزایش مرگ‌ومیرهای مادران در بیمارستان‌ها و مراکز زایمانی بوده است که بررسی‌ها نشان داد که ناشی از malpractice و miss-management در بیمارستان‌های کشور بوده است.

میزان سزارین در محدوده قابل قبول که توسط WHO عنوان شده است ۵-۱۵ درصد است که در کشور ما بالاتر از این میزان بوده است.

لذا وزارت بهداشت از سال ۱۳۸۱ طرح بیمارستان دوستدار مادر Mother Friendly Hospital و خدمات سلامتی دوستدار مادر Mother Friendly Health Service را ارائه داد.

به منظور:

۱. کاهش هزینه‌های غیرضروری
 ۲. بهبود کیفیت خدمات بیمارستانی
 ۳. احترام بیش از پیش به حقوق مادران و نوزادان
- ضرورت تدوین راهنماهای بالینی در نظام ارائه خدمات:
۱. بهبود کیفیت خدمات و افزایش اثربخشی
 ۲. کاهش هزینه‌های خدمات و اجتناب از گران شدن غیرضروری خدمات ⇐ تدوین راهنماهای بالینی باعث کارایی فنی می‌شود.

اهداف و اصول و اقدامات بیمارستان‌های دوستدار مادر

- ⇐ اصطلاح بیمارستان‌های دوستدار مادر در دهه ۱۹۹۰ میلادی در جهان رواج یافت.
- ✚ در این طرح، احداث بیمارستان‌های جدید مدنظر نیست بلکه اصلاح کارها و تغییر محتوای خدمات ارائه شده در بخش‌های زایمان و مامایی بیمارستان‌ها مورد توجه قرار گرفته است به گونه‌ای که:
۱. انجام زایمان طبیعی کم درد یا بی‌درد با استفاده از کلیه روش‌های دارویی و غیردارویی علمی و بی‌عارضه
 ۲. ارائه خدمات باکیفیت در اورژانس‌های مامایی بیمارستان‌ها جهت حفاظت از جان مادر، جنین و نوزاد

فصل اول

۳. کلاس‌های آمادگی برای زایمان برای مادر و همراه وی
۴. امکان پایش و ارزشیابی ارائه خدمات
۵. رضایت خاطر مادر و همراهان در جهت تامین سلامت جسمی و روانی مادر
۶. رعایت حقوق مادر در انتخاب آگاهانه روش‌های توصیه شده



رسالت بیمارستان‌های دوستدار مادر

ارائه یک الگوی جدید مراقبت به مادران به‌منظور تامین، حفظ و ارتقای سلامت مادران و بهبود شرایط زایمانی، توجه به رضایت مادران از خدمات ارائه شده و تلاش جهت منطقی کردن هزینه‌های تشخیصی و درمانی. این الگو باید مبتنی بر شواهد (Evidence Based) بوده و در آن برنامه‌های پیشگیری و ارتقاء سلامت به برنامه‌های پر هزینه تشخیصی و درمانی ترجیح داده شود.

چشم‌انداز بیمارستان دوستدار مادر

بیمارستان دوستدار مادر مکانی است که در آن هر مادری در هر زمانی از بارداری، زایمان و تا ۶ هفته پس از زایمان با هر وضعیتی از سلامتی مراجعه کرد، خدمت ارزش بخش و کارآمد دریافت کند به‌طوری‌که سلامت وی، جنین و نوزادش تامین شده و این حضور برای او خاطره‌ای خوش باقی گذارد.

فصل

۲

بخش پیش از بارداری و بارداری

جدول ۱. مراقبت پیش از بارداری و بارداری

نوع مراقبت	زمان مراقبت	پیش از بارداری	مراقبت ۱ هفته ۶ تا ۱۰	مراقبت ۲ هفته ۱۶ تا ۲۰
تشکیل یا بررسی پرونده		- مشخصات و شرح حال، نسبت خویشاوندی با همسر - سابقه بارداری و زایمان قبلی و قاعدگی - بیماری و ناهنجاری (قلبی، تیروئید، ...). - اختلالات ژنتیکی - اختلالات روانی/ همسرآزادی - رفتارهای پرخطر - اعتیاد، مصرف سیگار، الکل - مصرف یا حساسیت دارویی، رژیم غذایی خاص	- مشخصات و شرح حال، وضعیت بارداری فعلی، مصرف مکمل‌ها و گروه‌های غذایی - سابقه بارداری و زایمان قبلی - بیماری و ناهنجاری (قلبی، تیروئید، ...). - اختلالات روانی/ همسرآزادی، اختلالات ژنتیکی - رفتارهای پرخطر، اعتیاد، مصرف سیگار و الکل - شکایت‌های شایع و علائم خطر	- بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر - شکایت‌های شایع و ارزیابی علائم خطر - غربالگری سلامت روان - تغذیه مناسب و مصرف مکمل‌های غذایی
معاینه بالینی		- اندازه‌گیری قد و وزن، تعیین نمایه بدنی (BMI) - اندازه‌گیری علائم حیاتی - معاینه فیزیکی (قلب، تیروئید، ریه، پستان و ...). - معاینه واژن و لگن	- اندازه‌گیری قد و وزن، تعیین نمایه توده بدنی (BMI) - اندازه‌گیری علائم حیاتی، بررسی حال عمومی - معاینه فیزیکی (قلب، تیروئید، ریه، پستان و ...).	- اندازه‌گیری وزن، علائم حیاتی - بررسی از نظر ادم، بثورات، رنگ پریدگی، زردی و حال عمومی - شنیدن صدای قلب جنین - ارتفاع رحم

