

The Impact of Childbirth Preparation Classes on Reducing Fear of Natural Childbirth

Sima Alizada*

*Bachelor of Midwifery, Ahlobait Institute of Higher Education, Kabul,
Afghanistan
Simaalizada30@gmail.com

Abstract

Background: Pregnancy and childbirth is a special grace of God who has entrusted the preservation of the human race since the beginning of human creation. Studies show that one out of every five pregnant women experiences fear of childbirth. Fear of childbirth has been associated with increased labor pain, prolonged labor, and unpleasant labor experience. The most common reason for the request of primiparous women to perform a cesarean section is the fear of childbirth. One of the ways to reduce the fear and rate of cesarean section is to educate pregnant women and prepare them for natural delivery. The aim of this study is to investigate the impact of childbirth preparation classes on reducing fear of natural childbirth. **Research materials and methods:** In this study, a review of the impact of birth preparation classes on reducing the fear of natural childbirth from reference and related books and articles related to the research topic from scientific databases such as WHO, Google scholar, Mag Iran, pubmed, SIDs from 2000 to now were searched and included in the research based on the relevance to the subject of this study. And also in this research, the researcher conducted research for two months in hospitals and examined houses and directly interviewed and consulted women, which led to a reduction in their fear of natural childbirth.

Findings: By reviewing 40 English and Farsi articles, it was found that there is a direct relationship between the level of awareness and attitude towards natural childbirth, and it is possible to encourage women to choose the natural childbirth method by increasing the level of awareness and as a result changing the attitude of women. Women stated their main reason for choosing a cesarean section was the fear of childbirth pains, and also women consider natural childbirth more scary and tiring, and that their knowledge about childbirth is low, and these women have been given little education about childbirth pain.

Conclusion: It seems that participating in childbirth preparation classes is effective in empowering pregnant mothers and has also reduced mothers' anxiety and fear of childbirth, so it is recommended to encourage mothers to actively participate in these classes.

Keywords: childbirth, childbirth preparation classes, fear of childbirth.

بررسی تأثیر صنف‌های آمادگی ولادت بر کاهش ترس از ولادت طبیعی

*سیما علی‌زاده

*لیسانس قابلگی مؤسسه تحصیلات عالی اهل بیت، کابل، افغانستان

Simaalizada30@gmail.com

چکیده:

زمینه: بارداری و ولادت از الطاف ویژه الهی و تضمین‌کننده‌ی بقای نسل بشر را از بدو خلقت انسان تاکنون بر عهده داشته است. مطالعات نشان می‌دهد که از بین هر ۵ زن باردار، یک نفر دچار ترس از ولادت می‌شود. ترس از ولادت با افزایش درد ولادت، ولادت طول کشیده و تجربه ناخوشایند ولادتی همراه بوده است. شایع‌ترین علت تقاضای زنان نخست‌زا برای انجام سزارین، ترس از ولادت عنوان شده است. یکی از راه کارهای کاهش ترس و میزان سزارین، آموزش زنان باردار و آماده کردن آنان برای ولادت طبیعی است. هدف این تحقیق، بررسی تأثیر صنف‌های آمادگی ولادت بر کاهش ترس از ولادت طبیعی است.

مواد و روش تحقیق: در این مطالعه مروری بر بررسی تأثیر صنف‌های آمادگی ولادت بر کاهش ترس از ولادت طبیعی از کتاب‌های مرجع و مرتبط و مقالات مربوط به موضوع تحقیق از پایگاه‌های اطلاعاتی علمی مثل WHO, Google scholar, Mag Iran, pubmed, SID از سال ۲۰۰۰ تا ۲۰۲۴ جستجو شده و بر اساس ارتباط با موضوع این مطالعه وارد تحقیق شدند. و همچنان در این تحقیق محقق به مدت دو ماه به صورت حضوری در شفاخانه‌ها و معاینه خانه‌ها تحقیق کرده و مستقیماً با خانم‌های در معرض زایمان، مصاحبه نموده است.

یافته‌ها: با بررسی ۴۰ مقاله انگلیسی و فارسی مشخص شد که بین سطح آگاهی و نگرش نسبت به ولادت طبیعی ارتباط مستقیم وجود دارد و می‌توان با افزایش میزان آگاهی و در نتیجه تغییر نگرش زنان، آنها را به انتخاب روش ولادت طبیعی ترغیب کرد. زنان بیشترین دلیل خود را برای انتخاب سزارین، ترس از دردهای زایمانی بیان کرده‌اند و همچنین زنان زایمان طبیعی را ترسناک‌تر و خسته‌کننده‌تر می‌دانند و اینکه آگاهی شان نسبت به زایمان کم است همچنین به این زنان در مورد درد زایمان آموزش کمی داده شده است.

نتیجه‌گیری: بر اساس تحقیقات انجام شده و نیز مشاهدات و مصاحبه‌های انجام شده در این تحقیق، شرکت در صنف‌های آمادگی برای ولادت، در توانمندسازی مادران باردار مؤثر می‌باشد و همچنین سبب کاهش اضطراب و ترس مادران از ولادت شده است از این رو تشویق مادران به شرکت فعال در این صنف‌ها توصیه می‌گردد.

کلید واژه‌ها: ولادت، صنف‌های آمادگی برای ولادت، ترس از ولادت.

مقدمه:

بارداری و ولادت از الطاف ویژه الهی است که امانت حفظ نسل بشر را از بدو خلقت انسان تاکنون بر عهده داشته است. تغییرات جسمی، روانی و اجتماعی قابل ملاحظه ای در دوران بارداری به وقوع می‌پیوندد. باید توجه داشت که رابطه مادر و جنین بسیار نزدیک می‌باشد؛ به گونه‌ای که تولد نوزاد سالم در گرو حفظ سلامت مادر است؛ از این رو بهبود وضعیت سلامت مادران و توانمندسازی آنها در راستای این هدف یکی از پیش نیازهای توسعه جوامع و از ارکان اساسی مراقبت‌های بهداشتی می‌باشد (۱).

مطالعات نشان می‌دهد که از بین هر ۵ زن باردار، یک نفر دچار ترس از ولادت می‌شود. ترس از ولادت با افزایش درد ولادت، ولادت طول کشیده و تجربه ناخوشایند ولادتی همراه بوده است. همچنین ترس از ولادت با افسردگی و اضطراب بعد از ولادت نیز ارتباط دارد و منجر به افزایش مداخلات جراحی و عواقب ولادتی شده است (۲).

شایع‌ترین علت تقاضای زنان نخست‌زا برای انجام سزارین، ترس از ولادت عنوان شده است. یکی از راه کارهای کاهش ترس و میزان سزارین، آموزش زنان باردار و آماده کردن آنان برای ولادت طبیعی است. آموزش‌های قبل از تولد فرصت مناسبی برای اصلاح باورهای غلط و اطلاعات نادرست در مورد ولادت است که میتواند موجب کاهش بسیاری از ترس‌های مادر و خودکارآمدی ولادتی شود. شرکت در این دوره‌های آموزشی این فرصت را به مادران باردار می‌دهد که با سایر مادران که شرایط او را دارند ملاقات کند، بر روی نیازهای شخصی و اهدافش تفکر و تمرکز کند، ترس کمتر و اعتماد به نفس بیشتر داشته باشد و یاد بگیرد چطور با مراحل و درد ولادت تطابق حاصل کند (۳).

به اعتقاد دیک رید تحقیقگر برجسته یکی از برنامه‌های در حال اجرا در طرح تحول سلامت، ترغیب به ولادت طبیعی با اجرای برنامه‌های آموزشی آمادگی برای ولادت است که در آن زنان باردار در زمینه ولادت و مراقبت‌های بارداری، تغذیه و ورزش در دوره بارداری و شیردهی، نحوه صحیح شیردهی و مراقبت‌های بعد از ولادت آموزش می‌بینند (۴).

ترس از زایمان علاوه بر اثرات جسمی با افسردگی، اضطراب و اختلالات تغذیه ای ارتباط معنادار دارد زنانی که ترس زایمان را تجربه می‌کنند، از نظر افزایش مداخلات جراحی و عواقب زایمانی بسیار آسیب پذیر هستند در برخی تحقیقات شایع‌ترین علت تقاضای زنان نخست‌زا برای انجام سزارین، ترس از زایمان بوده است (۲). و همچنان فرامرزی و همکاران در سال ۱۳۸۰ مطالعه ای در بابل دریافتند که زنان بیشترین دلیل خود را برای انتخاب سزارین ترس از دردهای زایمانی بیان کردند (۵).

ترس، اضطراب و درد سه عاملی هستند که در هنگام زایمان نقش مهمی ایفا می‌کنند. اگر ترس و اضطراب برطرف شود، باعث می‌شود که آرامش روانی و جسمی جایگزین گردد. هر زنی که برای اولین بار باردار می‌شود و ترس از زایمان را بیان می‌کند، نیاز به مراقبت‌های ویژه دارد تا قادر به اداره بارداری و در پی آن تجربه خوشایند و ایمنی از زایمان باشد (۶).

