

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

دلالت‌های کاربردی شعار WHO

پنجره فرصت ۱۰۰۰ روز طلایی

سلسله مباحث پیشگیری
آغازین

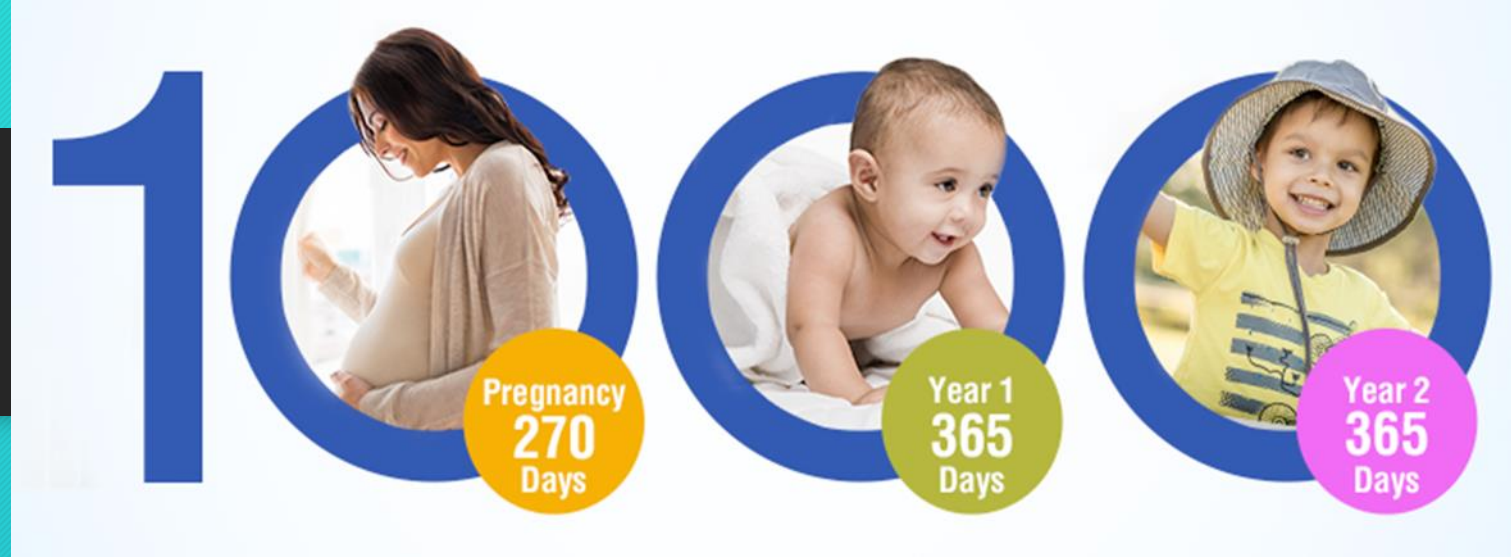
نوذر نخعی، استاد پزشکی اجتماعی
مرکز تحقیقات مدیریت ارائه خدمات سلامت
پژوهشکده آینده پژوهی
دانشگاه علوم پزشکی کرمان
تابستان ۱۴۰۴

شعار امسال سازمان جهانی بهداشت: آغازی سالم.... آینده ای امیدبخش



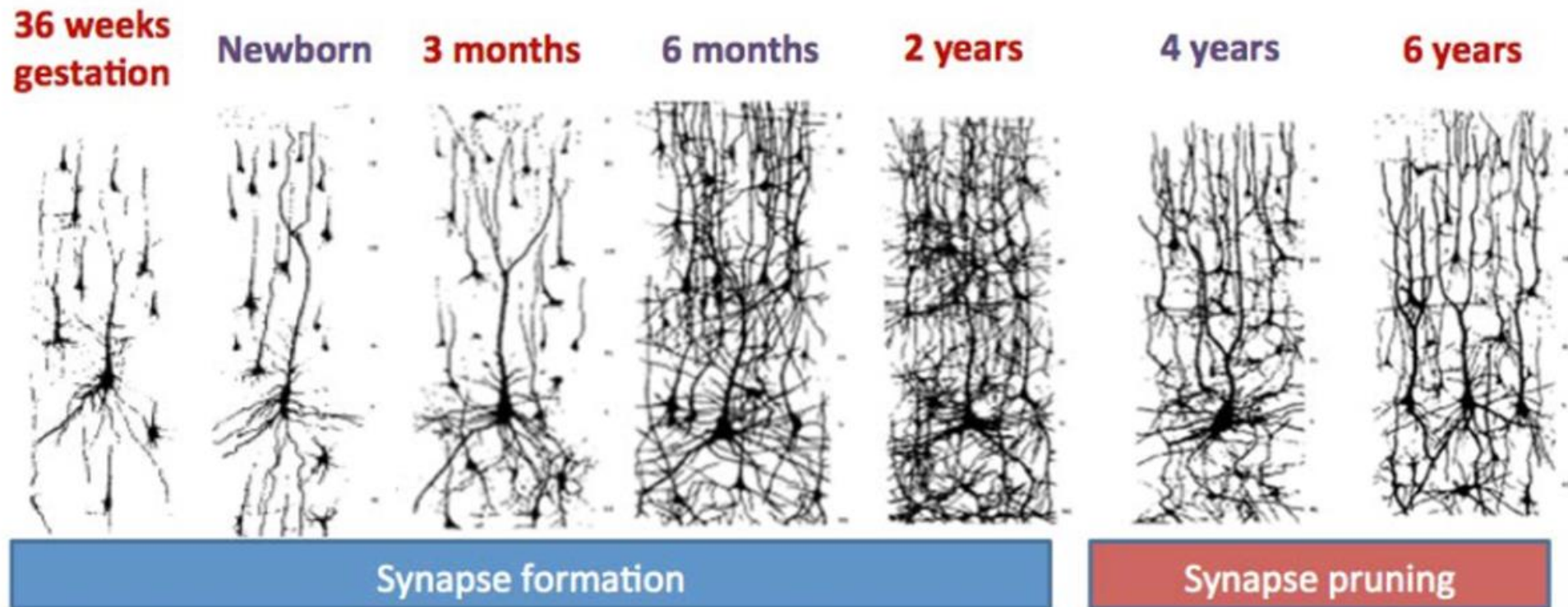
makeagif.com

World Health Day 2025
Healthy beginnings, hopeful
futures

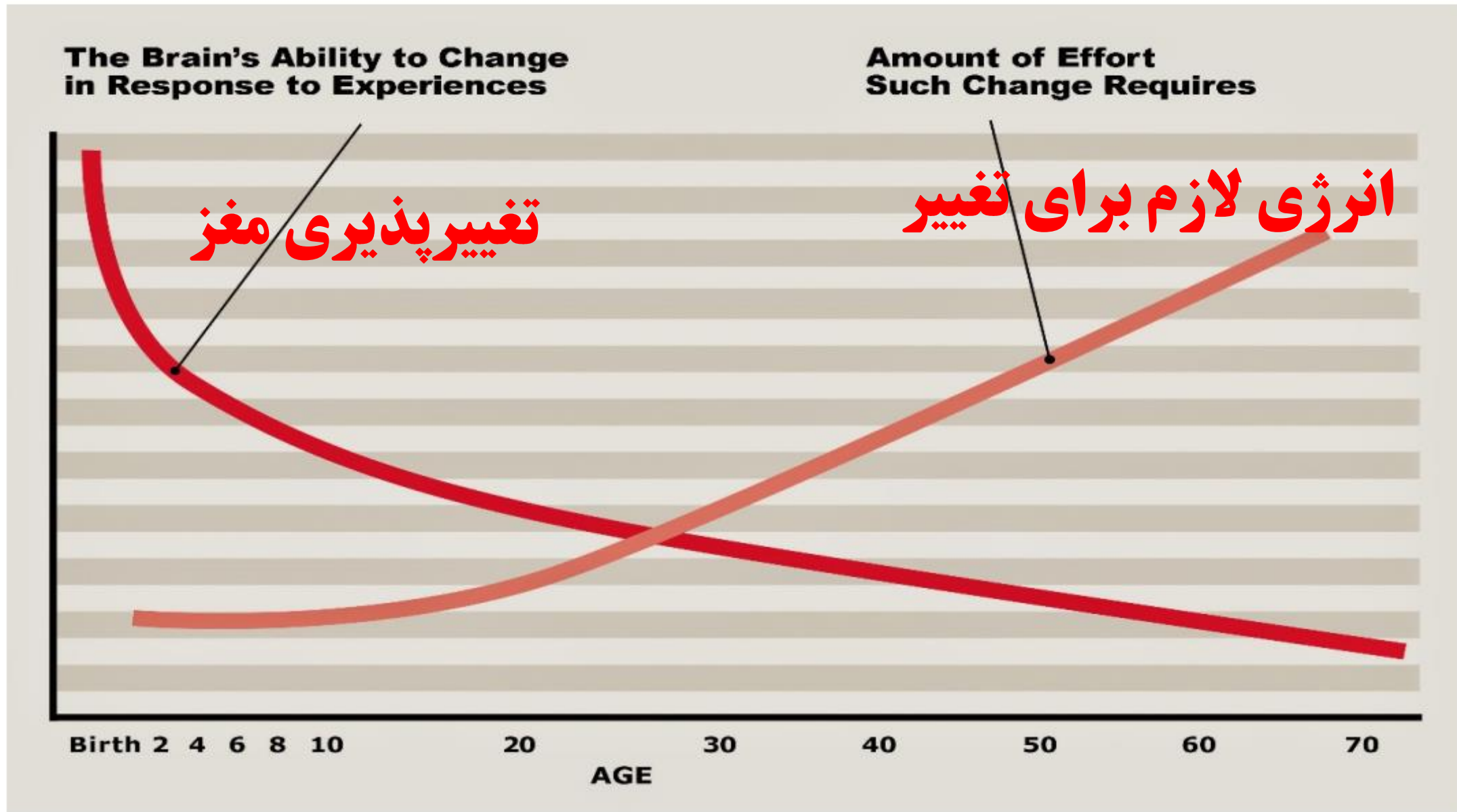


- رشد سریع مغز در این ایام به عنوان فرمانده رفتار و سبک زندگی
- تاثیرپذیری زیاد کودک به لحاظ تغذیه ای
- نصیحت پذیری والدین در این دوره