WHO ۲-۳ (depending on individual)	کلاس ۲ تا ۳ سازمان جهانی بهداشت (با توجه به وضعیت بیمار)
اختلال خفیف در عملکرد بطن چپ کاردیومیوپاتی هیپرتروفیک	
بیماری مادرزادی دریچه‌ای یا دریچه مصنوعی بافتی (بیوپروتز) که در طبقه‌بندی یک یا چهار سازمان جهانی بهداشت قرار نمی‌گیرد	
سندرم مارفان بدون دیلاتاسیون آئورت قطر آئورت کم‌تر از ۴۵ میلی‌متر (در بیماری آئورت مرتبط با دریچه دولتی آئورت) کوآرکتاسیون ترمیم شده	
WHO ۳	
کلاس ۳ سازمان جهانی بهداشت- در این شرایط خطر مرگ و یا عوارض به‌طور قابل توجهی افزایش می‌یابد. مشاوره تخصصی لازم است. در صورت بارداری مراقبت تخصصی متخصصین قلب و زنان در طی بارداری، زایمان و پس از زایمان لازم است.	
دریچه مصنوعی مکانیکی	
بطن راست سیستمیک	
گردش خون فونتان	
بیماری‌های سیانوتیک قلب (ترمیم نشده)	
سایر ناهنجاری‌های مادرزادی عارضه‌دار	
دیلاتاسیون آئورت ۴۵-۴۰ میلی‌متر در سندرم مارفان دیلاتاسیون آئورت ۵۰-۴۵ میلی‌متر در بیماری آئورتیک مرتبط با دریچه دولتی آئورت	
Conditions in which pregnancy risk is WHO ۴ (pregnancy contraindicated)	
کلاس ۴ سازمان جهانی بهداشت- در این شرایط خطر مرگ و یا عوارض افزایش بسیار قابل توجهی دارد. ختم بارداری باید مدنظر باشد اما اگر بارداری ادامه یابد ادامه مراقبت‌ها مانند کلاس سه انجام شود.	
افزایش فشار خون شریانی ریوی به هر دلیل	
اختلال عملکرد بطنی شدید سیستمیک ($LVEF < 30\%$ یا NYHA III – IV)	
سابقه کاردیومیوپاتی پری پارتوم با هر نوع عملکرد مختل بطن چپ	
تنگی شدید میترال، تنگی شدید علامت‌دار آئورت	
سندرم مارفان با دیلاتاسیون آئورت بیش‌تر از ۴۵ میلی‌متر دیلاتاسیون آئورت بیش‌تر از ۵۰ میلی‌متر در بیماری آئورت مرتبط با دریچه دولتی آئورت	
کوآرکتاسیون شدید مادرزادی	

کاردیومیوپاتی پری پارتوم

کاردیومیوپاتی پری پارتوم با ۴ معیار زیر مشخص می‌شود:

۱. بروز نارسایی قلبی در ماه آخر بارداری یا ۵ ماه اول پس از زایمان

۲. فقدان دلیل مشخص برای نارسایی قلب

۳. نبود بیماری قلبی قابل شناسایی قبل از ماه آخر بارداری

۴. اختلال عملکرد سیستولیک بطن چپ

کاردیومیوپاتی پری پارتوم به‌ندرت قبل از ۳۶ هفته بروز می‌کند و مادران معمولاً طی ۴-۵ هفته بعد زایمان، علائم نارسایی قلبی را نشان می‌دهند.

ولی بیماری‌های زمینه‌ای قلب (ایسکمیک، میوپاتی یا دریچه‌ای) علائم نارسایی قلبی را در شروع ۳ ماهه دوم نشان می‌دهند.

عوامل خطر

تاریخچه خانوادگی، سیگار، دیابت- سوءتغذیه، سن نوجوانی- سن بیش از ۳۰ سال، مولتی‌پاریتی، دو یا چندقلویی، هایپرتانسیون- پره‌اکلامپسی- اکلامپسی، درمان با تروپالین بیش از ۴ هفته

تظاهرات بالینی

به‌طور شایع از تنگی نفس شکایت دارند، سرفه، اورتوپنه، تنگی نفس حمله‌ای شبانه و هموپتزی خستگی، احساس ناراحتی در قفسه سینه و درد شکم، ۲۵٪ موارد دچار هایپر تانسیون می‌شود.