اجزای اصلی در درمان ترس از ولادت طبیعی هر خانم باردار شامل آمادگی جهت زایمان و حمایت در طی بارداری و زایمان می‌باشد. تجربه نشان می‌دهد که معمولاً ترس ناشی از ناآگاهی است و ایجاد بصیرت باعث غلبه بر ترس می‌گردد براساس بررسی‌ها نشان داده شده که صنف‌های آمادگی برای زایمان مؤثر است و خانم‌هایی که در این صنف‌های حضور نیافته‌اند، بیشتر مستعد اضطراب زایمان و عوارض روانی به دنبال سزارین شده‌اند (۷).

آموزش‌های دوران بارداری یک فرایند پویا می‌باشد که در آن والدین اطلاعاتی در باره تغییرات جسمی و روانی حاملگی، زایمان، والد شدن، تمرین‌های عصبی عضلانی و تکنیک‌های حمایتی در لیبر را کسب می‌کنند. این آموزش‌ها باعث افزایش اطلاعات و آگاهی مادر در مورد بارداری، زایمان و نگهداری از کودک، کاهش مصرف دارو در طی لیبر و زایمان، کاهش درد مادر هنگام زایمان، کاهش استرس و افزایش راحتی مادر، کسب مهارت جهت مقابله با دردهای زایمان از طریق آمادگی جسمانی مانند آرام‌سازی و روش‌های تنفسی و نیز کمک به مادر در جهت کسب یک تجربه مطلوب از زایمان می‌شود (۸).

مواد و روش‌ها

در این مطالعه مروری بر بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی ولادت بر کاهش ترس از ولادت طبیعی از کتاب‌های مرجع و مرتبط و مقالات مربوط به موضوع تحقیق از پایگاه‌های اطلاعاتی علمی مثل WHO, Google scholar, Mag Iran, pubmed, SID از سال ۲۰۰۰ تا کنون جستجو شدند و بر اساس ارتباط با موضوع این تحقیق وارد تحقیق شدند. و همچنان در این تحقیق محقق به مدت دو ماه بصورت میدانی در شفاخانه و معاینه خانه تحقیق نموده و مستقیماً با خانم‌ها در چند جلسه مصاحبه صورت گرفت و توسط گفتگو و مشاوره در رابطه به (روش ولادت طبیعی و فواید آن برای مادر و نوزاد، روش ولادت سزارین و عوارض آن برای مادر و نوزاد و آگاهی دهی در ارتباط تجهیزات موجود در اتاق ولادت و فواید آن در کمک به ولادت طبیعی) توانست ترس از ولادت طبیعی که ناشی از شایعات شامل (مرگ مادر هنگام ولادت، مرگ طفل هنگام ولادت و درد غیر قابل تحمل در جریان ولادت) بوده بصورت مؤثر کاهش دهد. و همچنان برای برگذاری بهتر، بهبود کیفیت و توسعه این برنامه‌های آموزشی باید چند روش را در نظر گرفت:

۱. آموزش و آگاهی: یکی از اصلی‌ترین عوامل ترس از ولادت، عدم آگاهی و اطلاعات ناکافی درباره فرآیند ولادت است. صنف‌هایی آمادگی ولادت می‌توانند با ارائه اطلاعات دقیق و علمی درباره مراحل ولادت، احساس امنیت و اطمینان را در مادران افزایش دهند.
۲. تجربه‌های مثبت: به اشتراک‌گذاری تجربیات مثبت ولادت طبیعی از سوی مادران دیگر می‌تواند به کاهش ترس کمک کند. این تجارب می‌توانند شامل داستان ولادت‌های موفق و روش‌های مؤثر برای مدیریت درد و استرس باشند.

۳. آموزش درباره گزینه‌های ولادت: آگاهی از گزینه‌های مختلف ولادت (مثل ولادت در آب، استفاده از دواهای مسکن و...) می‌تواند به مادران کمک کند تا انتخاب‌های آگاهانه‌تری داشته باشند و احساس کنترل بیشتری بر روی فرآیند ولادت خود داشته باشند.
۴. آموزش تکنیک‌های آرامش: در صنف‌های آموزشی می‌توانند تکنیک‌های تنفس، مدیتیشن و آرامش را آموزش دهند که به مادران کمک می‌کند تا در طول ولادت احساس آرامش بیشتری داشته باشند.
۵. حمایت اجتماعی: ایجاد یک فضای حمایتی در صنف‌های که مادران بتوانند با یکدیگر ارتباط برقرار کنند، به کاهش احساس تنهایی و ترس کمک می‌کند. این ارتباطات می‌تواند به مادران احساس امنیت بیشتری بدهد.

یافته‌ها

یافته‌ها نشان می‌دهد که شرکت در صنف‌هایی آمادگی برای ولادت در توانمندسازی مادران باردار مؤثر می‌باشد و همچنین سبب کاهش اضطراب و ترس مادران از ولادت شده است از این رو تشویق مادران به شرکت فعال در این صنف‌های توصیه می‌گردد. بنابراین، بین سطح آگاهی و نگرش نسبت به ولادت طبیعی ارتباط مستقیم وجود دارد و می‌توان با افزایش میزان آگاهی و در نتیجه تغییر نگرش زنان، آن‌ها را به انتخاب روش ولادت طبیعی ترغیب کرد. زنان بیشترین دلیل خود را برای انتخاب سزارین ترس از دردهای زایمانی بیان کردند و همچنین زنان زایمان طبیعی را ترسناک تر و خسته کننده تر می‌دانند و اینکه اطلاعات شان نسبت به زایمان کم است همچنین به این زنان در مورد درد زایمان آموزش کمی داده شده است.

و همچنین یافته‌ها نشان می‌دهد که عوامل زمینه‌ای مؤثر متفاوت بر ترس از ولادت در بین زنان که همراه شان مصاحبه مستقیم انجام شد، وجود دارد که شامل وضعیت اقتصادی، فرهنگی و تجربیات قبلی مادر می‌باشد:

۱. وضعیت اقتصادی: در بین زنان که همراه شان مصاحبه انجام شد، ۶۰ درصد شان ولادت طبیعی را تحمل اجباری می‌دانستند و متذکر شدند که اگر سزارین هزینه بیشتر نیاز نداشت بدون تردید روش سزارین را انتخاب می‌کردند و دردهای شدید و ترسناک ولادت طبیعی را تحمل نمی‌کردند، اما ۴۰ درصد شان بخاطر ترس از ولادت طبیعی با وجود اقتصاد ضعیف روش سزارین را انتخاب کردند، ولی بعد از مشاوره و آگاهی دهی در چند جلسه در ارتباط فواید ولادت طبیعی برای مادر و نوزاد نتیجه متفاوت از قبل بود که بیشتر از ۸۰ درصد زنان باردار تصمیم گرفتند که ولادت شان طبیعی انجام شود.

۲. وضعیت فرهنگی و تجربیات قبلی مادر: در گروه از خانم‌های باردار مولتی پار که از آنها مصاحبه مستقیم گرفته شد، قبل از مشاوره و آگاهی دهی ۶۰ درصد آنها به دلیل تجربه ناخوشایند قبلی از دردهای ولادت طبیعی روش سزارین را انتخاب کردند و ۴۰ درصد آنها با دلایل متفاوت باز هم روش طبیعی را انتخاب کردند. اما نتیجه بعد از مصاحبه و مشاوره دهی متفاوت بود که ۸۹ درصد از خانم‌ها روش طبیعی ولادت را انتخاب کردند و ۳۰ درصد آنها تمایل به سزارین داشتند.

در گروه از خانم‌های نولی پار که در اول جلسات مشاوره و آگاهی دهی از آنها مصاحبه گرفته شد، ۷۵ درصد آنها بدلیلی ترس از دردهای ولادت طبیعی روش سزارین را انتخاب و بقیه آنها روش ولادت طبیعی را انتخاب کردند، اما در ختم دوره‌ی آگاهی دهی و مشاوره تغییرات معنی دار در انتخاب روش ولادت ایجاد شد که ۸۳ درصد خانم‌های نولی پار روش ولادت طبیعی را انتخاب و بقیه آنها روش سزارین را انتخاب کردند.

