



### اهمیت بهداشت روانی در بارداری

روح انگیز شیروانی<sup>۱</sup>، مرضیه رفعت ماه<sup>۲</sup> و الهام قاسمی<sup>۳</sup> و سارا روستا<sup>۴</sup>

<sup>۱</sup>کارشناسی ارشد روان پرستاری، دانشگاه علوم پزشکی جندی شاپور اهواز، 1367shirvani.r@gmail.com،

<sup>۲</sup>دکترای پرستاری، گروه پرستاری دانشگاه آزاد اسلامی یاسوج، rafatmahn69@gmail.com،

<sup>۳</sup>دانشجوی کارشناسی ارشد کودکان، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، elhaaam1997@gmail.com،

<sup>۴</sup>کارشناسی ارشد داخلی جراحی، دانشگاه علوم پزشکی شیراز، Atashkade.2703@gmail.com،

#### چکیده

مقدمه: بارداری از حساس ترین دوران های زندگی زنان است. صدمات وارده بر جنین در این دوران زمینه ساز بسیاری از اختلالات روانی در

سالهای بعدی زندگی است. عدم اطلاع در خصوص بهداشت روانی در بارداری موجب بروز آشفتگی های روانی در زنان و فرزندان آنها میشود.

روش کار: مطالعه حاضر مطالعه ای مروری و با استفاده از کلمات کلیدی در مقالات و پایگاه های اطلاعاتی معتبر، صورت گرفته است.

یافته ها: بهبود بهداشت روان بارداری موجب بهبود سلامت روان فرزندان و خانواده و جامعه و جلوگیری از بروز اختلالات روانی در آینده می شود.

نتیجه گیری: بارداری تامین کننده سلامت نسلهای آینده است. لزوم اجرای برنامه هایی به منظور ارتقاء بهداشت روان زنان باردار ضرورت دارد.

کلید واژه: بهداشت روانی، بارداری