⇐ تمام زنان باردار و زایمان کرده که از تنگی نفس در وضعیت خوابیده یا هنگام شب، شکایت دارند.

⇐ تمام زنان زایمان کرده، که بازگشت عملکرد و فعالیت آنان به وضعیت پیش از بارداری تأخیر دارد.

تشخیص و درمان

بیماران مشکوک باید یک الکتروکاردیوگرام- اکوکاردیوگرام و CXR داشته باشند و با بروز اولین علائم به متخصص قلب ارجاع شوند.

جدول ۷

عنوان	امتیاز
ارتوپنه (مشکل تنفسی در حالت دراز کشیده)	ندارد (امتیاز ۰) دارد: - در هنگام دراز کشیدن زیر سرش باید بلند باشد تا تنگی نفس پیدا نکند= (۱ امتیاز) - در هنگام دراز کشیدن باید زیر سر زاویه ۴۵ درجه و بیش‌تر بلند باشد تا دچار تنگی نفس نشود= (۲ امتیاز)
تنگی نفس	ندارد (امتیاز ۰) دارد: - وقتی از هشت پله و بیش‌تر بالا می‌رود، تنگی نفس پیدا می‌کند= (۱ امتیاز) - وقتی در سطح صاف راه می‌رود، تنگی نفس پیدا می‌کند= (۲ امتیاز)
سرفه غیرقابل توجه	ندارد (امتیاز ۰) دارد: - در هنگام شب و در حالت دراز کشیده، سرفه می‌کند= (۱ امتیاز) - در طول شب و روز سرفه می‌کند= (۲ امتیاز)
ادم اندام تحتانی	ندارد (امتیاز ۰) دارد: - ادم تا زیر زانو است= (۱ امتیاز) - ادم بالای زانو یا ادم در صورت= (۲ امتیاز)
افزایش وزن ناگهانی در ماه آخر بارداری	ندارد یا کم‌تر از یک کیلوگرم در هفته (امتیاز ۰) دارد: - یک تا دو کیلوگرم در هفته= (۱ امتیاز) - بیش از دو کیلوگرم در هفته= (۲ امتیاز)
تپش قلب (احساس ضربان قلب یا احساس نامنظمی در ضربان قلب)	ندارد (امتیاز ۰) دارد: - در شب و هنگام دراز کشیدن این احساس را دارد= (۱ امتیاز) - روز و شب این احساس را دارد= (۲ امتیاز)

امتیازدهی و اقدام

۰-۲ کم خطر اقدام ← ادامه مراقبت‌ها

۳-۴ خطر متوسط اقدام ← ارجاع در اولین فرصت به متخصص قلب

۵ ≥ خطر شدید اقدام ← ارجاع فوری به متخصص قلب

۱۵. مادر بارداری که از تنگی نفس هنگام راه رفتن روی سطح صاف و در حالت درازکش با زاویه ۴۵ درجه شکایت می‌کند و مشکل دیگری ندارد. طبق دستور عمل کشوری غربالگری کاردیومیوپاتی پری پارتوم امتیاز وی چند و جز کدام گروه خطر است و اقدام مناسب چیست؟

(بهداشت با(وری سال ۹۹-۹۸)