جدول ۱. توزیع فراوانی پاسخ زنان مورد مطالعه بر اساس نگرش نسبت به درد بر حسب تمایل به ولادت طبیعی و سزارین

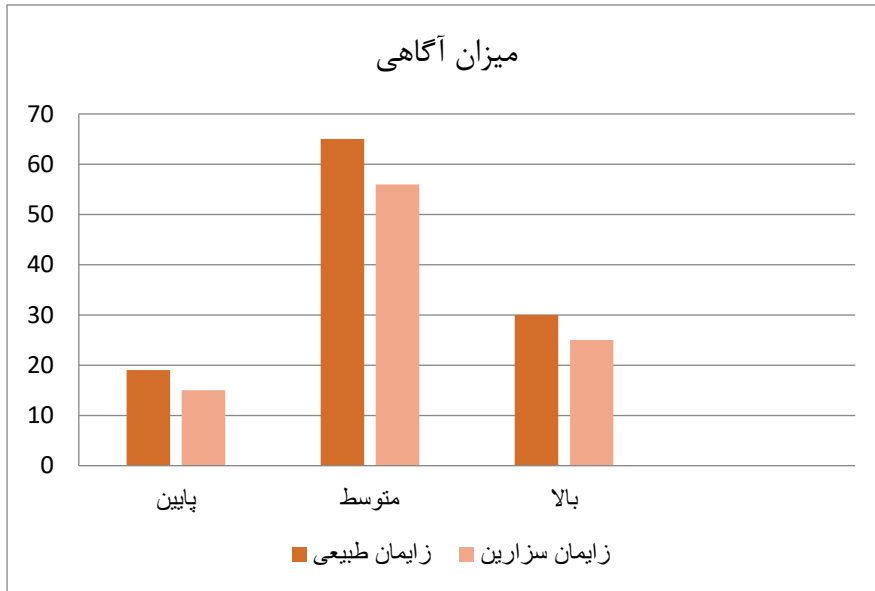
نوع ولادت						عبارات
سزارین			طبیعی			
نظری ندارم	مخالفم	موافقم	نظری ندارم	مخالفم	موافقم	
درصد			درصد			
۷	۴۷	۴۶	۷/۲	۳۰/۲	۶۲/۸	خسته کننده است
۳/۴	۵۷/۸	۳۸	۱/۸	۴۷	۵۱/۳	غیر قابل تحمل است
۲۴/۳	۵۲/۳	۲۳/۵	۱۲/۵	۷۲	۱۵/۵	کشنده است
۸/۱	۲۱/۳	۷۰/۸	۲/۳	۱۶/۸	۸۱	توام با ترس است
۳۸/۸	۴۲/۸	۲۲/۵	۱۷/۳	۶۱	۲۱/۸	مصیبت بار است
۳/۵	۲۷/۸	۶۸/۸	۳/۸	۴۲/۳	۵۴	وحشت زا است
۰/۵	۳۳/۵	۱۶/۶	۰/۳	۳۳/۳	۶۳/۸	زجر دهند است

نجفی و همکاران در سال ۲۰۱۶ به بررسی ارتباط شرکت در صنف‌هایی آمادگی ولادت با ترس و نوع ولادت نشان دادند که میانگین نمره ترس از زایمان طبیعی در دو گروه قبل از شرکت در کلاس‌های آمادگی زایمان و دریافت مراقبت‌های معمول پره ناتال، تفاوت معناداری نداشته است. اما در گروه شرکت کننده در کلاس‌های آمادگی زایمان پس از گذراندن کلاس‌ها، میانگین نمره ترس از زایمان به طور معناداری کمتر از گروه دریافت کننده مراقبت‌های معمول بود.

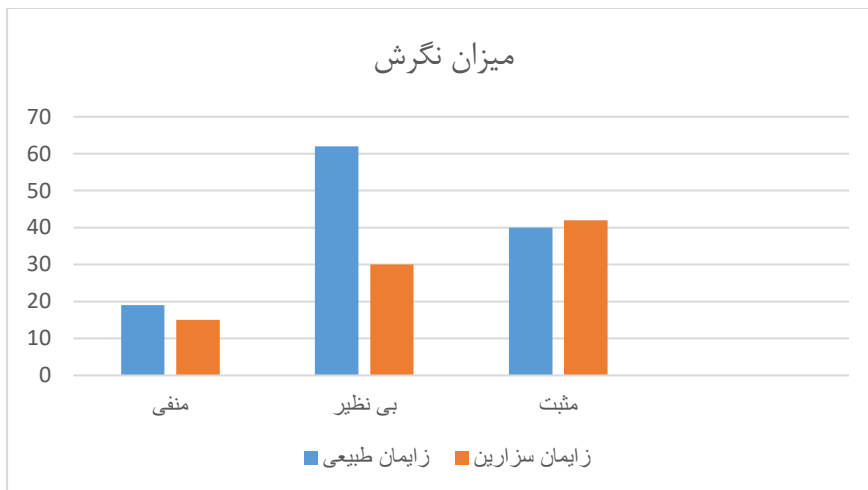
جدول ۲. مقایسه میانگین نمره ترس از ولادت طبیعی دو گروه دریافت کننده آموزش‌های معمول و شرکت کننده در صنف‌هایی آمادگی ولادت از زنان باردار نخست‌زای

نتیجه آزمون	بعد از مطالعه		قبل از شروع مطالعه		گروه
	انحراف معیار	میانگین	انحراف معیار	میانگین	
$p=۰/۶۳$	۹/۵۵	۳۷/۲۹	۹/۰۸	۳۷/۰۸	آموزش‌های معمول
$P<۰/۰۰۱$	۹/۳۱	۳۲/۳۰	۸/۷۸	۳۵/۵۹	صنّف‌هایی ولادت آمادگی
	$P<۰/۰۰۱$		$P=۰/۲۳$		نتیجه آزمون

بیگلری فر و همکاران در سال ۱۳۹۳ به بررسی آگاهی و نگرش مادران در بارداری اول نسبت به انتخاب نوع روش ولادت پرداختند. یافته‌ها نشان داد که در نمودار شماره ۲ سطح آگاهی مادران در سطوح پایین، متوسط و بالا و سطوح نگرش منفی، بی نظر و مثبت نسبت به روش انتخاب ولادت نشان داده شده است. نمودار شماره ۲ نشان می‌دهد که در کلیه موارد سطح آگاهی و نگرش نسبت به ولادت سزارین بالاتر از ولادت طبیعی بوده است.



نمودار ۱: سطوح مختلف آگاهی نسبت به روش انتخابی ولادت در زنان نخست زای بعد از اتمام دوره آموزشی



نمودار ۲: سطوح مختلف نگرش نسبت به روش انتخابی ولادت در زنان نخست‌زا بعد از اتمام دوره‌های آموزشی

بحث

مطالعه که توسط زینب محقیق و همکاران در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان تأثیر برنامه‌های مرتبط با ولادت ترکیب شده در صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر پیامدهای مادری و نوزادی زنان ایرانی انجام شد که این تحقیق بالای ۳۰۰ خانم باردار از هفته ۳۲-۳۳ بارداری در چهار مرکز بهداشت عمومی شهر تهران انجام شد، یافته‌ها نشان داد که میزان تولد واژینال در زنان که برنامه‌ای ولادت داشتند در مقایسه با زنان که برنامه‌ای ولادت نداشتند به طور قابل توجهی بالاتر بود ($P < 0,001$)، همچنین زنان در گروه طرح ولادت بطور معنا دار از روند ولادت، فرزندآوری رضایت بیشتری داشتند ($P < 0,001$)، که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۹).

مطالعه که توسط یوسف وند و همکاران در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان تأثیر تئوری رفتار برنامه ریزی شده بر ترس از ولادت طبیعی انجام شد، که این تحقیق بالای ۱۰۰ خانم باردار در هفته ۲۰-۳۶ بارداری تحت پوشش مراکز بهداشتی درمان در ایران انجام شد که خانم‌ها به دو گروه مداخله و کنترل تقسیم شدند و پرسشنامه‌ای (CAQ) قبل و بعد از مداخله توسط اشتراک‌کننده‌ها تکمیل گردید که نتایج نشان داد بعد از مداخله بطور قابل توجه تفاوت معنی دار بین گروه کنترل و مداخله مشاهده شد و نشان دهنده این بود که آموزش مبتنی بر تئوری رفتار برنامه‌ریزی شده می‌تواند به طور قابل توجهی بر ترس از ولادت تأثیر بگذارد و میزان ولادت طبیعی را افزایش دهد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۰).

مطالعه که توسط رستگاری و همکاران در سال ۱۳۹۵ تحت عنوان بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر نگرش نسبت به ترس از ولادت انجام شد، یافته‌ها نشان داد که میانگین نمره نگرش نسبت به ولادت در گروه شاهد ($34/31 \pm 9/31$) و در گروه مورد ($34/87 \pm 9$) بود و نتایج آزمون تی مستقل تفاوت معناداری را بین دو گروه نشان نداد. نتایج این مطالعه نشان داد که صنف‌هایی آمادگی برای

ولادت، بر روی نگرش نسبت به ترس از ولادت تأثیر معنی داری نداشت اما سطح رضایت مندی از ولادت در افرادی که نگرش بهتری داشتند بالاتر بود که با نتایج مطالعه حاضر مشابه است (۱۱).