The experience-expectant, experience-dependent human brain

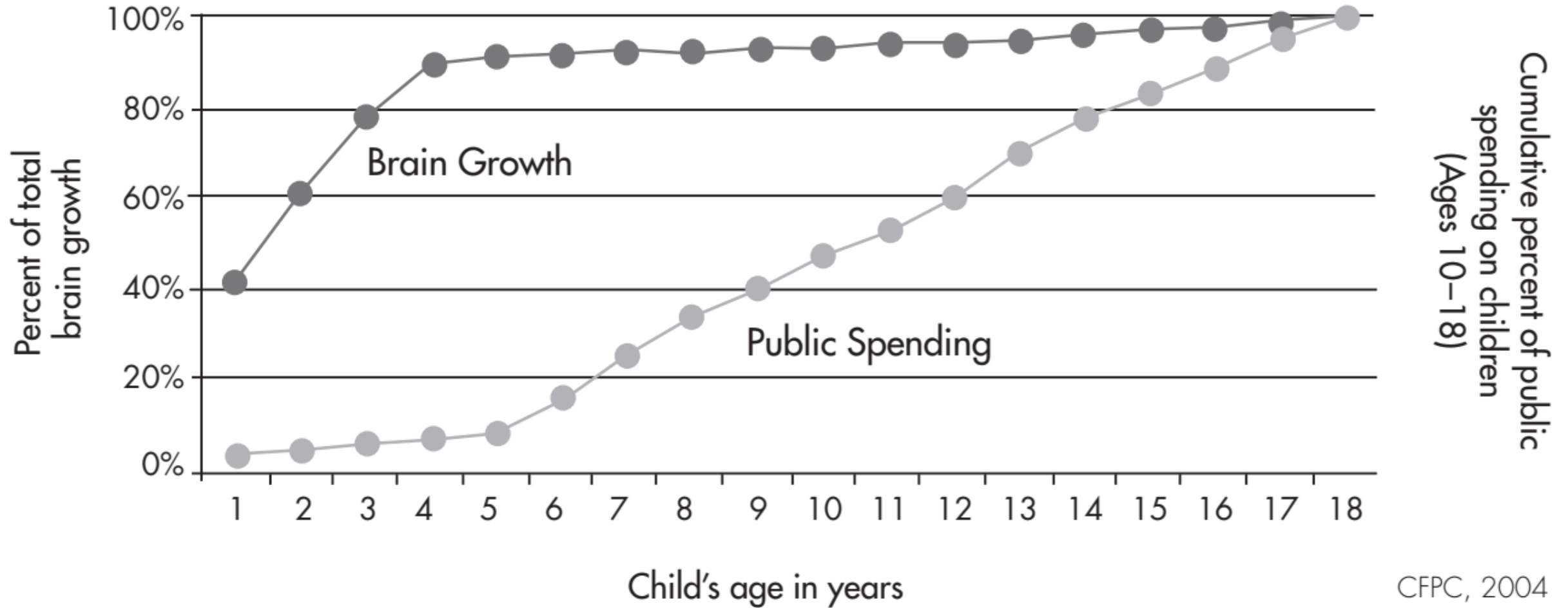


<http://america.pink.com>



It is easier, less costly, and more impactful to intervene early in the development of a child's brain than it is to do so later.

Brain Growth and Public Investments by Child Age



هزینه کرد خانواده‌ها و دولت برای کودکان و تقارن آن با رشد مغزی

مراکز MMT

غربالگری بدو از دواج

مهارت آموزی مدارس

فرزند پروری



پیشگیری آغازین

شکل ۱۴- سلسله مراتب سطوح پیشگیری و تعریفی مختصر از هریک

PERSPECTIVE

Study on Preventive Healthcare

Primal preventions: New research in molecular biology, particularly epigenetic, suggests that the **emotional and physical environment** during fetal and new born life may have a **significant impact on adult health**. This method of health promotion focuses on **giving future parents with relevant, unbiased information about primal health** and assisting them during their child's primal phase of development.

پیشگیری آغازین (primal)

- تاثیر قابل توجه **محیط عاطفی و فیزیکی** دوران جنینی و اوان تولد بر سلامت بزرگسالی
- این پیشگیری را نوعی **ارتقاء سلامت** میدانند که اطلاعات صحیح در اختیار خانواده ها قرار می دهد

- Relies heavily on **educating** parents and would-be parents
- Acknowledging that the **caregiver behavior** is the **biggest risk factor**

• اساساً بر محور آموزش والدین و کسانی که قرار است والد شوند استوار است

• با این دیدگاه و پیش فرض که **رفتار والدین بزرگترین عامل خطر** برای بسیاری از بیماری‌هاست

به رغم اهمیت آن، کمتر کسی به مقوله پیشگیری آغازین پرداخته می‌شود.

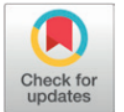
*Addiction
& Health*

<https://ahj.kmu.ac.ir>

 [10.34172/ahj.1653](https://doi.org/10.34172/ahj.1653)

AHJ. 2025;17:1653

Letter to Editor

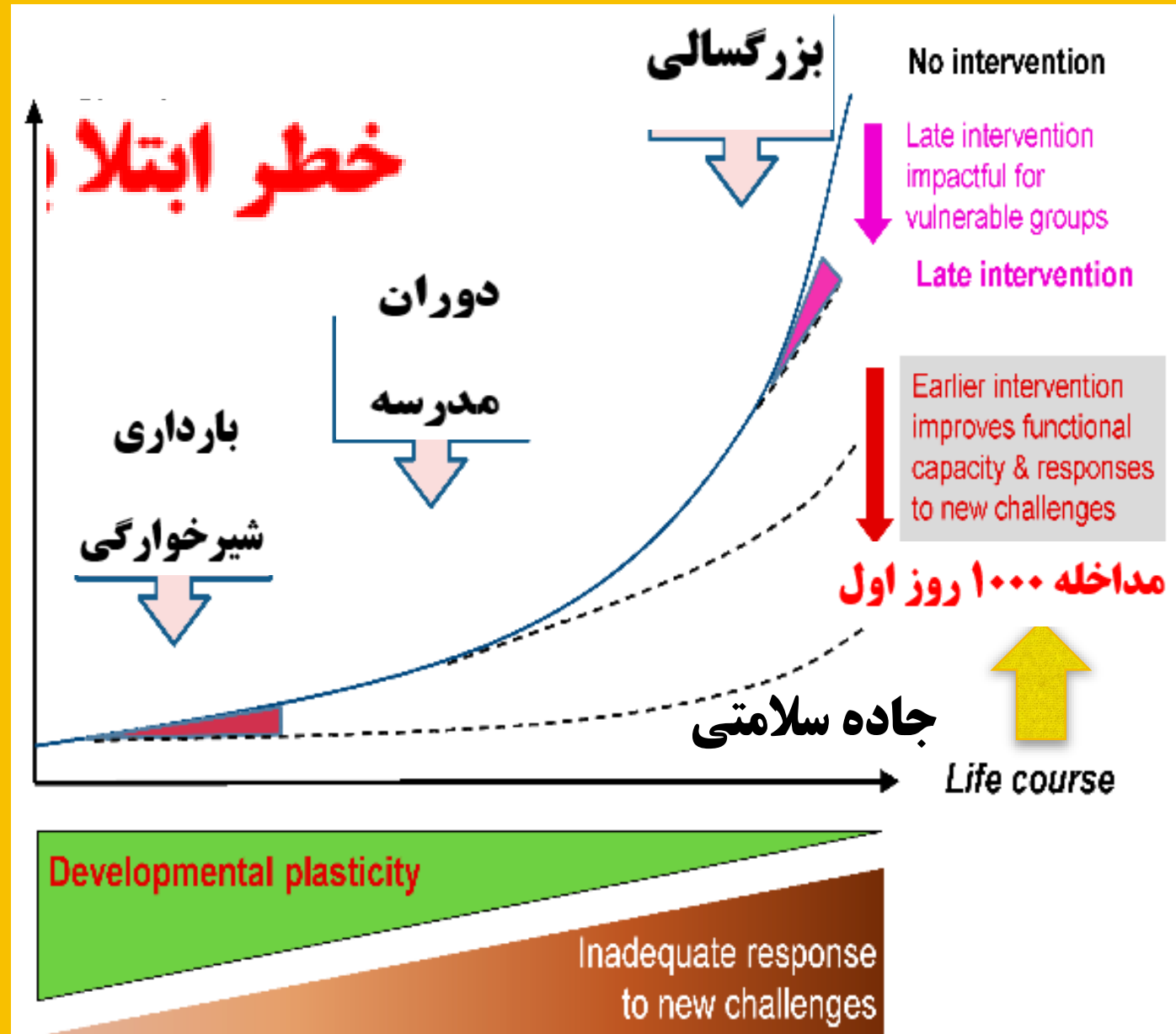


Primal Prevention of Drug Abuse: An Emerging but Unrecognized Public Health Issue

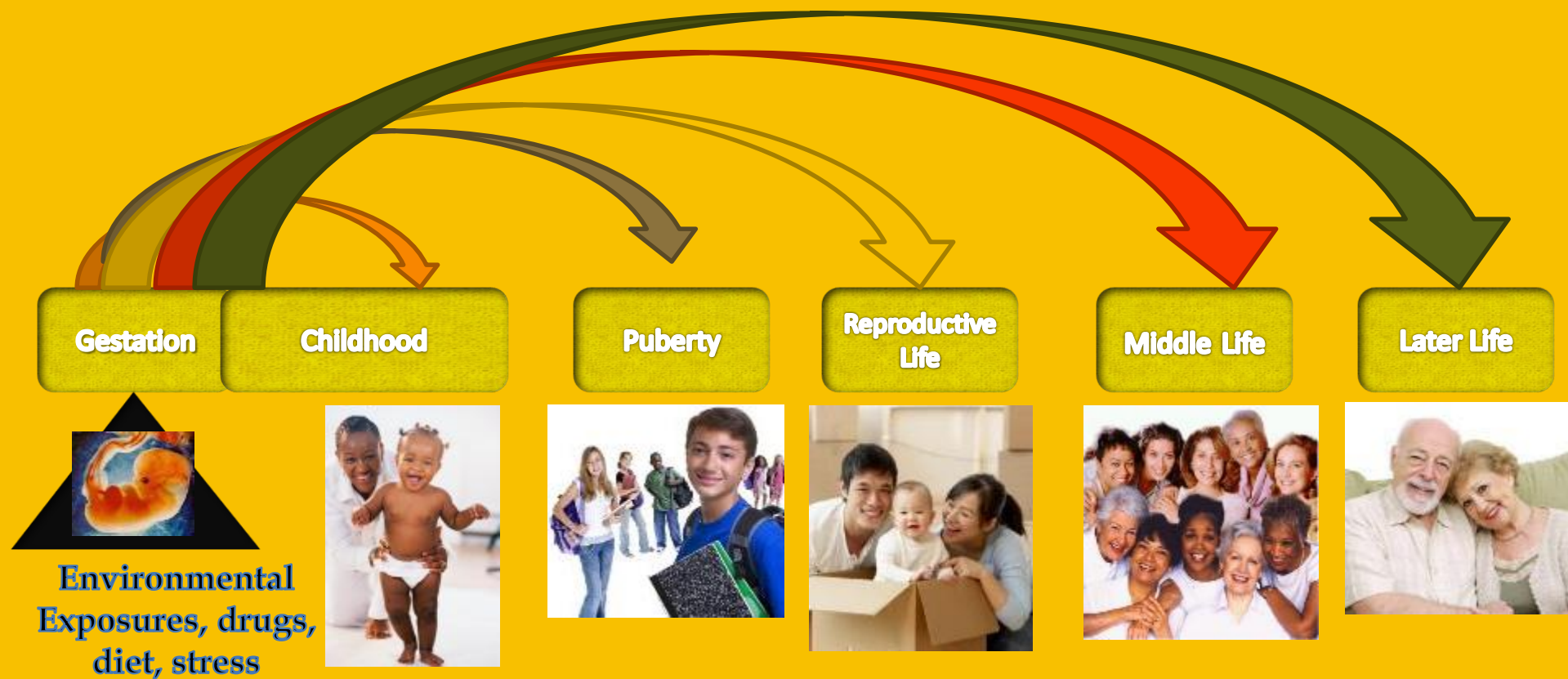
Nouzar Nakhaee^{1*} 

¹Neuroscience Research Center, Institute of Neuropharmacology, Kerman University of Medical Sciences, Kerman, Iran