(۲) ۳ کم خطر ارجاع فوری

(۱) ۰-۲ کم خطر ادامه مراقبت

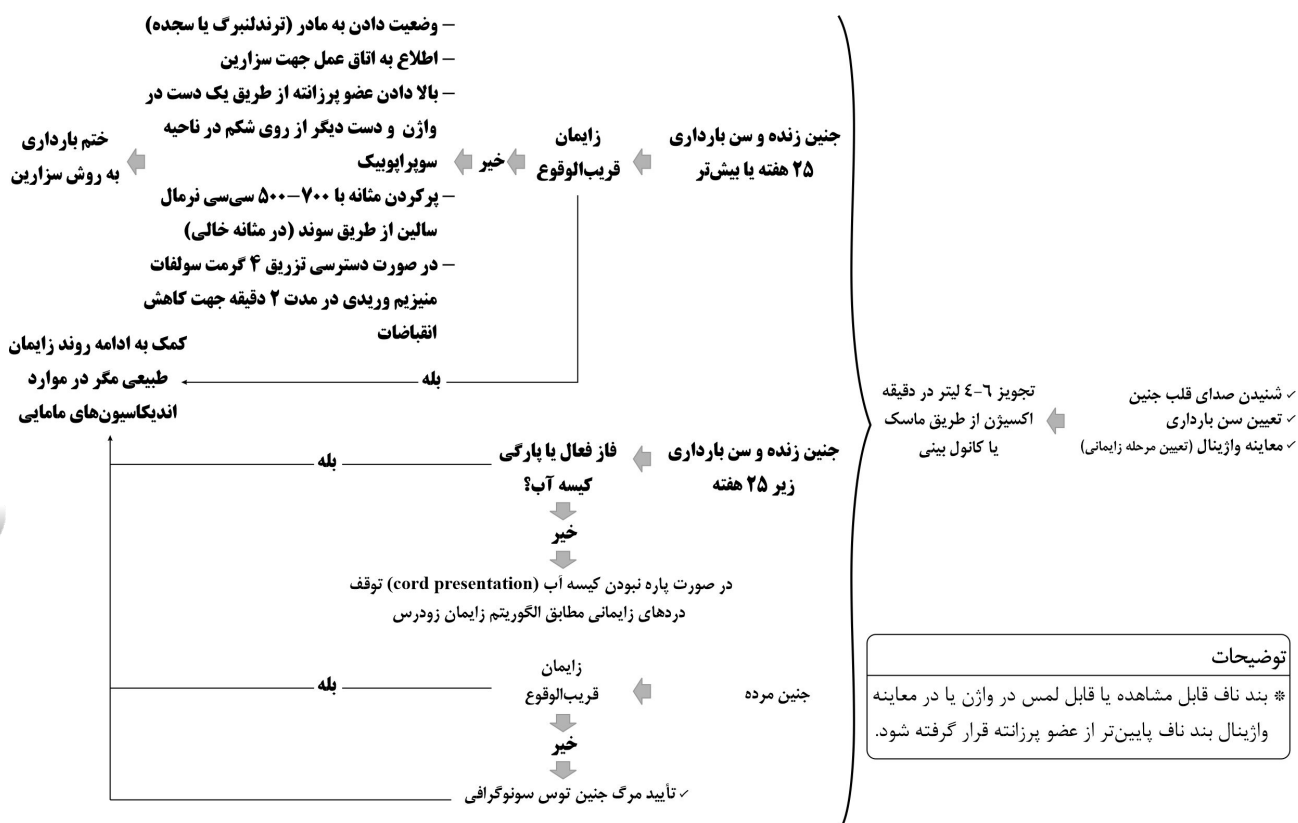
(۴) ۵ شدید ارجاع فوری

(۳) ۴ خطر متوسط، ارجاع در اولین فرصت

پاسخ: گزینه «۳»

پرولاپس بند ناف

پلی هیدرامنیوس: بزرگ‌ترین پاکه مایع آمنیوتیک ≤ 8 سانتی‌متر و یا $AFI > 25$ در پلی هیدرامنیوس خفیف نیازی به مداخله نیست اما در نوع متوسط و شدید در صورت علامت‌دار بودن (اتساع شدید شکم، تنگی نفس، ادم اندام تحتانی در هفته‌های ۳۲-۲۴ بارداری، مشاوره با پریناتولوژیست، درمان با ایندومتاسین با دوز $3-5 \text{ mg/kg}$ روزانه تا کاهش علائم حداکثر تا ۳۲ هفته بارداری پیشنهاد می‌شود.



پلی هیدرامنیوس



فصل

۳

زایمان

اداره زایمان طبیعی - مرحله اول (فاز نهفته)

فاز نهفته

مراقبت از مادر به مدت ۲-۸ ساعت

- ارزیابی علائم حیاتی (راهنما ۵)

- ارزیابی انقباضات رحم (راهنما ۷)

- ارزیابی صدای قلب جنین (راهنما ۶)

- معاینه واژینال (در صورت رد جفت سرراهی)

در صورت انقباضات منظم رحمی
(حداقل ۳ انقباض در ۱۰ دقیقه)
یا دیلاتاسیون ۴ سانتی متر و بیش تر

* در صورت انقباضات نامنظم رحمی و
دیلاتاسیون کم تر از ۴ سانتی متر و
ضربان طبیعی قلب جنین

- بستری مادر
- انجام Admission test-NST به مدت ۲۰ دقیقه و تصمیم گیری براساس نتیجه
- ادامه مراقبت ها

- انجام Admission test-NST به مدت ۲۰ دقیقه و تصمیم گیری براساس نتیجه

- ارزیابی مجدد مادر پس از ۲-۴ ساعت اجازه به مادر:

- در صورت پیشرفت انقباضات، بستری و ادامه مراقبت ها
- در غیر این صورت: اجازه به مادر برای ترک بیمارستان پس از ثبت دقیق انقباضات رحم و صدای قلب جنین (مشروط بر این که بتواند به موقع خود را به بیمارستان برساند). آموزش علائم خطر زایمانی به مادر و همراه قبل از ترخیص

توضیحات

* کلیه مراکز زایمانی باید محلی برای تحت نظر گرفتن مادران فاز نهفته غیربستری فراهم نمایند. مدت زمان تحت نظر گرفتن مادر در فاز نهفته به تعداد مراجعین، فاصله محل سکونت مادر تا بیمارستان و مکان تحت نظر بستگی دارد.