مطالعه که توسط فتحی زاده و همکاران در سال ۱۳۹۵ تحت عنوان بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی دوران بارداری بر اضطراب مادران انجام شد، یافته‌های نشان داد که قبل از مداخله بین دو گروه از نظر ابعاد اضطراب اختلاف معنی داری وجود نداشت، اما بعد از آن در گروه مداخله در کلیه ابعاد اضطراب بارداری به جز ترس از تغییرات و حالت‌های عمومی، کاهش چشم‌گیر و معنی داری دیده شد ($p < 0/05$). بر اساس نتایج این مطالعه، شرکت در صنف‌هایی دوران بارداری سبب کاهش اضطراب مادران گردید. لذا برگزاری این کلاس‌ها جهت کاهش اضطراب دوران بارداری پیشنهاد می‌شود که با نتایج مطالعه حاضر مشابه است (۱۲).

مطالعه که توسط رجبی و همکاران در سال ۱۳۹۷ تحت عنوان بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت در توانمند سازی مادران باردار انجام شد، یافته‌ها حاکی از آن بود که خستگی، درد کمر، درد لگن، فعالیت روزانه در دوران بارداری، افسردگی پس از ولادت و مدت بستری در شفاخانه بین دو گروه تفاوت آماری معناداری داشت. همچنین در مدت فاز فعال ولادت و مرحله دوم آن، شدت اضطراب، خودکارآمدی، وزن نوزاد، میزان رضایت و میزان ولادت طبیعی در بین دو گروه اختلاف آماری معناداری مشاهده شد. در مجموع ۸۱/۴۶ درصد از گروه مداخله و ۵۵/۸۸ درصد از گروه کنترل ولادت طبیعی داشتند. نتایج حاکی از آن بود که آموزش‌های صنف‌هایی آمادگی برای ولادت در توانمندسازی مادران باردار مؤثر می‌باشد؛ از این رو تشویق مادران به شرکت فعال در این صنف‌های و توسعه صنف‌های آمادگی برای ولادت در سطح کشور توصیه می‌گردد که با نتایج مطالعه حاضر مشابه است (۱۳).

در مطالعه علیپور و همکاران در سال ۱۳۹۴ نیز تأثیر صنف‌های آمادگی برای ولادت بر خودکارآمدی در سازگاری با ولادت مورد بررسی قرار گرفت. یافته‌ها نشان دادند که بلافاصله پس از مداخله و در 72 ساعت پس از ولادت، اختلاف آماری معناداری در میانگین نمرات کلی خودکارآمدی یا بازتوانی، خودکارآمدی قابل انتظار و پیامد مورد انتظار بین دو گروه وجود دارد که با نتایج مطالعه حاضر مشابه است (۱۴).

قهرمانی و ولیزاده نیز در سال ۱۳۹۲ به بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت در انتخاب نوع ولادت پرداختند. نتایج نشان داد که بین دو گروه به لحاظ انتخاب نوع ولادت و کنترل میزان ترس و اضطراب در دوره بارداری و ولادت اختلاف آماری معناداری وجود دارد. همچنین میزان ولادت طبیعی در گروه مداخله به طور معناداری بالاتر بود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۵).

نجفی و همکاران در سال ۲۰۱۶ به بررسی ارتباط شرکت در صنف‌هایی آمادگی ولادت با ترس و نوع ولادت پرداختند که میانگین نمرات ترس از زایمان در دو گروه، قبل از شرکت در صنف‌هایی آمادگی زایمان و دریافت مراقبت‌های معمول تفاوت معناداری نداشت ($p = 0/23$). اما مقایسه میانگین نمره ترس از زایمان در دو گروه در سه ماهه سوم بارداری تفاوت معناداری ($p < 0/001$) را نشان داد. از نظر انجام زایمان طبیعی نیز بین دو گروه اختلاف معنادار بود ($p = 0/002$). نتایج نشان داد که شرکت در

صنف‌هایی آمادگی برای ولادت باعث کاهش ترس از ولادت در مادران باردار نخست‌زا می‌شود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۶).

بیگلری فر و همکاران در سال ۱۳۹۳ به بررسی آگاهی و نگرش مادران در بارداری اول نسبت به انتخاب نوع روش ولادت پرداختند. یافته‌ها نشان داد که ۵۳٪ از مادران ولادت سزارین را انتخاب کردند. در مجموع میزان نگرش ضعیف و یا متوسط نسبت به ولادت طبیعی ۵۵/۵٪ و نسبت به ولادت سزارین ۲۲/۵٪ بود. میانگین نمره نگرش منفی در مادران با ولادت طبیعی و سزارین از لحاظ آماری معنی‌دار نبود ($p < 0/12$) همچنین بین سطح آگاهی و نگرش نسبت به انتخاب نوع روش ولادت با تحصیلات ارتباط معنی‌داری وجود داشت ($p < 0/001$). نتایج نشان داد که بین سطح آگاهی و نگرش نسبت به ولادت طبیعی ارتباط مستقیم وجود دارد و می‌توان با افزایش میزان آگاهی و در نتیجه تغییر نگرش زنان نخست‌زا، آن‌ها را به انتخاب روش ولادت طبیعی ترغیب کرد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۷).

Chong و همکاران در سال ۲۰۰۳ به بررسی آگاهی، نگرش و انتظارات زنان باردار در سنگاپور نسبت به ولادت طبیعی و سزارین پرداختند و یافته‌ها نشان داد، وقتیکه بعد از عمل سزارین از زنان باردار سوال شده بود که چه روشی را برای دوستان خود توصیه می‌کنند؛ فقط ۲ درصد از آنها بیان کردند که عمل سزارین را توصیه می‌کنند که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۸).

فاطمه و همکاران در سال ۱۳۹۴ به بررسی ارتباط شرکت در صنف‌هایی آمادگی ولادت با ترس و نوع ولادت پرداختند و یافته‌ها نشان دادند که از علل عمده سزارین، درخواست بیمار به دلیل ترس از ولادت طبیعی است. که این تحقیق بالای ۲۰۲ نفر از زنان باردار نخست‌زای مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی-درمانی شهری شرق گیلان که متقاضی دریافت مراقبت دوران بارداری بودند، انجام یافت. این مطالعه با هدف مقایسه ترس از ولادت و نوع ولادت در دو گروه از زنان باردار شرکت‌کننده در صنف‌هایی آمادگی ولادت و دریافت‌کننده مراقبت‌های معمولی ولادت انجام یافته است. ترس از ولادت با پرسشنامه CAQ در طی دو مرحله (قبل از شرکت در صنف‌هایی آمادگی ولادت و دریافت مراقبت‌های معمول و نیز در سه ماهه سوم بارداری) بررسی شد و سپس هر دو گروه تا زمان ولادت مورد پیگیری قرار گرفتند. داده‌ها با استفاده از آمارهای توصیفی و استنباطی در نرم افزار SPSS v.16 تحلیل شد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۱۹).

مطالعه که توسط زهرا شهرکی و همکاران در سال ۱۳۹۹ تحت عنوان بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی پیش از ولادت در انتخاب روش ولادت انجام شد، که جامعه آماری این پژوهش شامل ۷۰ نفر از زنان باردار که به مراکز بهداشتی درمانی شهر زابل مراجعه کردند، می‌باشد. از این تعداد ۳۵ نفر به عنوان گروه آزمایش و ۳۵ نفر به عنوان گروه کنترل انتخاب شدند، برای گروه آزمایش هشت جلسه آموزشی شامل آمادگی، مشاوره و آموزش برای ولادت طبیعی اجرا گردید. یافته‌ها نشان داد که از بین شرکت‌کننده‌ها در صنف‌هایی آموزشی پنج نفر (۳۱/۴٪) ولادت به روش سزارین داشته و ۳۰ نفر (۷۸/۵٪) به روش طبیعی ولادت کردند ($p=0,002$). در حالی که ۱۸ نفر (۴۵/۱٪) افراد گروه شاهد به روش طبیعی و ۱۷ نفر (۴۴/۸٪) به روش سزارین ولادت کردند. تفاوت معنی‌دار بین دو گروه کنترل و مداخله در نوع ولادت

وجود داشت، نتایج این مطالعه نشان داد که شرکت در صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر انتخاب نوع روش ولادت از سوی مادران باردار تأثیر داشته است که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۰).

مطالعه که توسط لیلا رستگاری و همکاران در سال ۱۳۹۲ تحت عنوان تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر خود کار آمدی درک شده ولادت در زنان ولادت کرده انجام شد، حجم نمونه در هر گروه ۳۰ نفر محاسبه گردید و نمونه‌گیری به صورت دسترس انجام یافت، در گروه زنان که در صنف‌هایی آمادگی برای ولادت شرکت کرده بودند و در گروه شاهد زنان که فقط مراقبت‌های روتین را طی بارداری دریافت کرده بودند پرسشنامه‌ها یک ساعت بعد از ولادت از طریق مصاحبه رو در رو تکمیل گردید، یافته‌ها نشان داد که میانگین نمرات خود کار آمدی درک شده ولادت در گروه شاهد $221.5 + 65.86$ و در گروه مورد $241.7 + 61.68$ بود. نتایج نشان داد که شرکت در صنف‌هایی آمادگی برای ولادت خودکارآمدی درک شده ولادت را در زنان بالاتر برد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۱).