تأثير زمان آغاز اقدامات پیشگیری بر تضمین سلامت افراد



سایه افکندن دوران بارداری بر تمامی مراحل زندگی



سه رشته تکاملی که ماما نقش مهمی در استحکام بخشی
آن دارد: سلامت عاطفی، تغذیه ای، و جسمی

Emotional Health
Nutritional
Physical



سلامت عاطفی Antenatal domestic violence, maternal mental health and subsequent child behaviour: a cohort study

• مطالعه حدود ۱۴ هزار نفر مادر باردار در لندن و پیگیری آنان و کودکانشان به مدت حدود چهار سال

• کسانی که پدران تند و بداخلاق داشتند، مشکلات رفتاری در ۴ سالگی نزدیک به ۳ برابر بود

Why are they having infant colic? A nested case-control study

- Each infant with inconsolable persistent crying and four matched infants
- having colic in infancy negatively affected the sleeping pattern and the height of the infant.

Table 5. Perinatal factors affecting infant colic according to multivariable logistic regression (backward logistic regression) analysis

	OR [CI]
Maternal education level, ≤ 8 years vs. > 8 years*	3.22 [1.24, 8.36]
<u>Domestic violence vs. no violence*</u>	<u>8.96 [1.85, 43.42]</u>
Smoking exposure during pregnancy, yes vs. no	1.98 [0.92, 4.24]
Hostility scores of Brief Symptom Inventory*	2.02 [1.04, 3.91]
Maternal cheese consumption during gestational period*	0.89 [0.79, 0.99]

* $P < 0.05$.



HHS Public Access

Author manuscript

Matern Child Health J. Author manuscript; available in PMC 2017 July 01.

سلامت عاطفی

Published in final edited form as:

Matern Child Health J. 2016 July ; 20(7): 1424–1431. doi:10.1007/s10995-016-1940-1.

Maternal Intimate Partner Violence: Relationships with Language and Neurological Development of Infant and Toddlers

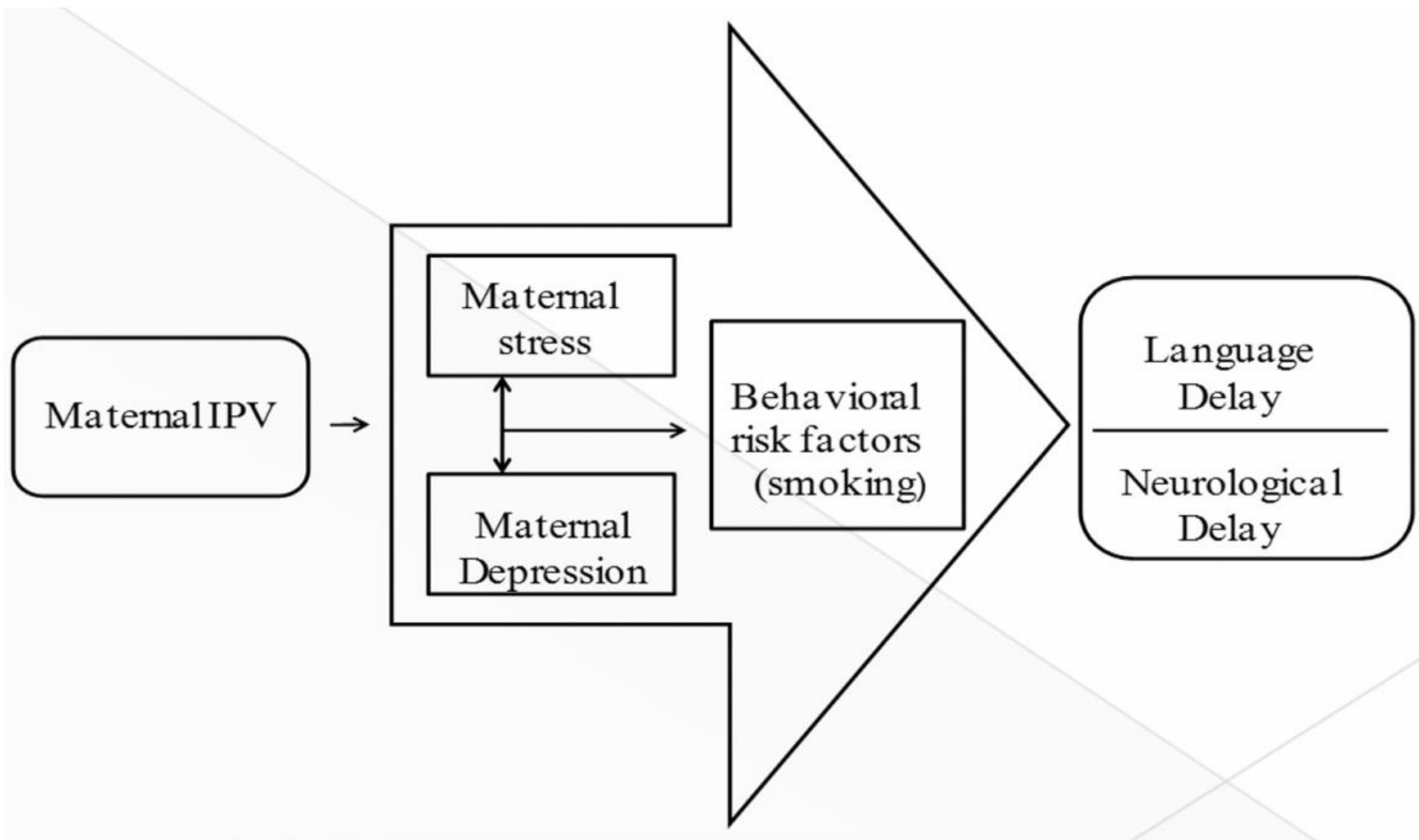
Ifeyinwa E. Udo, Udo, DrPH, CPH,

Center for Interdisciplinary Research on AIDS; Yale School of Public Health, New Haven CT, USA, Ifeyinwa.udo@yale.edu; Phone: 2037375031; Fax: 203-737-5239

Phyllis Sharps, PhD, RN,

Department of Community Public Health, Johns Hopkins University School of Nursing, MD, USA

The study was conducted over 5 years



- Women exposed to **moderate levels of IPV** had increased odds of language delay compared to infants and toddlers of women who experienced low levels of violence (**OR=5.31**).
- Infants and toddlers born to women who experienced **moderate and high levels of IPV** were at higher risk of neurological delay respectively, compared to infants and toddlers of women who experienced low levels of IPV (**OR=5.42**).



HHS Public Access

Author manuscript

J Hum Resour. Author manuscript; available in PMC 2017 November 06.

سلامت عاطفی

Published in final edited form as:

J Hum Resour. 2016 ; 51(3): 523–555. doi:10.3386/w18422.

Maternal Stress and Child Outcomes: Evidence from Siblings

- These results suggest that maternal stress may play a role in the intergenerational persistence of poverty.



• استرس حتی باعث انتقال
و ماندگاری فقر در نسل
های بعد خواهد گردید



ELSEVIER

Contents lists available at ScienceDirect

Hormones and Behavior

journal homepage: www.elsevier.com/locate/yhbeh



Review article

A short review of biological research on the development of sexual orientation[☆]



• اگر خانم باردار در دوران بارداری تحت استرس‌های مکرر قرار گیرد احتمال آنکه فرزندش تمایلات همجنس گرایی داشته باشد، بیشتر است.



استرس مادر در دوران بارداری، شانس به دنیا آمدن پسر همجنس‌گرا را افزایش می‌دهد.

Frontiers in Neuroendocrinology 32 (2011) 214–236



Contents lists available at ScienceDirect

Frontiers in Neuroendocrinology

journal homepage: www.elsevier.com/locate/yfrne



Review

Sexual differentiation of the human brain: Relation to gender identity, sexual orientation and neuropsychiatric disorders

- Mother's stress during pregnancy increases the chance of giving birth to a homosexual son.

ment. There is no evidence that one's postnatal social environment plays a crucial role in gender identity or sexual orientation. We discuss the relationships between structural and functional sex differences of



تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم



Published in final edited form as:

J Psychiatry Psychiatr Disord. 2019 October ; 3(5): 227–240. doi:10.26502/jppd.2572-519X0077.