فصل

۴

مراقبت‌های ویژه زایمان

۱۳۴ القای زایمان

Induction: تحریک انقباضات رحم برای آغاز فرآیند زایمان همراه با مانیتورینگ دائم (الکترونیک یا غیرالکترونیک)

Augmentation: تحریک انقباضات رحم پس از آغاز زایمان که موجب افزایش مدت، دامنه و شدت هر انقباض شود.

انقباضات مناسب یعنی رخداد حداقل سه انقباض مناسب (انگشت شست به سادگی در قله رحم فرو نمی‌رود) در ۱۰ دقیقه که هر کدام ۴۰ ثانیه طول بکشد.

✚ انجام admission test- NST قبل از القای زایمان به صورت روتین انجام شود.

✚ در صورت نبود امکان مانیتورینگ دائم هر ۲ ساعت در فاز فعال یک تراسه ۲۰ دقیقه‌ای گرفته شود.

اندیکاسیون: زمانی که ادامه بارداری (قبل از شروع دردهای زایمانی) برای مادر و جنین خطر دارد و در صورتی که کنتراندیکاسیون مامایی برای زایمان طبیعی وجود نداشته باشد، القای زایمانی انجام می‌شود.

کنتراندیکاسیون

کنتراندیکاسیون‌های مادری: انسزیون کلاسیک یا جراحی بر روی رحم، سابقه پارگی رحم، میومکتومی با لاپاراتومی، جفت یا رگ سرراهی، ناهنجاری لگنی، هرپس فعال ژنیتال، پرولاپس بندناف و نمایش بندناف، کانسر سرویکس و رحم بزرگ‌تر از حد معمول.

کنتراندیکاسیون‌های جنینی: ماکروزومی (۴۵۰۰ گرمی)، پرزانتاسیون‌های غیرطبیعی، وضعیت نگران‌کننده جنین، category III قلب جنین و برخی از آنومالی‌ها که مغایرت با زایمان طبیعی دارد.

❖ در بیماری‌های مزمن و شدید با توجه به نتیجه مشاوره با متخصص مربوطه و نظر متخصص زنان تصمیم‌گیری شود.

توجه: در چندزها (۵ بار یا بیش‌تر) و سابقه سقط با وسیله (ایجاد)، با دقت بیش‌تری اینداکشن شود.

✚ احتمال افزایش سزارین بعد از القای زایمان دو برابر می‌شود.

روش‌های قابل استفاده

الف) کاترفولی

- کاترفولی جانشین خوبی برای پروستاگلاندین‌ها جهت ripe کردن سرویکس و القای زایمانی است.
- در صورت جفت سرراهی، پارگی کیسه آب یا عفونت واضح واژن از کاترفولی نباید استفاده کرد.

فصل

۵

مراقبت‌های پس از زایمان

۱۵۴ مراقبت‌های پس از زایمان

جدول ۱

زمان مراقبت نوع مراقبت	مراقبت اول در بخش زایمان قبل از ترخیص	مراقبت دوم روز ۱۰ تا ۱۵	مراقبت سوم روز ۳۰ تا ۴۲
مصاحبه و تشکیل یا بررسی پرونده	- بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر سوال در مورد خونریزی، مشکلات ادراری/ تناسلی و اجابت مزاج، وضعیت روحي- روانی، بیماری زمینهای، وضعیت شیردهی، شکایات شایع	- بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر - سوال در مورد خونریزی، مشکلات ادراری/ تناسلی و اجابت مزاج، وضعیت روحي- روانی، بیماری زمینهای، وضعیت شیردهی، شکایات شایع	- بررسی پرونده و آشنایی با وضعیت مادر - سوال در مورد خونریزی، مشکلات ادراری/ تناسلی و اجابت مزاج، مقاربت، وضعیت شیردهی، وضعیت روحي- روانی، شکایات شایع
معاینه بالینی	- کنترل علائم حیاتی، لمس رحم، بررسی میزان خونریزی، بررسی محل بخیه‌ها، وضعیت مثانه	- اندازه‌گیری وزن، بررسی مخاط (آئمی)، معاینه پستان، شکم (رحم) ادم اندام، محل بخیه‌ها - کنترل علائم حیاتی	- اندازه‌گیری وزن، بررسی مخاط (آئمی)، پستان، شکم (رحم)، اندام‌ها، محل بخیه‌ها، معاینه واژن و رحم - کنترل علائم حیاتی
آزمایش‌ها	اندازه‌گیری هموگلوبین قبل از ترخیص در صورت خونریزی پس از زایمان	جدول	پاپ اسمیر، آزمایش FBS و GTT در مادران مبتلا به دیابت بارداری
آموزش و مشاوره	تشویق مادر به شیردهی و آموزش شیردهی و زمان خروج شیر، علائم خطر، Locia، کاهش وزن، بهداشت فردی، مراقبت از نوزاد	بهداشت فردی، تغذیه/ مکمل‌های غذایی، شکایات شایع، تداوم شیردهی، علائم خطر مادر و نوزاد، تنظیم خانواده، مراجعه برای انجام پاپ اسمیر در هفته ۶ پس از زایمان، مقاربت، فعالیت، تاریخ مراجعه بعدی	تغذیه/ مکمل‌های غذایی، شکایات شایع، تداوم شیردهی، علائم خطر مادر، تنظیم خانواده
مکمل دارویی	آهن و مولتی‌ویتامین		
ایمن‌سازی	ایمونوگلوبین آنتی‌دی در صورت لزوم		