مطالعه که توسط لیلا رستگاری و همکاران در سال ۱۳۹۵ تحت عنوان بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر نگرش نسبت به ترس از ولادت در زنان ولادت کرده انجام شد که حجم نمونه در هر گروه ۳۰ نفر محاسبه گردید و نمونه‌گیری در بلوک ولادت بیمارستان آموزشی درمانی آیت الله موسوی انجام یافت، ابزار گردآوری داده‌ها پرسشنامه نگرش ولادت هارمن (CAQ) بود که یک ساعت بعد از انتقال زانو به اتاق بعد از ولادت توسط پژوهشگر و از طریق مصاحبه رو در رو تکمیل گردید. نتایج این مطالعه نشان داد که صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر روی نگرش نسبت به ترس از ولادت تأثیر معنی داری نداشت اما سطح رضایت مندی از ولادت در افراد که نگرش بهتری داشتند بالاتر بود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۲).

مطالعه که توسط زینب خالدیان و همکاران در سال ۱۳۹۷ تحت عنوان بررسی نقش صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر میزان اضطراب و انتخاب نوع ولادت در حین بارداری در زنان مراجعه کننده به درمانگاه های شه سمنان انجام شد. که در این تحقیق ۸۰ زن باردار به صورت تصادفی وارد پژوهش شدند، این زنان به مدت ۸ جلسه ۱.۵ ساعته در صنف‌هایی آمادگی برای ولادت شرکت کردند که این خانم‌ها در ابتدا قبل از برگزاری اولین جلسه صنف‌هایی و بعد از پایان آخرین جلسه پرسشنامه را تکمیل کردند. و داده‌ها با استفاده از نرم افزار Spss و آزمون‌های آماری تی زوج و کای اسکور تجزیه و تحلیل شد که آزمون تی زوج نشان داد این کاهش معنی دار بود $P < 0,001$. 68.4 درصد زنان باردار قبل از مطالعه ولادت طبیعی را انتخاب کرده بودند که بعد از اتمام مطالعه این میزان به 82.3 درصد رسید و همچنان یافته‌ها نشان داد که نمرات اضطراب در زنان باردار تحت مداخله قبل از مطالعه $5.17 + 86.7$ بود و بعد از پایان مطالعه $7.54 + 72.5$ رسید. نتایج نشان داد که صنف‌هایی آمادگی برای ولادت می‌تواند منجر به کاهش اضطراب و افزایش انتخاب ولادت طبیعی در زنان باردار شد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۳).

مطالعه که توسط Pelin Calpbinici و همکاران در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان تأثیر برنامه آموزشی ارائه شده به زنان باردار نخست‌زا به روش مصاحبه انگیزشی بر ترس آنها از ولادت و خودکارآمدی ولادت

پس از ولادت انجام شد، این پژوهش با هدف بررسی تأثیر برنامه آموزشی ارائه شده به زنان باردار نخست‌زا به روش مصاحبه انگیزشی بر ترس از ولادت، خودکارآمدی ولادت و نحوه ولادت انجام شد. این یک مطالعه تجربی کنترل شده تصادفی موازی است. «برنامه آموزشی به روش مصاحبه انگیزشی ترس از ولادت» بر روی ۳۷ زن باردار گروه مداخله، هفته‌ای یک بار و در مجموع به مدت چهار جلسه به صورت انفرادی اجرا شد و ۳۶ نفر از گروه کنترل هیچ مداخله‌ای جز اقدامات معمول بیمارستانی را دریافت نکردند. در گردآوری داده‌های تحقیق، فرم اطلاعات مقدماتی، پرسشنامه انتظار ولادت و ایجما (W- DEQ) نسخه A و B، پرسشنامه خودکارآمدی ولادت- فرم کوتاه (CBSEI- SF) و فرم ارزیابی ولادت مورد استفاده شد که میانگین نمرات گروه مداخله در هفته‌های ۳۷ تا ۴۰

بارداری و پس از ولادت کمتر از گروه کنترل بود. در حالی که مشخص شد برنامه آموزشی به زنان باردار نخست‌زا به روش مصاحبه انگیزشی باعث کاهش ترس از ولادت و افزایش خودکارآمدی ولادت آنها شده است، اما تأثیری بر نحوه ولادت نداشته است که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۴).

مطالعه که توسط فاطمه عیدزایی و همکاران در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان بررسی تأثیر آموزش‌های شناختی- رفتاری بر خودکارآمدی ولادت، ترس از ولادت و انطباق نقش مادری در زنان نخست‌زا انجام شد که جمع‌آوری داده‌های پیش‌آزمون در هفته‌های ۲۶-۲۸ بارداری از طریق یک ابزار نظرسنجی شامل سوالات دموگرافیک، پرسشنامه انتظار ولادت و ایجما/ تجربه (W- DEQ-A) و پرسشنامه خودکارآمدی تولد کودک (CBSEI) انجام شد و همچنان جمع‌آوری داده‌های آزمون پس از دوره مداخله مجدداً از طریق ابزار نظرسنجی شامل هر دو ابزار W- DEQ-A و CBSEI انجام شد. پس از مداخله بین گروه مداخله و کنترل از نظر ترس از ولادت، امید به نتیجه و امید به خودکارآمدی از نظر آماری تفاوت معنی‌داری مشاهده شد ($p < 0/05$). نتایج نشان داد که اندازه اثر متوسط بین دو گروه از نظر نمره ترس از ولادت و اندازه اثر بزرگ از نظر امید به نتیجه و نمرات امید به خودکارآمدی است. هیچ تفاوت آماری معنا داری بین دو گروه از نظر انطباق با نقش مادری در ۲ هفته یا ۲ ماه پس از ولادت وجود نداشت. این مداخله آموزشی شناختی- رفتاری در کاهش ترس از ولادت و بهبود خودکارآمدی ولادت مؤثر بود. این نشان می‌دهد که آموزش‌های شناختی- رفتاری می‌تواند به طور مفید در کنار صنف‌هایی آمادگی برای ولادت به زنان باردار ارائه شود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۵).

مطالعه که توسط سلدا یوروک و همکارش در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان تأثیر حضور در صنف‌هایی آمادگی دوران بارداری بر ترس از ولادت و دوران بارداری انجام شد، در این مطالعه که یک طرح نیمه تجربی بود که در مجموع ۱۳۳ زن باردار نخست‌زا شرکت کردند. داده‌ها با فرم داده‌های توصیفی، پرسشنامه انتظارات تحویل و ایجما/ تجربه و پرسشنامه استرس ادراک شده قبل از تولد جمع‌آوری شد. همبستگی معنی داری بین حضور در صنف آمادگی قبل از ولادت و داشتن سطح دبیرستان و بارداری مورد نظر پیدا شد $p < 0/05$. میانگین نمره ترس از ولادت زنان باردار قبل از تمرین $19/41 \pm 85/50$ و بعد از تمرین $20/52 + 76/32$ بود که تفاوت بین این نمرات معنی‌دار بود $p < 0/01$. نمره ترس از ولادت بین گروه مداخله و گروه کنترل تفاوت معنی داری نداشت. میانگین نمره APSI زنان باردار در گروه مداخله قبل از

آموزش $۶/۱۲ \pm ۲۲/۳۲$ و بعد از آموزش $۵/۹۷ \pm ۲۱/۷۹$ بود. اما این تفاوت از نظر آماری معنی دار نبود $p=۰/۰۷$. نتیجه گیری نمره ترس از ولادت در گروه مداخله پس از آموزش به طور معنی داری کاهش یافت که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۶).

مطالعه که توسط مروه کامبیل و همکارش در سال ۲۰۲۳ تحت عنوان تأثیر آموزش دوران بارداری بر آمادگی، ترس، درد، مدت زمان و رضایت از ولادت در زنان نولی پار انجام شد، نمونه پژوهش شامل ۳۰ شرکت کننده برای مطالعه و ۳۰ شرکت کننده برای گروه کنترل، در مجموع ۶۰ شرکت کننده بود. که برنامه آموزشی ۴ هفته‌ای برای گروه مطالعه اعمال شد و داده‌ها در هفته‌های ۳۲-۲۴ (شروع تمرین)، ۲۸-۳۶ (پایان ۴ هفته تمرین) و ۴۸-۷۲ ساعت پس از ولادت جمع‌آوری شد. داده‌ها با استفاده از اطلاعات مقدماتی، فرم ارزیابی فرآیند تولد، مقیاس آنالوگ بصری، مقیاس خود ارزیابی لدرمن قبل از تولد و پس از ولادت جمع‌آوری شد. در گروه مورد مطالعه کل مدت زمان ولادت و مدت زمان بستری کمتر بود، سطح اتساع دهانه رحم آنها در بدو ورود بیشتر، ترس از تولد (مرحله نهفته، فعال، مرحله انتقال)، درد هنگام تولد (مرحله نهفته، فعال)، رضایت از ولادت و آمادگی برای ولادت کمتر بود. استفاده از برنامه آموزشی دوران بارداری برای کاهش ترس از ولادت و درد ولادت، کاهش مدت زمان ولادت، افزایش رضایت از ولادت طبیعی توصیه می‌شود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۷).