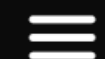
Prenatal Exposure to Famine and Risk for Development of Psychopathology in Adulthood: A Meta-Analysis

K. Dana^{1,2,#}, J. Finik^{1,3,4,5,#}, S. Koenig², J. Motter^{1,2,6}, W. Zhang¹, M. Linaris^{1,7}, J. C. Brumberg^{1,2}, Y. Nomura^{1,2,4,*}

¹Queens College, CUNY, Psychology, New York, NY, USA

²The Graduate Center, CUNY, New York, NY, USA

- adults exposed in utero during the 1st trimester were at a significant increased risk of psychotic disorders (RR=1.46, 95% CI=1.08, 1.97, p=0.014), and personality disorders (RR=2.31, 95% CI=1.36, 3.92, p=0.002). Those exposed during the 2nd trimester were at a significant increased risk of affective disorders (RR=1.45, 95% CI=1.22, 1.72, p<0.0001), and psychotic disorders (RR=1.46, 95% CI=1.13, 1.89, p=0.004). Similarly, those exposed in the 3rd trimester were at a significant increased risk of affective disorders (RR=1.33, 95% CI=1.13, 1.57, p=0.0001), and psychotic disorders (RR=1.47, 95% CI=1.10, 1.97, p=0.010)

[NEWS](#)[CAREERS](#)[JOURNALS](#)

Science

[LOG IN](#)[BECOME](#)

Science

[Current Issue](#)[First release papers](#)[Archive](#)[About](#) [Submit](#)

[HOME](#) > [SCIENCE](#) > [VOL. 386, NO. 6725](#) > [EXPOSURE TO SUGAR RATIONING IN THE FIRST 1000 DAYS OF LIFE PROTECTED AGAINST CHRONIC DISEASE](#)

| [RESEARCH ARTICLE](#) | [METABOLISM](#)



Exposure to sugar rationing in the first 1000 days of life protected against chronic disease

[TADEJA GRACNER](#) , [CLAIRE BOONE](#) , AND [PAUL J. GERTLER](#) [Authors Info & Affiliations](#)

[Get citation](#)

2024 • Vol 386, Issue 6725 • pp. 1043-1048 • DOI: [10.1126/science.adn5421](#)



- We found that early-life rationing reduced:
- **Type 2 diabetes** and **hypertension** risk by about **35%** and **20%**
- and **delayed disease** onset by **4** and **2** years, respectively.
- Protection was evident with **in utero exposure** and increased with postnatal sugar restriction, especially **after 6 months**, when eating of solid foods likely began

مطالعات اقتصادی در کشورهای متفاوت نشان داده است که تغذیه کافی و سالم در زمان بارداری.....

○ در صورت تامین هزینه مولتی ویتامین و آهن برای زنان باردار، **۳۸ برابر بازگشت سرمایه** در آینده خواهیم داشت.

○ به ازای هر هزار تومانی که خرج تغذیه در ۱۰۰۰ روز اول می شود، در واقع **بین ۴۵ تا ۱۶۶ برابر پس انداز می شود** به علت افزایش توانمندی روانی، هوشی و جسمی این افراد در بزرگسالی،



سلامت عاطفی و فیزیکی

The Magical Golden
Hour – What is it and
Why is it so
Important?

**ساعت جاوی، طلایی، مقدس
شیر مادر
تماس پوست به پوست**

The magical golden hour





Skin-to-skin contact the first hour after birth, underlying implications and clinical practice

[Ann-Marie Widström](#),¹ [Kajsa Brimdyr](#),² [Kristin Svensson](#),^{1, 3} [Karin Cadwell](#),² and [Eva Nissen](#)¹



Clinical practice of skin-to-skin

Widström et al.

Stages	Behaviours
1. Birth cry	Intense cry just after birth, transition to breathing air.
2. Relaxation stage	Infant rests. No activity of mouth, head, arms, legs or body.
3. Awakening stage	Infant begins to show signs of activity. Small thrusts of head: up, down, from side-to-side. Small movements of limbs and shoulders.
4. Active stage	Infant moves limbs and head, more determined movements. Rooting activity, 'pushing' with limbs without shifting body.
5. Resting stage*	Infant rests, with some activity, such as mouth activity, sucks on hand.
7. Familiarization	Infant has reached areola/nipple with mouth positioned to brush and lick areola/nipple.
8. Suckling stage	Infant has taken nipple in mouth and commences suckling.
9. Sleeping stage	Infant closes eyes and falls asleep.



Figure 1 (A–I): Pictures of the 9 stages ©Healthy Children Project, Inc. Used with permission.

- The skin-to-skin provides the initial colonization of the **baby's microbiome** outside the mother
- Skin-to-skin contact not only improves the bonding between mother and the infant but also influences **infant's self-regulation in the years to come**

- تماس پوست به پوست سبب **تقویت ترکیب ذخیره میکروبی** کودک می شود
- سبب تقویت **خودتنظیمی در سالهای آتی** کودک خواهد شد.
- **توانایی درک و مدیریت رفتارها** (روی صندلی کلاس نشستن و درس گوش کردن، بازی با دیگران، استقلال و ...)





Review

Parent–Infant Skin-to-Skin Contact and Stress Regulation: A Systematic Review of the Literature

Received: 28 March 2021

Accepted: 26 April 2021

Published: 28 April 2021

Chiara Ionio * , Giulia Ciuffo and Marta Landoni 

- Separation of primate infants from their mothers could lead to **disastrous effects** on their following development and **behaviour**.

جدا نمودن شیرخوار پریمات ها
از مادرشان (میمون و انسان و
..) **اثرات مصیبت بار و فاجعه**
آمیز بر رفتار و تکامل وی در
آینده خواهند داشت

تأثير تماس پوست به پوست روزانه بر تکامل رفتاری کودک در ۳ سالگی



Original Article |  Open Access | 

Effects of daily full-term infant skin-to-skin contact on behavior and cognition at age three – secondary outcomes of a randomized controlled trial

Nicole Rheinheimer , Roseriet Beijers, Nina Bruinhof, Kelly H. M Cooijmans, Carolina de Weerth

First published: 09 August 2022 | <https://doi.org/10.1111/jcpp.13679> | Citations: 1

هر دو نوع اختلال رفتار در کودکان در سه سالگی بیشتر بود

- اختلالات رفتاری کودکان به دو دسته درونی‌سازی و برونی‌سازی تقسیم می‌شوند:
- درونی‌سازی: اختلالات درونی‌سازی اختلالاتی هستند که بیش‌تر به درون کودک هدایت می‌شوند و کودک به دلیل وجود این اختلالات دچار **گوشه‌گیری، اضطراب و پرهیز از فعالیت‌های اجتماعی و روابط میان‌فردی** می‌شود.
- برونی‌سازی: اختلالات برونی‌سازی دربرگیرنده رفتارهایی هستند که در جهت بیرون از وجود کودک هدایت می‌شوند. در این حالت کودک با **پرخاشگری، گریه، نافرمانی، بیش‌فعالی** و دیگر رفتارها وجود اختلال را نشان می‌دهند.

برخی فواید تماس پوست به پوست برای مادر و کودک



► Front Psychol. 2020 Aug 28;11:1921. doi: [10.3389/fpsyg.2020.01921](https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01921) [↗](#)

Mother–Infant Skin-to-Skin Contact: Short- and Long-Term Effects for Mothers and Their Children Born Full-Term

[Ann E Bigelow](#)^{1,*}, [Michelle Power](#)¹


- کم شدن احتمال افسردگی بعد از زایمان
- کم کردن اضطراب مادر و خواب بهتر
- در ۹ سالگی صمیمیت بیشتری بین کودک و مادر وجود خواهد داشت.
- کم شدن کورتیزول بزاق مادران در ماههای اول
- کم شدن گریه نوزاد
- ارتباط دوز-پاسخ مدت تماس پوست به پوست و طول مدت شیردهی

احتمال EBF سه برابر می شود

ACTA PÆDIATRICA
NURTURING THE CHILD

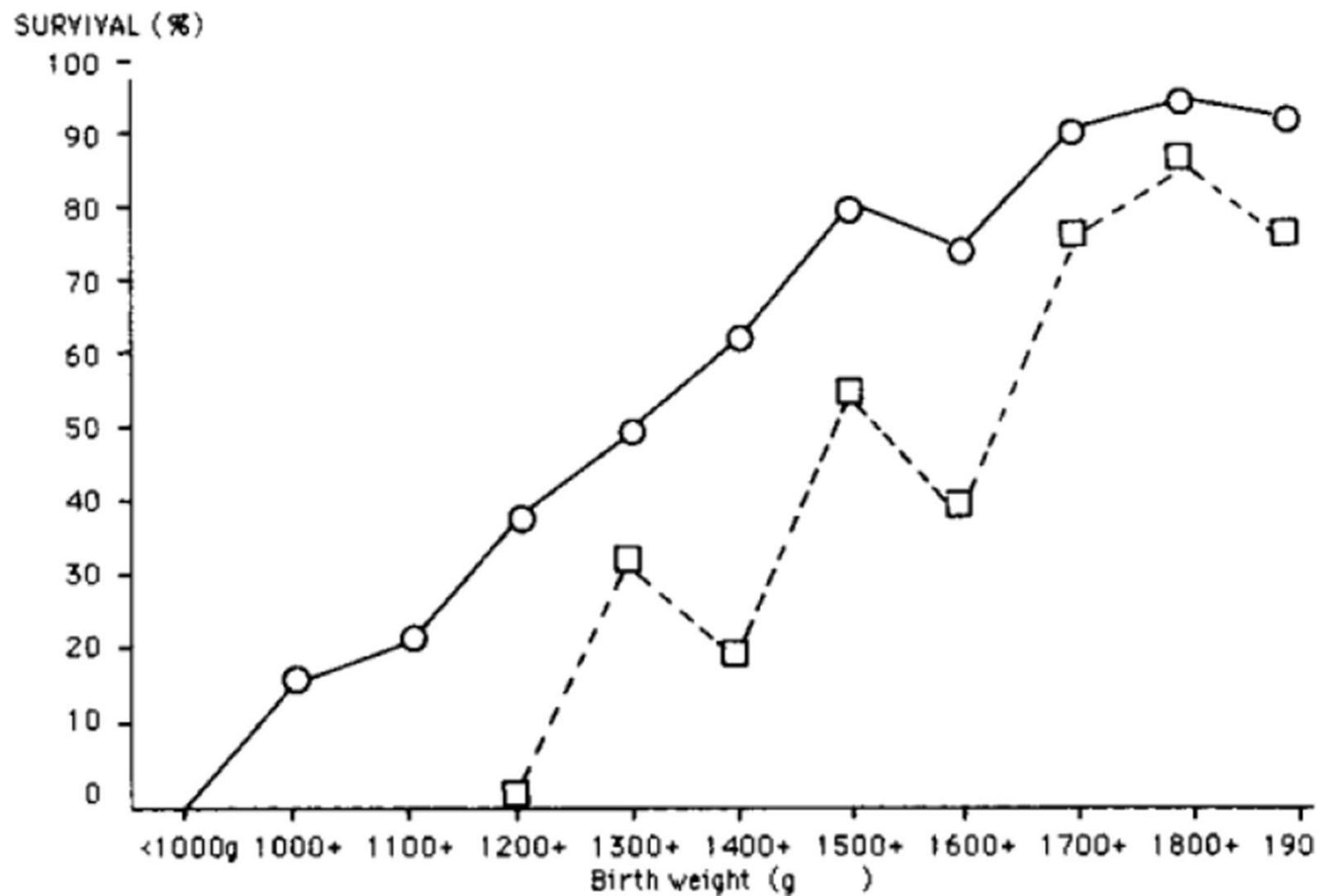
ORIGINAL ARTICLE |  Open Access |    

Longer skin-to-skin contact after birth enhances breastfeeding quality and duration: A cohort study

Einav Schlesinger , Keren Hatiel, Neomi Hod, Eric S. Shinwell

First published: 23 August 2024 | <https://doi.org/10.1111/apa.17388> | Citations: 1

مقایسه میزان بقای نوزادان



DID YOU KNOW??