فصل

۶

Covid 19 (کروناویروس)

کلیاتی در مورد کووید ۱۹ (کروناویروس)

ویروس کرونا عضوی از خانواده کروناویروس‌ها می‌باشد که در این خانواده عوامل بیماری‌های حاد تنفسی دیگر مانند سارس (SARS) و یا بیماری مرس (MERS) نیز وجود دارد.

دوره کمون بیماری کووید ۱۹ تا ۱۴-۳ روز می‌باشد و به‌طور متوسط در طی ۵-۴ روز پس از تماس، علائم آشکار می‌شود. طیفی از بیماری از بی‌علامتی تا پنومونی شدید، دیسترس حاد تنفسی (ARDS) و مرگ ممکن است ایجاد شود. ۸۰٪ موارد مبتلایان به کووید-۱۹ به‌صورت بی‌علامت، علائم خفیف تا متوسط دارند و در حدود ۱۵٪ موارد مبتلایان با علائم شدید و نیاز به بستری دارند.

۵٪ موارد نیازمند بستری در ICU و مراقبت‌های ویژه هستند. از دست دادن حس بویایی و نیز حس چشایی از جمله علائم گزارش شده است. از دیگر علائم می‌توان به علائم گوارشی مانند بی‌اشتهایی، ضعف، بی‌حالی، خستگی زودرس، دل درد، تهوع، استفراغ و اسهال اشاره نمود.

تعریف موارد بیماری

۱. موارد مشکوک

الف) فرد با شرح حال سرفه خشک یا لرز یا گلو درد همراه با تنگی نفس یا بدون تب که با عامل اتیولوژیک دیگری قابل توجیه نباشد.

ب) بیمار دارای تب و یا علائم تنفسی با هر شدتی که باشد:

a: سابقه تماس نزدیک با مورد محتمل یا قطعی کووید-۱۹، در عرض ۱۴ روز قبل از شروع علائم بیماری را داشته باشد.

b: کارکنان بهداشتی-درمانی

۲. مورد محتمل

مورد مشکوکی که:

الف) با تظاهرات رادیولوژیک که از نظر رادیولوژیست مطرح‌کننده کووید-۱۹ باشد.

فصل

۷

دستورالعمل‌های پیشگیری از بارداری

قرص‌های ترکیبی پیشگیری از بارداری

توضیح روش

یکی از روش‌های جلوگیری از بارداری، مصرف قرص‌های ترکیبی (حاوی استروژن و پروژسترون) است که به دو شکل یک مرحله‌ای (LD, HD) و سه مرحله‌ای (تری فازیک) موجود می‌باشد. مصرف این قرص‌ها هر روزه بوده و تجویز آن‌ها توسط کارکنان بهداشتی تعلیم دیده انجام می‌شود.

مکانیسم عمل

۱. جلوگیری از تخمک‌گذاری
۲. تاثیر بر مخاط داخلی رحم (اندومتر)
۳. ایجاد اشکال در ورود اسپرم به داخل رحم به دلیل افزایش ضخامت موکوس سرویکس،
۴. جلوگیری از لقاح از طریق تاثیر بر حرکات لوله‌های رحم.

اثر بخشی

اثر بخشی قرص‌های ترکیبی در صورت مصرف صحیح، ۹۹/۹ درصد است.

مزیت‌ها

- اثر بخشی بالا،
- برگشت سریع باروری پس از قطع روش،
- منظم شدن، کاهش درد و خونریزی قاعدگی (کاهش سندرم پیش از قاعدگی) و کم‌خونی به دنبال قاعدگی‌ها،
- کاهش بروز کیست‌های تخمدانی،
- کاستن از بروز بیماری‌های خوش‌خیم پستان،
- افزایش تراکم استخوان‌ها،
- کاهش بروز بیماری‌های التهابی لگن (PID)
- کم شدن بروز سرطان‌های رحم و تخمدان،