مطالعه که توسط Senem Alkan Akalin و همکارانش در سال ۲۰۲۲ تحت عنوان تأثیر برنامه آموزشی ارائه شده به مادران چند قلبی با روش مصاحبه انگیزشی بر ترس از تولد و روش ولادت انجام شد، که مطالعه بین آگوست ۲۰۲۲ و نوامبر ۲۰۲۲ در پلی کلینیک زنان و ولادت، بیمارستان دولتی آدانا سیهان با ۷۳ زن باردار چند قلو (مداخله: ۳۷، کنترل: ۳۶) انجام شده و «برنامه آموزشی مبتنی بر روش مصاحبه انگیزشی ترس از تولد» با ۳۷ زن باردار گروه مورد، چهار جلسه به صورت انفرادی، هفته‌ای یک بار انجام شد. نتایج نشان داد که در این برنامه آموزشی ترس‌های احتمالی از تولد به حداقل رسیده، افزایش مثبتی در خودکارآمدی ولادت مشاهده شده و تأثیر زیادی بر انواع ولادت نداشته است. با نگاهی به نتایج تحقیق؛ به منظور به حداقل رساندن ترس از تولد در دوران قبل از تولد و افزایش خودکارآمدی در هنگام تولد، توصیه می‌شود آن را در مراقبت‌های پرستاری در برنامه آموزشی مبتنی بر رویکرد مصاحبه انگیزشی ترس از تولد گنجانده شود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۸).

مطالعه که توسط ازگی شاهین در سال ۲۰۲۲ تحت عنوان تأثیر دوره آمادگی فرزندپروری بر شیوه ترجیحی ولادت، ترس از ولادت و ادراک از ولادت آسیب‌زا در دانشجویان مامایی انجام شد که این پژوهش یک مطالعه نیمه تجربی با طرح پیش‌آزمون- پس‌آزمون بود که شامل ۴۷ دانش آموز سال دومی بود که در دوره آمادگی

فرزندپروری ثبت نام کرده بودند. دانش‌آموزان دوره آمادگی والدین را به مدت ۲ ساعت در هفته به مدت ۱۴ هفته گذرانند. داده‌ها با استفاده از فرم اطلاعات توصیفی، مقیاس ترس از تولد قبل از بارداری و مقیاس درک از تولد آسیب‌زا جمع‌آوری شد. برای ارزیابی تفاوت‌های درون گروهی و بین گروهی از آزمون تی زوجی و کای اسکوئر استفاده شد. داده‌ها با استفاده از نرم افزار SPSS 22.0 با معنی داری

۰.۰۵ تجزیه و تحلیل شد. نتایج نشان داد که میانگین نمره ترس از ولادت قبل از بارداری در پیش‌آزمون $40/46 \pm 9/37$ و در پس‌آزمون $23/61 \pm 6/79$ بود و تعداد دانشجویانی که سزارین را ترجیح می‌دادند به طور معنی‌داری کاهش یافت، در حالی که تعداد دانشجویانی که ولادت طبیعی را ترجیح دادند پس از دوره آمادگی افزایش یافت که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۲۹).

مطالعه که توسط سهیلا ساک و همکارانش در سال ۲۰۲۲ تحت عنوان ارزیابی صنف‌هایی اطلاع‌رسانی بارداری در مورد ترس از تولد و انتخاب روش تولد انجام شد که این مطالعه بر روی ۵۳ زن باردار که معیارهای تحقیق را داشتند و در صنف آموزش دوران بارداری که در بیمارستانی وابسته به اداره بهداشت استان اسپار تا شرکت کردند، داده‌ها با فرم پرسشنامه‌ای مقیاس ترس از بارداری و تولد قبل از تمرین و بعد از اتمام تمرینات جمع‌آوری شد. میانگین نمره کل قبل از آموزش $5/88 \pm 1/39$ بود و بعد از آموزش 1.44 ± 4.48 و اختلاف بین آنها از نظر آماری معنی‌دار بود ($P < .001$). نتایج نشان داد که آموزش در صنف آموزشی دوران بارداری ترس از تولد را کاهش داده و انتخاب روش ولادت را تحت تأثیر قرار می‌دهد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۰).

خسروی مژگان و همکاران در سال ۱۳۹۶ به بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی ولادت فیزیولوژیک در دوران بارداری بر خودکارآمدی زنان در ولادت طبیعی در مراجعین مراکز منتخب شهر اصفهان پرداختند، این مطالعه بالای ۷۲ مادر باردار مراجعه‌کننده به مراکز بهداشتی-درمانی منتخب شهر اصفهان انجام گردید، افراد گروه مداخله صنف‌هایی آموزش ولادت فیزیولوژیک را به صورت ۸ جلسه ۲ ساعته دریافت نمودند. افراد گروه شاهد نیز از مراکز انتخاب شدند که صنف‌هایی آموزش ولادت فیزیولوژیک نداشتند. یافته‌ها نشان داد که یک هفته بعد از انجام مداخله ($p = 0,05$) و یک ماه پس از انجام مداخله ($p = 0,04$). نتایج نشان داد که صنف‌هایی آموزش ولادت فیزیولوژیک، در ارتقای نمره خودکارآمدی زنان در ولادت طبیعی و انتخاب روش ولادت موثر می‌باشد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۱).

علی اکبری و همکاران در سال ۱۳۸۰ به بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر شدت درد و طول مدت ولادت پرداختند. یافته‌ها حاکی از آن بودند که بین دو گروه به لحاظ شدت درد در مرحله اول ولادت، طول مدت مرحله اول و دوم و طول مدت کلی ولادت اختلاف آماری معناداری مشاهده می‌شود؛ در حالی که از نظر شدت درد در مرحله دوم بین دو گروه تفاوت آماری معناداری وجود نداشت که با نتایج مطالعه حاضر نسبتاً همخوانی دارد (۳۲).

مهدی‌زاده و همکاران در سال ۱۳۸۰ به بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی دوران بارداری بر سلامت مادر و نوزاد پرداختند. نتایج نشان داد که از نظر وضعیت جسمانی، میزان خستگی، درد کمر و لگن کمتر و فعالیت روزانه به طور معناداری در گروه مداخله بیشتر بوده است؛ این در حالی می‌باشد که سردرد در گروه کنترل کمتر گزارش شده بود. به لحاظ وضعیت ولادت نیز در گروه مداخله اختلاف آماری معناداری در کوتاه شدن مدت فاز فعال مرحله اول و مرحله دوم ولادت و افزایش ولادت ترم و طبیعی مشاهده شد؛ اما در کیفیت خواب، روابط مطلوب زناشویی و اجتماعی، میزان استفاده از داروهای ضد اسپاسم و مسکن، وزن و آپگار نوزادان تفاوت آماری معناداری به دست نیامد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۳).

جمیلیان و همکاران نیز در سال ۱۳۸۹ به بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی دوران بارداری بر مدت بستری و میزان رضایتمندی مادران پرداختند. نتایج حاکی از آن بودند که بین دو گروه از نظر مدت بستری، میزان رضایت از ولادت طبیعی، میزان ولادت طبیعی و وزن نوزادان اختلاف آماری معناداری وجود داشت که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۴).

مهرآبادی و همکاران در سال ۱۳۹۸ به بررسی تأثیر اجرای برنامه صنف‌هایی آمادگی ولادت بر ترس از ولادت طبیعی در زنان باردار پرداختند. یافته‌ها نشان داد که میانگین نمره کل پرسشنامه و نمرات فاکتورهای پرسشنامه ترس از ولادت و بیجا به غیر از فاکتور ترس از آسیب جنین در گروه مداخله به طور معناداری بالاتر از گروه کنترل بود ($p < 0/05$) همچنین نمرات تمام فاکتورها به جزء ترس از آسیب به جنین در گروه مداخله از پیش آزمون به پس آزمون و پیگیری افزایش یافت ($p < 0/05$) نمرات فاکتور ترس از آسیب جنین در گروه مداخله در پس آزمون و در گروه کنترل بعد از ولادت کاهش یافت و مقایسه میانگین‌ها تفاوت معنی داری را

بین دو گروه نشان داد ($p = 0/01$). نتایج نشان داد که صنف‌هایی آمادگی برای ولادت برگزار شده در سزوار موجب افزایش ترس از ولادت شد، لذا محتوای این آموزش‌ها باید مورد بررسی قرار گیرد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی ندارد (۳۵).