Breastfeeding is a
women's health issue

2619
deaths

DISEASE		CASES PREVENTED
Breast cancer		5,023
Type 2 diabetes		12,320
Hypertension		35,982
Heart attacks		8,487

DID YOU KNOW??

... and a *children's health issue*

CASES PREVENTED

185



DISEASE

Leukemia

601,825



Ear infections

271



Crohn's disease &
Ulcerative colitis

2,558,629



GI infections

20,900



Severe lower
respiratory infections

45,298



Childhood obesity

1355



Necrotizing Enterocolitis

721
deaths



حضرت رسول اکرم (ص)

برای شیرخوار، بیچ شیری بهتر از شیر مادرش نیست



این مرکز به عنوان دوستدار کودک شناخته شده است

THIS HEALTH FACILITY IS HEREBY RECOGNIZED AS BEING

BABY - FRIENDLY

PRACTISING ALL

"TEN STEPS TO SUCCESSFUL BREASTFEEDING"



The Ten Steps To Successful Breastfeeding as established and defined by
the World Health Organization and the United Nations Children's Fund



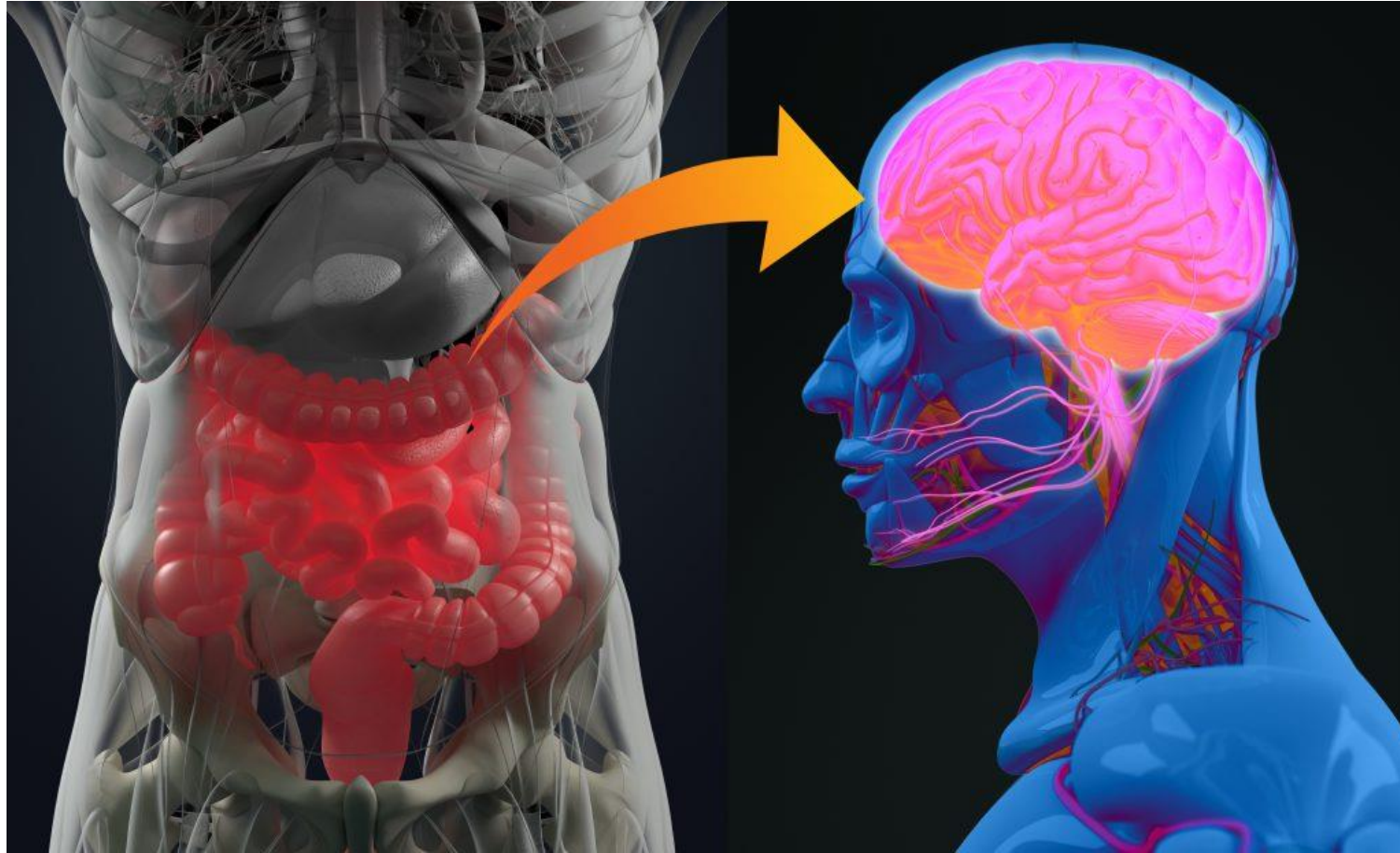
تحقیق شاخص‌های بیمارستان دوستدار کودک

- اقدام ۳: مادران باردار و زائوی آموزش دیده در زمینه تغذیه با شیر مادر و نحوه شیردهی (دادن پمفلت یا محتوای الکترونیک).
- اقدام ۴: آشنایی مادران باردار و پرسنل زایشگاه به اهمیت تماس پوست با پوست مادر و نوزاد در نیم ساعت اول تولد و تغذیه با شیر مادر در یک ساعت اول تولد.
- اقدام ۵: زائوی آموزش دیده در زمینه حفظ و تداوم شیردهی.
- اقدام ۹: آموزش استفاده نکردن از شیشه شیر و پستانک

تنظیم بودن ذخیره میکروبی بدن

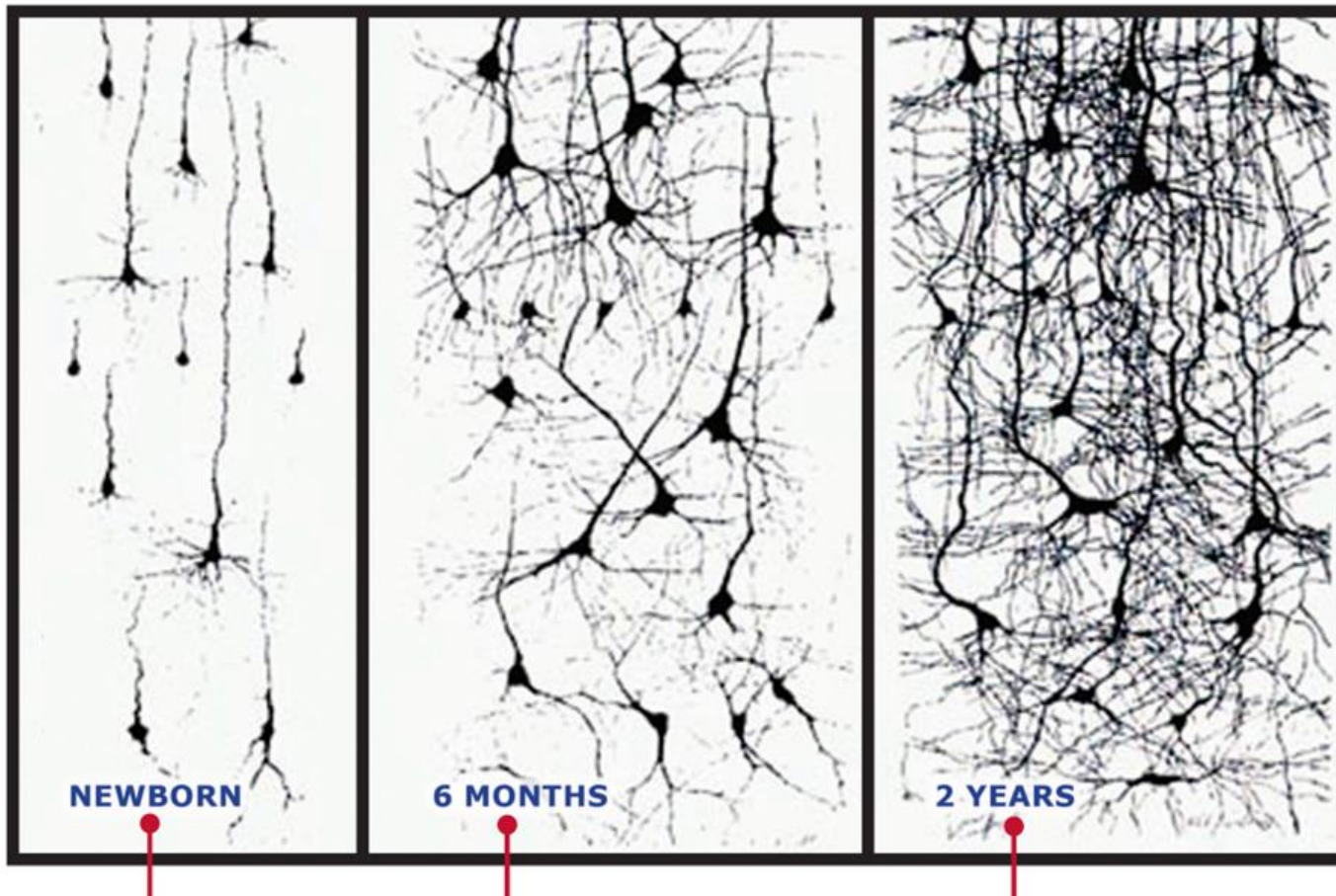
The gut is your "second brain"

لوله گوارش مغز دوم



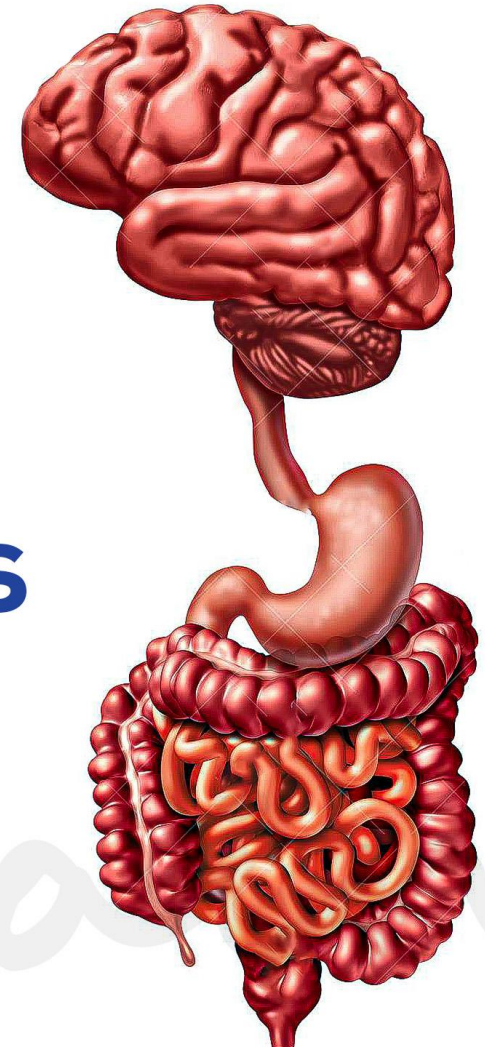
ریشه رفتارهای ما از کجاست؟ CNS & ENS

700 700 NEW NEURAL CONNECTIONS
PER SECOND



The Second
Brain In Your Gut:

Enteric Nervous System



www.giftedbrain.com.ng

[giftedbrain_academy](#) [GiftedBrain](#)

ما دو مغز داریم:

سیستم عصبی مرکزی
سیستم عصبی روده ای

مغز روده ای - هم اندازه مغز -
دوپامین (سر حالی) و در حد
۹۰٪ تولید مغز، سروتونین
(شادی) ترشح میکند.