جامع

حاوی تمامی مطالب و نکات لازم
برای کنکور براساس منابع

الگوریتم

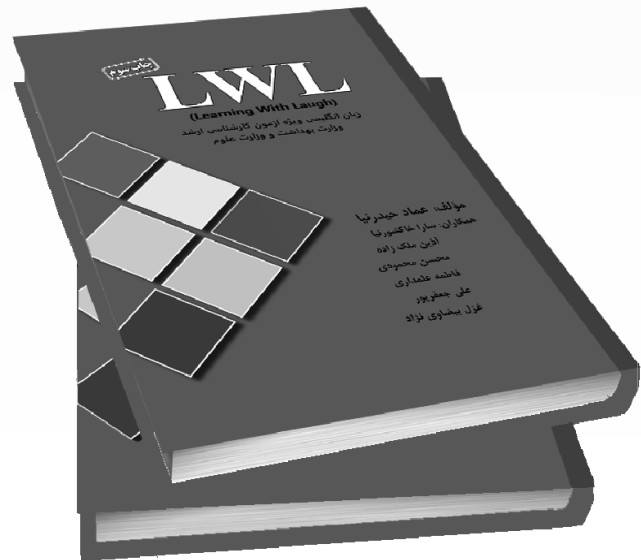
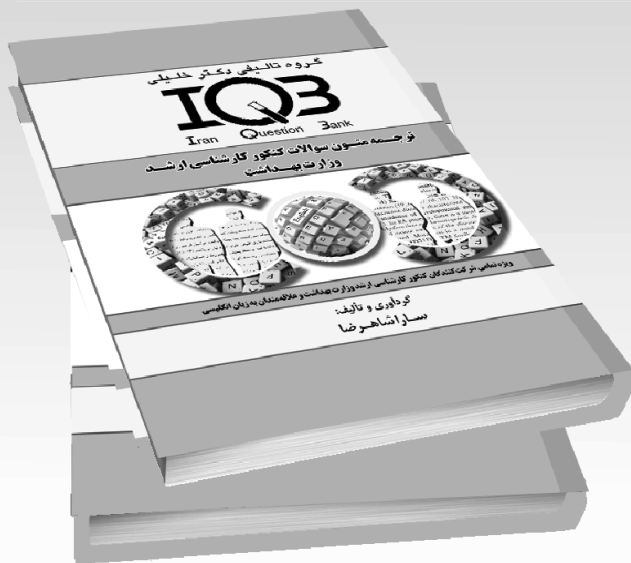
چکیده‌ی تمامی مطالب و نکات لازم
برای کنکور براساس منابع

بانک سوالات

جمع آوری سوالات کنکور کاردانی به کارشناسی
کارشناسی ارشد و دکتری به صورت فصل بندی شده

سوالات تألیفی

تألیف سوالات مشابه کنکور



دریافت نمونه‌ی کتاب به صورت رایگان



www.agkins.com

بانک سوالات

جمع آوری سوالات کنکور کاردانی به کارشناسی
کارشناسی ارشد و دکتری به صورت فصل بندی شده

سوالات تألیفی

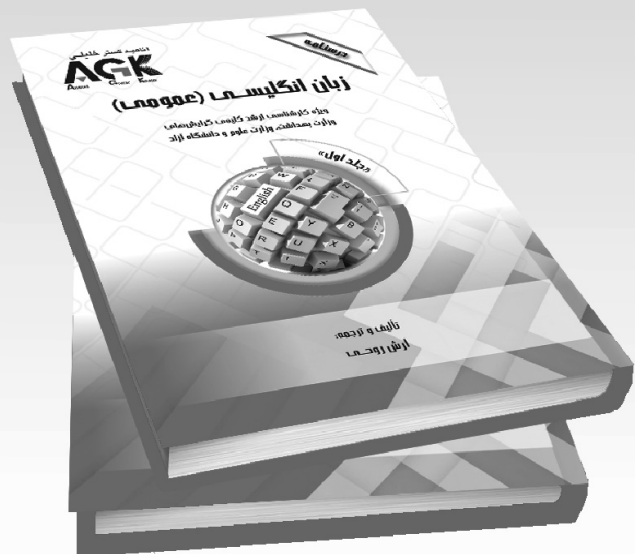
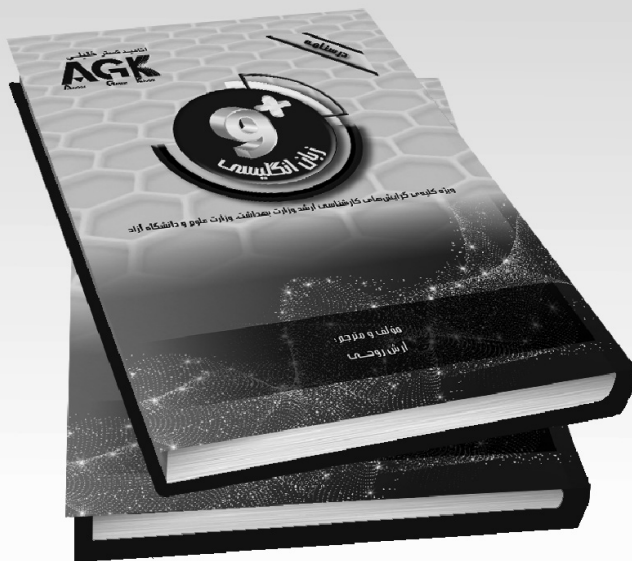
تألیف سوالات مشابه کنکور