آصفی و همکاران در سال ۱۳۸۹ به بررسی تأثیر صنف‌هایی آمادگی برای ولادت بر نگرش نسبت به نوع ولادت پرداختند و گزارش نمودند که بلافاصله پس از مداخله و دو هفته پس از ولادت، در میانگین نمره نگرش نسبت به نوع ولادت بین دو گروه اختلاف آماری معناداری وجود دارد و نگرش مثبت نسبت به ولادت افزایش یافته است. همچنین میزان ولادت طبیعی در گروه مداخله بالاتر گزارش شده بود که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۶).

قدیمی و همکاران در سال ۱۳۹۲ به بررسی عوامل موثر بر انتخاب نوع ولادت و نگرش زنان باردار پرداختند. یافته‌ها نشان داد که میانگین سنی مادران، $0/21 \pm 27/64$ و $57/7$ درصد از آن‌ها نیز تحصیلات بالاتر از دیپلم داشته‌اند. میزان سزارین در زنان مورد مطالعه، $50/7$ درصد بوده است. تمایل 57 درصد زنان به سزارین، بیشتر از حد متوسط بوده است ($p < 0/001$). مهم‌ترین دلایل آنان برای انتخاب سزارین، بی‌دردی مراحل عمل، وارد نشدن آسیب به جنین، پیشگیری از پارگی و تغییر شکل دستگاه تناسلی، عدم نیاز به معاینات مکرر و پیشنهاد داکتر یا قابله بوده است. ارتباط معناداری بین نوع ولادت فعلی مادران با سن مادران، سن همسران، سن ازدواج، سطح تحصیلات، شغل، درآمد، ولادت قبلی، تعداد بارداری، سابقه ی‌مرده زایی و سقط جنین و سابقه سزارین فامیلی مشاهده شده است ($p < 0/001$). همچنین بین نوع نگرش مادران نسبت به سزارین با سطح آگاهی آنها ارتباط آماری معناداری مشاهده گردیده ($p < 0/001$)، اما بین نگرش به ولادت طبیعی با سطح آگاهی مادران ارتباطی دیده نشده است ($p = 0/31$). نتایج این مطالعه نشان داد که ارتباط معنی دار میان نوع نگرش به سزارین و انتخاب آن ضروری است تا جهت مقابله با افزایش بی‌رویه سزارین و رسیدن به حد مطلوب و قابل قبولی از این نوع ولادت (سزارین)، اقدامات لازم جهت افزایش آگاهی زنان نسبت به مزایای ولادت طبیعی و معایب سزارین انجام شود (۳۷).

نیاکانی و همکاران در سال ۱۳۸۹ به بررسی تأثیر آموزش گروهی در دوران بارداری بر آگاهی و نگرش و انتخاب نوع ولادت در زنان نخست‌زا پرداختند. نتایج نشان داد که تفاوت آماری معنی‌داری بین آگاهی و نگرش زنان پس از آموزش نسبت به قبل از آن دیده شد. انتخاب نوع زایمان طبیعی، قبل و بعد از آموزش در ارجحیت بود، ولی پیگیری عملکرد زنان نشان داد که فقط ۵۷/۶ درصد آنها نوع زایمان طبیعی را انتخاب برگزیدند. در حقیقت قبل از آموزش ۶۱/۸ درصد و بعد از آن ۸۰/۶ درصد زنان زایمان طبیعی را انتخاب کرده بودند. آموزش در دوران بارداری در کاهش انتخاب سزارین مؤثر است. ایجاد امکانات و ترویج روش‌های مختلف زایمان کم‌درد و آموزش کارکنان زایشگاه برای انجام زایمان طبیعی مورد انتظار است که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۸).

مطالعه‌ای که توسط دوتائی و همکاران در سال ۲۰۰۳ منتشر گردید نشان داد با توجه به اینکه در ایتالیا در سال ۲۰۰۰ میزان سزارین ۳۳/۲ درصد رسیده بود، ۹۱ درصد زنانی که زایمان طبیعی داشتند و ۷۳ درصد آنهایی که تحت عمل سزارین قرار گرفته بودند، به دلیل درد ناشی از عمل سزارین، زایمان طبیعی را ترجیح دادند که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۳۹).

اکبری و همکاران در سال ۱۳۹۵ به بررسی دانش و نگرش زنان باردار نسبت به روش ولادت پرداختند. یافته‌ها نشان داد که ۴۷/۶ درصد مادران دانش متوسط نسبت به انتخاب روش ولادت، ۶۲/۵ درصد نگرش مثبت نسبت به ولادت طبیعی ابراز نمودند. در عین حال ۶۰/۱ درصد نگرش منفی نسبت به سزارین داشتند. نمره دانش زنان باردار با تحصیلات مادر، مرتبه بارداری و همچنین نوع مرکز (خصوصی/دولتی) ($p < 0/05$) و نگرش نسبت به ولادت طبیعی با متغیرهای شغل، سطح تحصیلات مادر، مرتبه بارداری ارتباط معنی‌دار داشتند ($p < 0/05$). بعلاوه نگرش زنان باردار نسبت به سزارین با متغیرهای شغل، سطح تحصیلات، نوع مرکز نیز ارتباط معنی‌دار داشت ($p < 0/05$). نتایج نشان داد که به رغم تلاش‌های دولت در جهت ترویج ولادت طبیعی، هنوز دانش و نگرش زنان نسبت به انتخاب ولادت طبیعی مطلوب نیست؛ لذا ضروری است مداخلات ترویجی رسانه‌ای همراه با برنامه‌های خوشایند سازی ولادت طبیعی توسعه یابد که با نتایج مطالعه حاضر همخوانی دارد (۴۰).

نتیجه‌گیری

بر اساس یافته‌های این تحقیق، می‌توان نتیجه گرفت که شرکت در صنف‌های آمادگی برای ولادت در توانمندسازی مادران باردار مؤثر می‌باشد و همچنین سبب کاهش اضطراب و ترس مادران از ولادت طبیعی شده است. از این رو تشویق مادران به شرکت فعال در این صنف‌ها توصیه می‌گردد. همچنین بین سطح آگاهی و نگرش نسبت به ولادت طبیعی ارتباط مستقیم وجود دارد و می‌توان با افزایش میزان آگاهی و در نتیجه تغییر نگرش زنان، آن‌ها را به انتخاب روش ولادت طبیعی ترغیب کرد. زنان بیشترین دلیل خود را برای انتخاب سزارین ترس از دردهای زایمانی بیان کردند و همچنین زنان زایمان طبیعی را ترسناک تر و خسته‌کننده‌تر می‌دانند و اینکه اطلاعات شان نسبت به زایمان کم است همچنین به این زنان در مورد درد زایمان آموزش کمی داده شده است.

پیشنهادات

- با توجه نتایج فوق، پیشنهادات ذیل را می‌توان مطرح کرد:
- دولت باید با ارائه بودجه و منابع لازم، برنامه‌های آموزشی و آگاهی دهی برای آمادگی ولادت را ترویج کند تا مادران باردار با اطلاعات کافی درباره ولادت طبیعی آشنا شوند.
۱. تبلیغات رسانه‌ای برای افزایش آگاهی در باره ی فواید ولادت طبیعی و روش‌های کاهش ترس از آن که می‌تواند شامل مصاحبه با مادران موفق، داکتران و قابله‌ها باشد.
 ۲. تأسیس مراکز مشاوره در شفاخانه‌ها و کلینیک‌ها که مادران باردار بتوانند به‌صورت رایگان از مشاوره‌های تخصصی بهره‌مند شوند.
 ۳. گنجاندن مباحث مربوط به ولادت طبیعی و سلامت مادر و کودک در برنامه‌های آموزشی مکاتب و دانشگاه‌ها تا جوانان با این موضوعات آشنا شوند.
 ۴. دولت باید به تحقیقات علمی در زمینه تأثیر صنف‌های آمادگی ولادت بر کاهش ترس از ولادت طبیعی توجه کند و نتایج آن را در اختیار عموم قرار دهد.
- در پایان بر خود لازم می‌دانم به پاس راهنمایی‌های سازنده‌ی اساتید ارجمند و گران‌مهر الهه جعفری و حسین براتی در جریان این تحقیق، از آنان تقدیر و تشکر نمایم.