- We have “two” brains!
- Situated in your head is the seat of the Central Nervous system (**CNS**) made up of the brain and spinal cord.
- Also, situated in the bowel is the Enteric Nervous System (**ENS**), a nine meter network from your esophagus to the anus.
- The gut brain produces the same amount of dopamine (**‘high’ hormone**) and 90% of serotonin (**‘happy’ hormone**) compared to the first brain.



The Role of Gut Microbiota in the High-Risk Construct of Severe Mental Disorders: A Mini Review

 Gabriele Sani^{1,2†},  Mirko Manchia^{3,4,5†},  Alessio Simonetti^{6,7},  Delfina Janiri^{1,2,8}, 
Pasquale Paribello^{3,4},  Federica Pinna^{3,4*} and  Bernardo Carpiniello^{3,4}

• ارتباط میکروبیوتا (ذخیره میکروبی بدن) با بیماری های شدید
روانی و رفتارهای پرخطر



The Role of Gut Microbiota in the High-Risk Construct of Severe Mental Disorders: A Mini Review



Gabriele Sani^{1,2†},  Mirko Manchia^{3,4,5†},  Alessio Simonetti^{6,7},  Delfina Janiri^{1,2,8},  Pasquale Paribello^{3,4},  Federica Pinna^{3,4*} and  Bernardo Carpiello^{3,4}

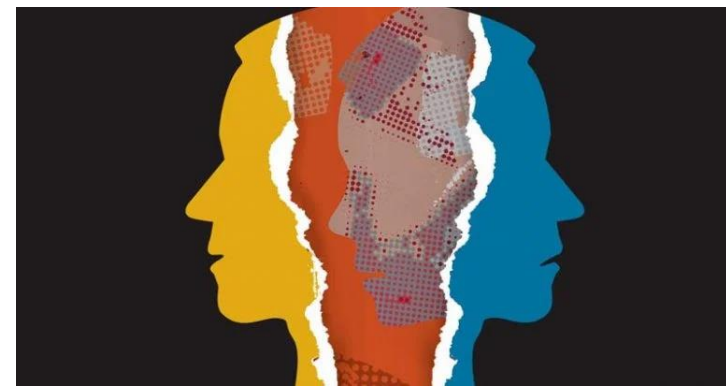
- Compared to 81 healthy controls, the gut microbiota of 90 medication-free patients with schizophrenia harbored many facultative anaerobes such as *Lactobacillus fermentum*, typically rare in a healthy gut
- Of note the schizophrenia-associated bacterium *Streptococcus vestibularis*, which contributed to the microbiota metagenomic-based discrimination of patients with schizophrenia from healthy controls, when transplanted to mice gut induced deficits in social behaviors

• تفاوت نوع باکتری روده افراد عادی با بیماران اسکیزوفرن (روان گسیختگی)

• کاشتن باکتری این بیماران در روده

موش سالم سبب تغییر رفتارهای

اجتماعی شد



- Sudo et al. reported that germ-free (GF) mice, i.e., animals that have never had contact with any microorganism, showed heightened hypothalamic-pituitary-adrenal (HPA) system response to acute restraint stress as compared to mice with a normal gut flora ([46](#)).

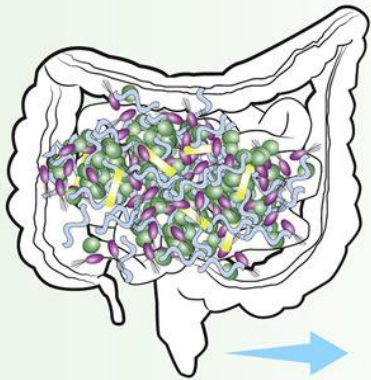
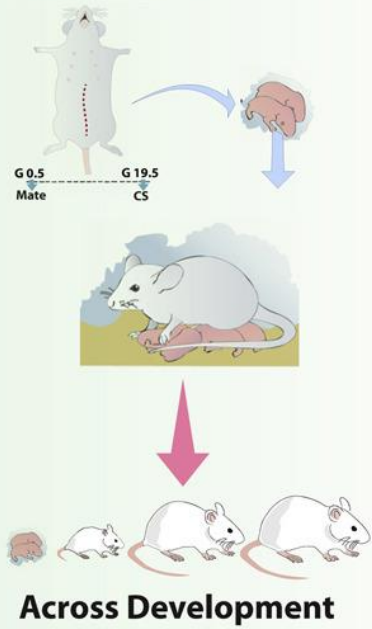
• موش های عاری از جرم که در محیط استریل بزرگ شده اند، در برابر استرس واکنش های بیشتری نشان دادند.

اثرات ماندگار سزارین بر رفتار بچه موش ها

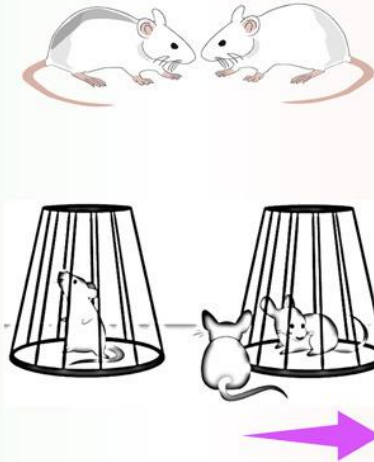
Article

Enduring Behavioral Effects Induced by Birth by Caesarean Section in the Mouse

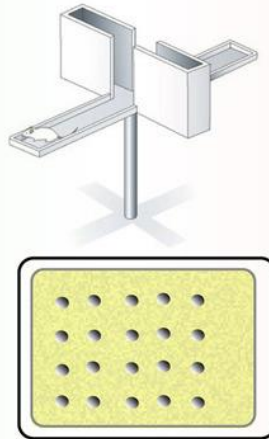
C-section (CS)



CS Altered Social Behaviour



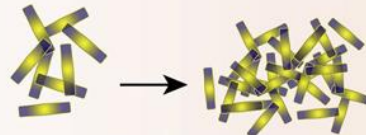
CS Altered Anxiety-like Behaviour



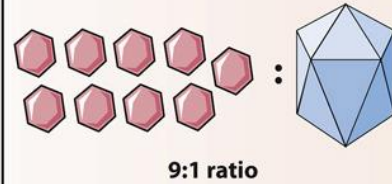
Rescued with



Co-housing

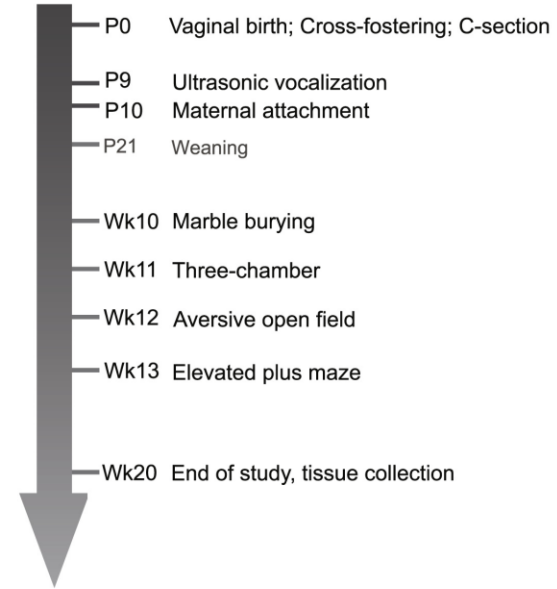


Probiotic (*Bifidobacterium* spp.)

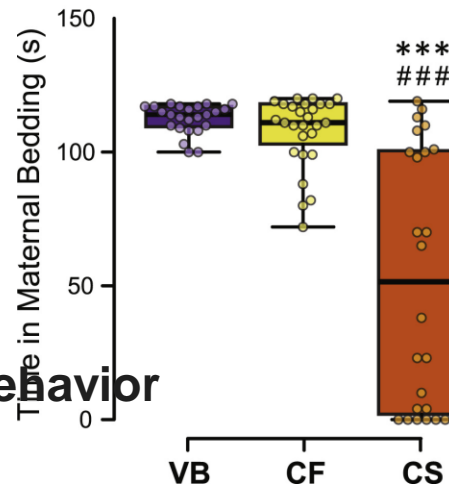
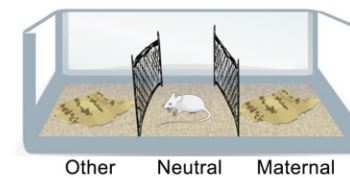


Prebiotic (GOS/FOS)

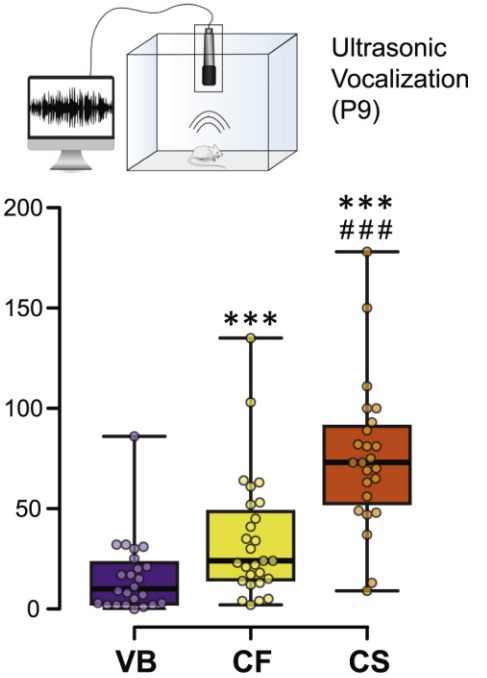
A



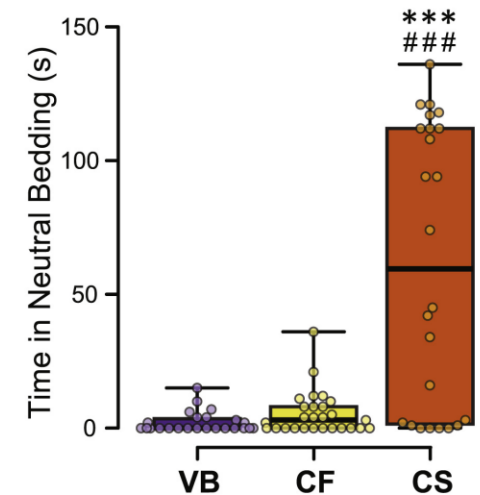
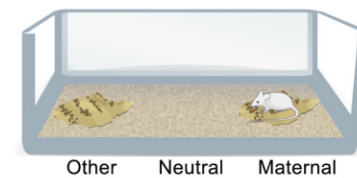
C