جامع

حاوی تمامی مطالب و نکات لازم
برای کنکور براساس منابع

الگوریتم

چکیده‌ی تمامی مطالب و نکات لازم
برای کنکور براساس منابع



دریافت نمونه‌ی کتاب به صورت رایگان



www.agkins.com

شماره تماس با نمایندگی‌های فعال و رسمی آناهید گستر خلیلی

شماره تماس	نمایندگی	شماره تماس	نمایندگی
۰۹۱۰۱۷۱۱۸۷۲	سبزوار (آقای شریفان)	۰۹۹۱۳۷۱۳۷۵۰	اراک (آقای حسینی)
۰۹۹۱۳۷۱۳۷۴۱	شاهرود (آقای سلمانی)	۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۸	اردبیل (خانم عاصمی‌زاده)
۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۹	شهرکرد (خانم تقی‌پور)	۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۱	ارومیه (آقای آرمیون)
۰۹۱۹۵۷۳۰۱۵۲	شیراز (آقای فروردین / خانم هوشمندی)	۰۹۱۹۶۳۲۱۸۵۲	اسفراین (خانم اسماعیل‌زاده)
۰۹۱۹۳۷۱۳۷۴۲	فسا (خانم شعبانی)	۰۹۱۹۵۷۳۰۱۵۰	اصفهان (آقای کیانی)
۰۹۱۹۵۷۳۰۱۴۹	قزوین (خانم چگینی)	۰۹۱۹۵۷۳۰۱۵۴	اهواز (آقای دکتر رضازاده)
۰۹۱۹۷۷۸۱۹۴۷۱	کرج (آقای دکتر علیرضاپور)	۰۹۱۹۰۹۸۰۳۱۸	ایلام (آقای دکتر بوچانی)
۰۹۱۳۱۹۸۱۲۷۰	کرمان (خانم ضمانتی‌یار)	۰۹۱۹۶۸۵۳۱۱۶	بروجرد (آقای احمدی‌صدر)
۰۹۱۹۵۷۳۰۱۴۸	کرمانشاه (آقای ابراهیمی)	۰۹۹۱۳۷۱۳۷۴۹	بم (خانم سرحدی‌نژاد)
۰۹۱۹۵۳۷۱۸۹۰	کوهدشت (خانم یاریان)	۰۹۱۹۵۹۰۷۲۰۳	بیرجند (آقای دکتر بهروان)
۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۷	گرگان (آقای شاه‌علی)	۰۹۱۹۵۷۳۰۱۴۷	تبریز (خانم عاصمی‌زاده)
۰۹۱۹۵۷۳۳۱۷۹	مراغه (آقای صمدی)	۰۹۰۱۳۷۳۷۸۹۶	جهرم (آقای یاعلی جهرمی)
۰۹۹۱۳۷۱۳۷۴۴	مشهد (خانم دکتر شجاعی)	۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۰	جیرفت (خانم دکتر محمدی)
۰۹۱۹۵۷۳۳۱۷۹	میاندوآب (آقای صمدی)	۰۹۱۹۲۷۰۵۸۷۸	خرم‌آباد (خانم میر)
۰۹۱۹۶۳۵۰۷۶۸	نیشابور (آقای موسوی)	۰۹۱۹۵۷۳۰۱۵۳	رشت (خانم تنها)
۰۹۱۹۵۷۳۳۲۸۴	هرمزگان (آقای زارعی)	۰۹۱۹۶۸۲۹۲۸۰	رفسنجان (آقای یوسفی)
۰۹۱۹۵۷۳۰۱۵۵	همدان (آقای سوری)	۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۵	زاهدان (آقای مهمان‌دوست)
۰۹۱۹۵۹۰۷۲۰۴	یاسوج (آقای مرتضوی)	۰۹۱۹۲۷۰۵۸۷۱	زنجان (خانم دکتر هوشیار)
۰۹۱۹۹۱۰۱۲۴۳	یزد (خانم آزاد)	۰۹۱۹۷۷۸۱۹۴۴	ساری (آقای دکتر اکبری)

بانک کتاب ناهید



«هر کتابی، از هر انتشاراتی را از ما بخواهید»

✓ جامع‌ترین بانک کتاب

✓ تحویل روزانه

✓ ارسال به تمامی نقاط کشور

✓ سفارش کتاب به صورت تلفنی و آنلاین

www.NIBS.ir



کتاب دانشگاهی، فنی و مهندسی، علوم پزشکی، علوم انسانی، عمومی،
ادبی، مذهبی، کمک آموزشی، کودک و نوجوان و کتاب نفیس

فروشگاه: تهران - خیابان انقلاب - روبه روی درب اصلی دانشگاه تهران

پاساژ فروزنده - طبقه همکف - پلاک ۳۳۱

تلفن: ۶۶۴۸۹۳۷۵ - ۰۲۱ - ۶۶۴۸۹۳۴۹ - ۰۲۱