فهرست منابع:

- 1) Rajabi Naeemi M, Tizvir, Moghimi D. *Normal Vaginal delivery or Cesarian*. Karaj : Meraj publication, 2015. p. 1st ed.
- 2) 2. Emami Oreh F, Mosallae M, Rajabi Naeeni M. *Training for safe motherhood*. Karaj : Meraj Publication, 2011. p. 1st ed.
- 3) 3. Poureslami M. *Health Promotion Empowerment*. s.l. : Teb Tazkiyeh, 2003, pp. 1-9.
- 4) 4. Kameda Y, Shimada K. Development of an Empowerment Scale for Pregnant Women. *J Tsuruma Health Sci Soc Kanazawa Univ*, 2008, pp. 39-48.
- 5) 5. Faramarzi Mahbobeh, Pasha Hajar, Bakhtiari Afsana. "Investigating the awareness and attitude of pregnant women towards natural childbirth in Babol city." *Journal of Babol University of Medical Sciences*, 1380, 4.
- 6) 6. Hajipour L, Hosseini Tabaghdehi M, Behzadi Z. Empowerment of Pregnant Women. *J Holist Nurse Midwifery*, 2014;16-24.
- 7) 7. Meyor MR, O'Brien-Pallas LL. *Nursing Services delivery theory*. *J Adv Nurs*, 2010;28-38.
- 8) 8. Keshavarz Z, Simbar M, Ramezankhani A, Alavi MH, Nasiri M. Assessing the relationship between health promoting behaviors and the integrated model of planned behavior and self-efficacy of female workers at reproductive age. *Modern Care J*, 2014;293-303.
- 9) 9. Zaynab Mohaghegh, Mojgan Javadnoori, Mahin Najafian, Parvin Abedi, Simin Montazeri. Effect of birth plans integrated into childbirth preparation classes on maternal and neonatal outcomes of Iranian women. *Frontiers in Global Women's Health*, 2023;4.
- 10) 10. Monir Yousefvand, Mahboobeh Khorsandi, Nasrin Roozbahani, Mehdi Ranjbaran. Effect of Theory of Planned Behavior on Fear of Vaginal Delivery. *Current Women's Health Reviews* 19, 2023;85-92.
- 11) 11. Rastagar L, Mohibi P, Jafari A, Mazlomzada S. Investigating the effect of childbirth preparation classes on women's attitude towards fear of childbirth. *J of preventive care in nursing and midwifery*, 2016, pp. 36-44.
- 12) 12. Fathizada M, Abedinizada S, Mohseni SH. Investigating the effect of pregnancy preparation classes on mothers' anxiety. 2016, *J of preventive care in nursing and midwifery*, pp. 24-33.
- 13) 13. Rajabi M, Sember M. Investigating the effect of childbirth preparation classes on the ability of pregnant mothers. *J of Education and Society Health*. 2018;1397:61-71.
- 14)
- 15) 14. Alipour P, Moghaddam Tabrizi F, Alizadeh S, Sayadi H. The effect of antenatal preparation classess on self efficacy incoping with childbirth in pregnant women reffering to fatemeh polyclinic, and

- other health care centers in urmia in 2015. *J Urmia Nurs Midwifery Facul.* 2017;14(10):859-66.
- 16) 15. Gahremani J, Valizadeh Beroz M. "Evaluating the role of pregnant women participation in prenatal education classes in choosing the type of delivery in Zanjan hospital." *Journal Urmia Nurs Midwifery Facul*, 1392, pp. 58-64.
 - 17) 16. Najafi F, Gazafurdi K, Rahnoma P. The relationship between participation in childbirth preparation classes with the fear and type of childbirth. *Journal of Nursing and midwifery Faculty of Tehran University of Medical Sciences*, (2016), pp. 30-40.
 - 18) 17. Biglari fur F, Wisani Y, Pasha A. Knowledge and attitude of mothers in their first pregnancy towards choosing the type of delivery. 1393, pp. 19-24.
 - 19) 18. Chong E, Mongelli M. Attitudes of Singapore women toward caesarean and vaginal deliveries. *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 2003; pp. 189-94.
 - 20) 19. Najafi Fatema, Abuzari Gazaf Rudi Kobri, Jafarzadah Kanarsari Fatemah, Rahmana, Parvin, Gholami Chabaki Baharah. The relationship between participation in birth preparation classes with the fear and type of childbirth. *Hayat*, 1394; pp. 30-40.
 - 21) 20. Shahraki Zahra, Shahraki Taiba, Badakhsh Mohin, Saravani Khadijah, Shahraki Qasim, Abdullahi Mohammad Abdulghani. Investigating the effect of prenatal preparation classes on the choice of delivery method. *Journal of the Faculty of Medicine* 78, 1399: 455-460.
 - 22) 21. Rostagari Leila, Mohebi Parvin, Mazloomzada Saedah. "The effect of childbirth preparation classes on the perceived self-efficacy of childbirth in women who have given birth." *Journal of Advances in Medical and Biomedical Research*, 1392, pp. 105-112.
 - 23) 22. Rostagari Leila, Mohebi Parvin, Jafari Elham, Mazloomzada Saedah. "Investigation of the effect of childbirth preparation classes on the attitude towards fear of childbirth in women who have given birth." *PREVENTIVE CARE IN NURSING & MIDWIFERY JOURNAL*, 1395, pp. 36-44.
 - 24) 23. Khaledian Zainab, Abedian Sara, Ehsani Razieh. Investigating the role of childbirth preparation classes on the level of anxiety and choosing the type of delivery during pregnancy in women who refer to clinical clinics in Semnan. *Nursing and Midwifery*, 1397; 194-201.
 - 25) 24. Pelin Calpbini. "The effect of the training program provided to primiparous pregnant women through the motivational interview method on their fear of childbirth." *Current Psychology*, 2023, pp. 21609-21623.

- 26) 25. Fatemeh Eidouzaei, Leila Amiri-Farahani, Abolfazl Mohammadi, Sally Pezaro. "Exploring the Effect of Cognitive-Behavioral Educations on Childbirth Self-efficacy, Childbirth Fear, and Adaptation of Maternal Role Among Primiparous Women." *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 2023, pp. 616-633.
- 27) 26. Selda Yoruk, Ayla Acikgoz. "Effect of antenatal class attendence on fear of childbirth and antenatal stress." *Revista de saude publica*, 2023, 57, p. 18.
- 28) 27. Merve CAMLIBEL, METE Samiye. "The Effect of antenatal education on readiness, Fear, Pain, Duration and Satisfaction of Labor in Nullipar Women." 2023, pp. 1204-1220.
- 29) 28. Senem Alkan Akalin, OCAL Ece, Serap Mutlu, ÖZÇELİK OTCU. "The Effect of Training Program Given to Multiple Pregnants by Motivational Interview Method on Fear of Birth and Delivery Style." *Medical Records*, 2022, 5, pp. 7-203.
- 30) 29. Sahin, Ezgi. "Effects of a parenting preparation course on preferred mode of delivery, fear of childbirth, and perception of traumatic childbirth in midwifery students." *Journal of Research Development in Nursing and Midwifery*, 2022.
- 31) 30. Suheyla Sak, Funda Yildirim Bas, Osman Gurdal. "Evaluation of Pregnancy Information Classes Trainings on Birth Fear and Birth Method Selection." *Journal of Education and Research in Nursing/ Hemsirelikte Egitim ve Arastirma Dergisi*, 2022, 19, p. 19.
- 32) 31. Khosravi Mozghan, Kohan Shahnaz, Haidari Zainab, Sohrabi Zahra. "Investigating the effect of physiological childbirth preparation classes during pregnancy on women's self-efficacy in natural childbirth in clients of selected centers in Isfahan." *Health system research*, 1396, pp. 134-139.
- 33) 32. Akbarei AA, Jamalian R, Koahn S, Valaie N. "Effect of childbirth preparation on reduction of pain and duration of delivery." *Feyz Journal*, 1380, pp. 8-41.
- 34) 33. Mehdizadeh A, Rusta F, Kamali Z. "Investigating the effect of pregnancy preparation classes on mother's health and Newbirth." *Journal of Iran University of Medical Sciences*, 1380, 10.
- 35) 34. Jamilian M, Mobasseri SH, Wakilian K, Jamilian HR. "Effect of childbirth preparation classes on the duration of admission and satisfaction of mothers." *Journal Ilam Univ Med Sci*, 1389, pp. 44-50.
- 36) 35. Mehrabadi Maryam, Masoudi Far Maryam, Parvizi Aghdas, Rokhshani Mohammad Hasan, Mortazavi Forough. "The study of the effect of implementation of childbirth preparation classes based on

- national guidelines on the fear of natural childbirth in pregnant women." *Journal of Obstetrics and Infertility*, 1399, pp. 58-68.
- 37) 36. Asefi F, Delaram A, Kazemian A, Bahadoran P. "The effect of pregnant women attending in childbirth preparation classes on their attitude toward mode of delivery." *Journal Clin Nurs Midwifery*, 1389, pp. 44-52.
- 38) 37. Gademi M, Rasouli M, Motahar S. "Investigating the Influencing Factors on the choice of the type of delivery and the Attitude of Pregnant Women." *Sabzevar University of Medical Sciences*, 1392.
- 39) 38. Niakani M, Behmanesh F, Taftavi F. "The Effect of group training during pregnancy on awareness, Attitude and Choice of delivering type in Women." 1389, pp. 124-130.
- 40) 39. Dontai S, Andreozzi S, Grandolfo ME. "Do Italian mothers prefer cesarean delivery?" 2003, *Birth* 30(2), pp. 89-93.
- 41) 40. Akbari N, Majlisi M, Rokhshani F. "Knowledge and Attitude of Pregnant Women towards delivery method." 1396, PP. 211-218