B



D



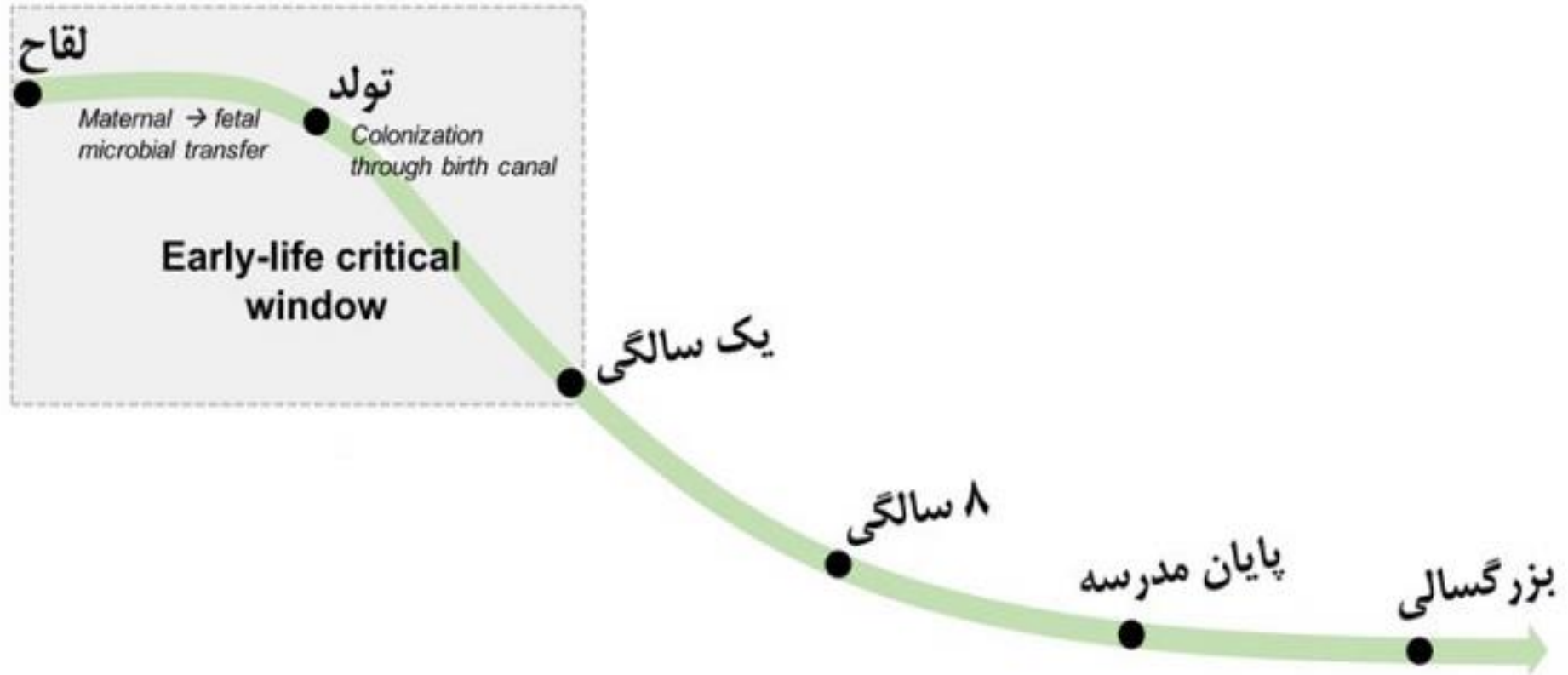
Maternal Attachment and Social Recognition (P10)

CS-born mice exhibited deficits in maternal attachment behavior

- C-section leads to changes in Bifidobacterium spp. abundance in early life
- Mice born by C-section have behavioral deficits throughout their lifespan کمبود در رفتارشان تا پایان عمر
- Mice born by C-section had enduring social, cognitive, and anxiety deficits in early life and adulthood.

To cite: Stiemsma LT and Michels KB. The Role of the Microbiome in the Developmental Origins of Health and Disease. *Pediatrics*. 2018;141(4): e20172437

میکروبیوم



بخش اصلی ترکیب میکروبی بدن در ۱۰۰۰ روز اول شکل می گیرد.

افزایش خطر اوتیسم و بیش فعالی به ترتیب ۳۳ و ۱۷ درصد



JAMA Network

Click to view article >

[JAMA Netw Open](#). 2019 Aug; 2(8): e1910236.

PMCID: PMC6716295

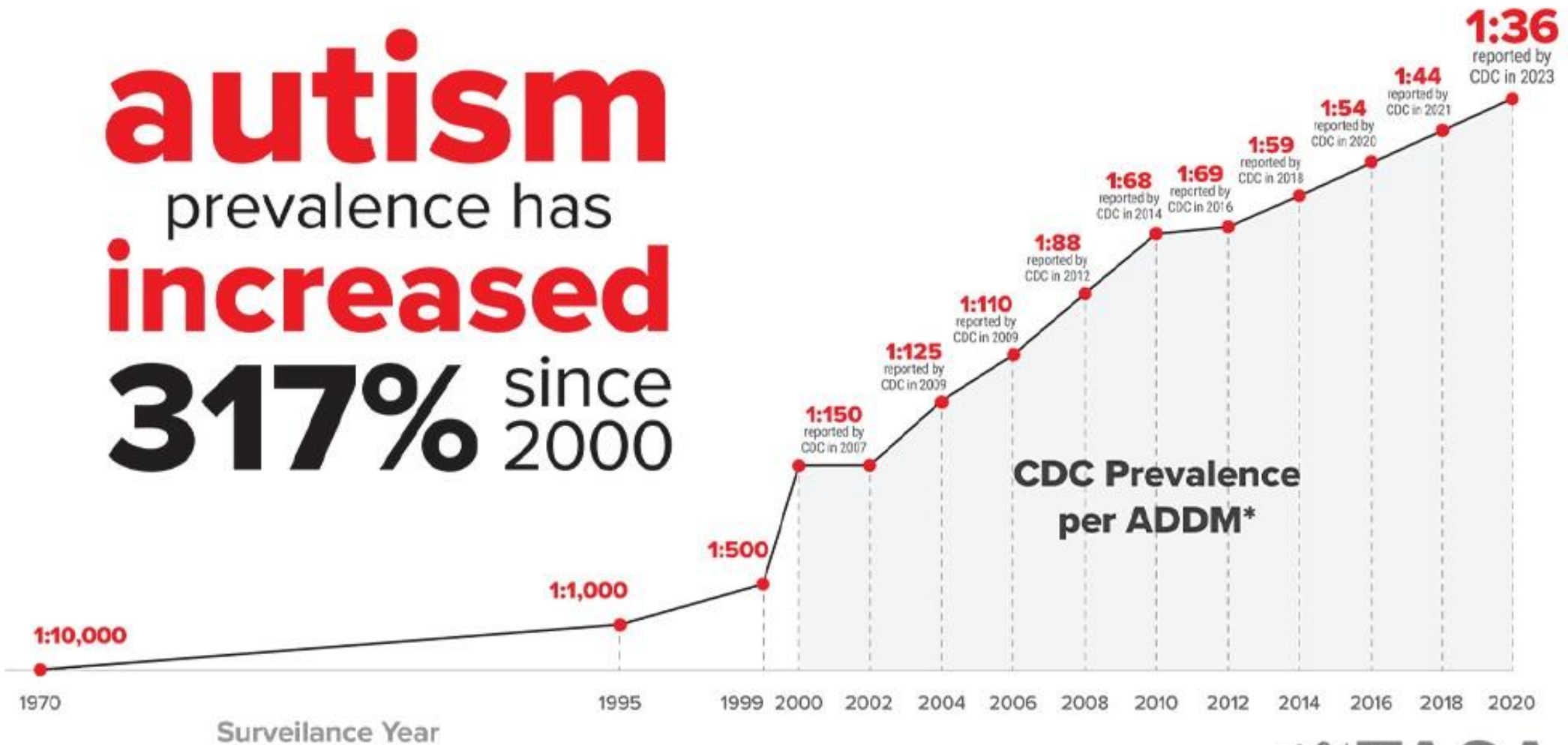
Published online 2019 Aug 28. doi: [10.1001/jamanetworkopen.2019.10236](https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2019.10236)

PMID: [31461150](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31461150/)

Association of Cesarean Delivery With Risk of Neurodevelopmental and Psychiatric Disorders in the Offspring

A Systematic Review and Meta-analysis

autism
prevalence has
increased
317% since
2000



*ADDM (Autism and Developmental Disabilities Monitoring Network)

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

تغذیه کافی و سالم

Maternal infant bonding

• نقش اتصال مادر به کودک



The Role of Antenatal and Postnatal Maternal Bonding in Infant Development

ACTIONS

“ Cite

- **Maternal bonding** may therefore be a potentially modifiable predictor of infant social-affective outcomes, offering important considerations **for preventative intervention.**

• اتصال مادر و کودک نقش
پیشگیرانه از بسیاری از
مشکلات





- This strong and unique sense of smell (learnt in utero by the baby) helps your little one to recognize your presence even from a distance after birth. Your baby is able to differentiate the smell of your breast milk from the breast milk produced by other mothers as well as from any other type of milk.

• شیرخوار بوی شیر مادر خود
را از سایرین تمایز میدهد
• تشخیص بو کمک میکند که
شیرخوار حتی از فاصله دور
درک کند که مادرش کنارش
است

Two-day-old newborn infants recognise their mother by her axillary odour

M M Marin¹, G Rapisardi, F Tani

- The eight males and 11 females were exposed to their own mother's axillary odour and the odour of another unfamiliar new mother taking part in the study
- The average time that the infants' heads were orientated towards the olfactory stimulus of their own mothers was 20.53 sec, which was significantly longer than the 11.13 sec recorded for the unfamiliar women

• بچه دوزده بوی مادرش
را تشخیص می دهد!

Babies Smell Wonderful to Their Parents, Teenagers Do Not: an Exploratory Questionnaire Study on Children's Age and Personal Odor Ratings in a Polish Sample

[Ilona Croy](#),¹ [Tomasz Frackowiak](#),² [Thomas Hummel](#),³ and [Agnieszka Sorokowska](#)^{✉1,2}

- Our study suggests that perception of young children's personal odor as pleasant may contribute to bonding and thereby caretaking, which is needed to a lesser degree after puberty than before.

• بوی مطبوع بدن شیرخوار
محركي است برای جذب
شدن بیشتر مادر به سوی او

Technology

Vs.

Human Body



amazon

Visit the Boba Store

★★★★★ 17,060 ratings | 3

#1 Best Seller in Child Carrier Slings

Price: \$45.00

Color: Sangria

What is swaddling?

In its most basic form, swaddling involves wrapping baby securely in a blanket so that only their head is peeking out. The rest of their body is comfortably snug inside the blanket, which may help the youngest infants feel like they're still inside the womb.

Some 90 percent of babies in North America are swaddled in the first weeks of life. Wrapping babies to sleep has been around since ancient times. And its impact on babies has been studied for decades or more.



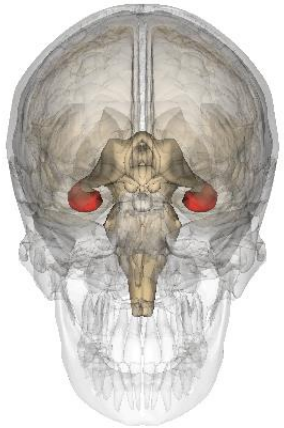
اسبک

Preschool is a sensitive period for the influence of maternal support on the trajectory of hippocampal development

Hippocampal volume increased faster for those with higher levels of preschool maternal support.

Early childhood maternal support predicted a **2.06 times greater increase in total hippocampus volume**.

- Memory
- Internal GPS
- Affective psychopathology



افزایش حافظه، پیشگیری از آلزایمر، تعاملات اجتماعی مثبت

نتیجه گیری و توصیه های مهم

- (۱) به حداقل رساندن استرس های روانی قبل از بارداری
- (۲) حمایت عاطفی از مادر باردار و شیرده و حفاظت وی از استرس-های قابل اجتناب
- (۳) حمایت عاطفی از شیرخوار و محبت کردن به وی و پرهیز از تندی و پرخاشگری و بی حوصلگی
- (۴) بالا رفتن سطح رضایت زناشویی خانواده ها در گرو صبوری، گذشت و همدلی
- (۵) حمایت اجتماعی خانواده های آسیب پذیر توسط دولت، اقوام و خیرین
- (۶) ورزش و فعالیت فیزیکی کافی
- (۷) مانوس شدن با طبیعت و فضای سبز

۸) تقویت و طبیعی نمودن میکروبیوم (ذخیره میکروبی) بدن
از طریق ترویج تغذیه با شیر مادر، کاستن از موارد سزارین،
پرهیز از مصرف بی‌رویه آنتی بیوتیک در انسان و دام و طیور
، پرهیز از غذاهای کنسرو شده، خوردن غذا در شرایط آرام و
با خانواده، پرهیز از پرخوری، گرسنگی دوره‌ای و استراحت
دادن به دستگاه گوارش، پرهیز از مواجهه با محیط آلوده به
مواد شیمیایی و سموم

۱۰) تغذیه مناسب و دوری جستن از غذاهای پرچرب، شور و
بسیار شیرین در دوران بارداری و شیردهی
۱۱) پرهیز از علاقمند کردن کودک به غذاهای بسیار شور و
شیرین و پرچرب (از قبیل نوشابه، کیک خامه‌ای، پیتزا،
چیپس و شکلات)

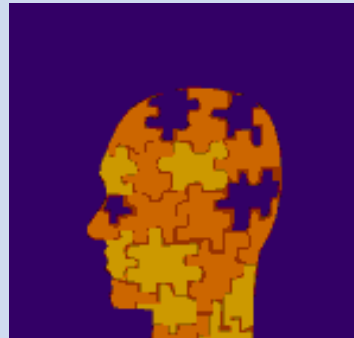
کاش زندگی از اینا داشت

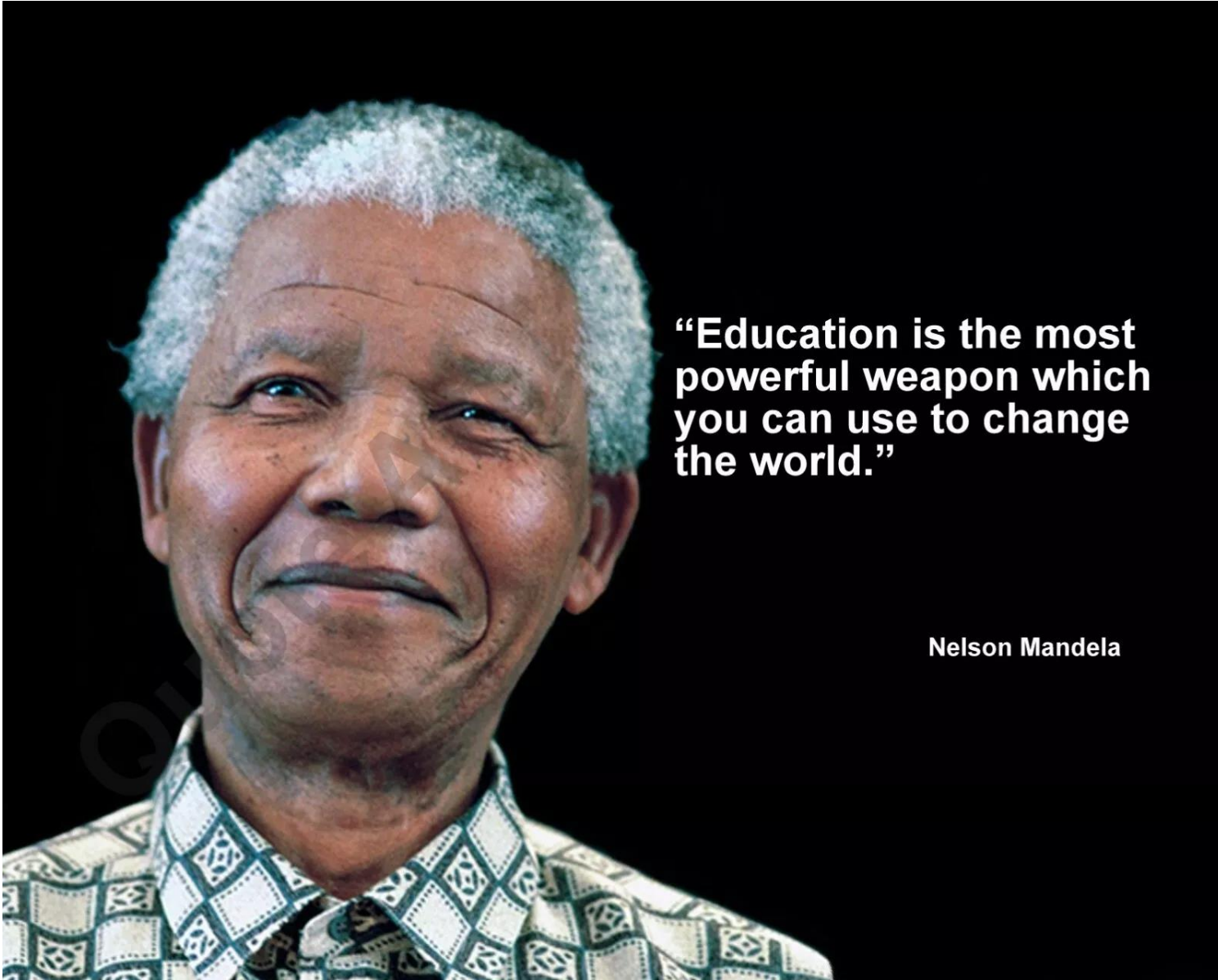


بسیار ساده تر است که یک **بچه قوی** بسازیم
تا اینکه یک **انسان شکسته** را تعمیر کنیم!

It is easier to **build strong children** than
to **repair broken men**.

Frederick Douglass





"Education is the most powerful weapon which you can use to change the world."

Nelson Mandela

آموزش تنها
سلاحی است که
با آن می توان
دنیا را تغییر داد!



مثلث راهبردی رشد و تکامل همه جانبه کودکان

جمع بندی

۱. مکمل ها
۲. غذای سالم
۳. تاکید بر زایمان طبیعی
۴. تاکید بر شیر مادر
۵. تاکید بر ساعت اول
۶. تاکید بر استرس بارداری
۷. تاکید بر عدم تجویز بی مورد آنتی بیوتیک
۸. تاکید بر محبت به شیرخوار به مادران و پدران

سایت اینترنتی ۱۰۰۰ روز طلایی

جستجو...



هزار روز طلایی ۱۰۰۰

صفحه اصلی | تیزر ۶۰ ثانیه ای | کلیپ کوتاه | ویدئو ۳۰ دقیقه ای | کتاب



زن و مرد یا در مغل کارند یا در اندیشه اش، کوچک و بزرگ یا پای
تلویزیونند و یا با گوشی هایشان و در میان این همه هیاهو، معجزه
است اگر چشمه زندگی نفشکند!

دوره بارداری

خودارزیابی ها

سال دوم زندگی

سال اول زندگی

پیام آموزشی هفته



مُهَك
(مراقبت همه جانبه کودکان)

ورود به مُهَك



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی تهران
معاونت بهداشتی و سلامت مدارس



بازار



09133401504

ارسال عدد ۱ با پیامک

کانال ایتا:

هزار روز طلایی

1000ruz.com

کانال ایتا:

خانواده بانشاط

happyfamily.ir



Birjand University
of Medical Sciences

Journal of Translational Medical Research

نامه به سردبیر

تأملی بر روز جهانی سلامت ۲۰۲۵ میلادی "سرآغاز سالم، آینده‌ای امیدبخش":

دلالت‌های کاربردی برای هزار روز اول سالم

نوذر نخعی ^۱id*

چکیده

موضوع روز جهانی بهداشت امسال فرصتی را فراهم می‌کند تا اهمیت حیاتی ۱,۰۰۰ روز اول زندگی بیشتر مورد توجه قرار گیرد. از ۱,۰۰۰ روز اول زندگی، یعنی از زمان لقاح تا پایان دو سالگی کودک، به عنوان اولین و مهمترین دانشگاه برای هر فرد یاد می‌شود که کلاس درس آن آغوش مادر است. مادر باردار و شیرخوار در این دوران نیازمند مراقبت جسمی، تغذیه ای و عاطفی است. بذر



در پناه خدا