به نام خدا

فهرست خدمات پيشنهادي پورتال پروگنانسي ـ نسخه ابتدايي ـ 11/6/1392

# تحليل موضوع بارداري

## زمان بارداري

1. مقدمات
   1. رشد
   2. بلوغ
   3. ازدواج
   4. لقاح
2. جنين
   1. تا چهارماهگي (پيش از حلول روح)
   2. تا نه‌ماهگي (پس از حلول روح)
3. زايمان
   1. آمادگي براي زايمان
   2. زايمان
   3. مراقبت‌هاي پس از زايمان

## افراد مرتبط

1. اقوام
   1. پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها
   2. خاله‌ها، عمه‌ها
   3. دايي‌ها، عموها
   4. ساير اقوام
2. والدين
   1. پدر
   2. مادر
3. هم‌رده‌ها
   1. برادر و خواهر بزرگ
   2. برادر و خواهر كودك
4. همكاران
   1. همكاران مادر
   2. همكاران پدر
5. دوستان
   1. دوستان مادر
   2. دوستان پدر
6. همسايگان
7. درمان‌گران
   1. ماما
   2. پرستار
   3. پزشك
   4. روان‌پزشك

## مسائل پزشكي بارداري

1. پيشگيري
   1. تقويت بنيه جسمي
   2. استفاده از داروهاي پيشگيرانه
   3. ورزش و فعاليت‌هاي مفيد
2. تشخيص
   1. آزمايشات به موقع
   2. متخصّصين مرتبط
   3. بيماري‌ها
      1. سندروم‌ها
      2. اپيدمي‌ها
      3. ژنتيك‌ها
3. درمان
   1. تأمين دارو
   2. امكانات بستري و نگهداري
   3. تخصص‌هاي مرتبط
4. نقاحت
   1. آماده‌سازي محيط منزل
   2. مراقبت‌هاي مناسب

## بهداشت روحي

1. اطلاع صحيح
   1. آگاهي اطرافيان از تغييرات روحي باردار
   2. آگاهي باردار از تغييرات روحي خود
   3. آگاهي از پيشينه روحي باردار
2. رفتار مناسب
   1. عكس‌العمل اطرافيان نسبت به انفعالات روحي باردار
3. همياري تخصّصي
   1. مراجعه به روان‌پزشك
   2. درمان‌گري آسيب‌هاي روحي

## بهداشت معنوي

1. وظايف والدين در خصوص لقاح
2. اخلاقيات و مستحبات بارداري
3. آموزه‌هاي مقدماتي در تربيت كودك
4. ادعيه مأثوره و روايات معتبره در خصوص بارداري

## جذابيت‌هاي بارداري

1. پيش از بارداري
   1. سيسموني و خريد براي نوزاد
   2. مناسب‌سازي فضاي خانه براي ورود فرزند
   3. مكالمه‌هاي مؤثر
2. حين بارداري
   1. روابط زناشويي
   2. لباس‌هاي بارداري
   3. وضعيت‌هاي حركتي باردار
      1. وضعيت راه رفتن
      2. وضعيت خوابيدن
      3. وضعيت نشستن و برخواستن
   4. ورزش‌هاي بارداري
3. پس از بارداري
   1. استراحت و مسافرت‌هاي شادي‌بخش
   2. ورزش‌هاي جمع‌كننده بدن
   3. ميهماني‌ها و جشن‌ها

# تنوّع خدمات قابل ارائه

## خدمات اطلاع‌رساني

1. ارائه اخبار روز بارداري و پيشرفت‌هاي علمي
2. ارائه مقالات و كتب مرتبط
3. معرفي مراكز و نهادهاي مورد نياز
   1. با انتخاب موقعيت منزل خود در نقشه، نزديك‌ترين مراكز مورد نياز را بيابد.
   2. اعلام تخصص‌هاي ويژه مراكز و تجربيات آن‌ها
4. بلاگ‌سرويس ويژه جهت اطلاع‌رساني كاربران به جامعه
5. لينك‌سايت براي تجميع لينك تمامي سايت‌هاي مفيد و پست‌هاي وبلاگي مناسب

## خدمات ارتباطي

1. مرتبط كردن افراد با درمان‌گران (پاسخ به پرسش‌ها)
2. برقراري ارتباط آن‌لاين با درمان‌گران و مشاورين
3. مرتبط كردن افراد با هم (فروم)
4. شبكه ارتباطي پزشكان و درمانگاه‌ها
5. ارتباط با پاسخگويان احكام و مشاورين تربيت ديني

## خدمات آموزشي

1. آموزش به باردار
2. آموزش به درمان‌گران
3. آموزش به اطرافيان باردار

## ابزارها

1. ابزارهاي ضروري
   1. قد و وزن مادر: دريافت قد و وزن مادر و تعيين وزن در ايام بارداري.
   2. سن جنين: با دريافت زمان آخرين عادت ماهانه
   3. دردشناسي: دريافت مشخصات محل درد و حالات فرد و ارائه احتمالي علّت درد
2. ابزارهاي كمكي
   1. تقويم بارداري: ارائه اطلاعات و تذكرات لازم در طول زمان بارداري.
   2. داروشناسي (فارماكولوژي)
      1. گرفتن اسم دارو و بيان تمام تأثيرات آن در دوران بارداري
      2. طرح نيازهاي جسمي فرد و پيشنهاد داروي مناسب (درباره داروهاي بدون نياز به نسخه)
   3. راهنماي تغذيه
      1. ارائه اطلاعات تأثير انواع مواد غذايي
         1. در رشد جنين
         2. در افزايش شير مادر
      2. پيشنهاد برنامه غذايي زمان‌بندي شده براي مادر (اتصال به تقويم بارداري)
   4. راهنماي ورزش متناسب با بارداري
3. ابزارهاي جذاب
   1. تشخيص جنسيت: تعيين احتمالي جنسيت جنين با توجه به ويژگي‌هاي بارداري.
   2. تشخيص خصوصيات چهره، قد و هيكل فرزند: ارائه احتمال خصوصيات فرزند با بررسي خصوصيات والدين.
   3. پيشنهاد نام: دريافت نام پدر و مادر (و احتمالاً پدربزرگ‌ها و مادربزرگ‌ها) و جنسيت نوزاد و پيشنهاد چند نام مناسب براي او.

# پلت‌فرم‌ها و سكوها

1. رايانه دسك‌تاپ
   1. نرم‌افزار ويندوز
   2. ويجت ويندوز: ويجت‌ها با قرار گرفتن روي ميزكار هميشه مي‌توانند فعّال بوده و به موقع تذكرات و اطلاعات لازم را به كاربر بدهند. به اينترنت متصل شوند و داده‌هاي جديد دريافت نمايند.
2. تبلت: با توجه به اين‏كه تبلت‌ها فضاي دسترسي وسيع‌تري دارند، نرم‏افزار طراحي شده براي آن‌ها مي‌تواند متفاوت از نسخه موبايلي باشد.
   1. آندرويد
   2. ويندوزفون: قابل اجرا روي ويندوز 8.
   3. آي‌پد
3. موبايل
   1. هوشمند
      1. آندرويد
      2. ويندوزفون
      3. آيفون
   2. غيرهوشمند
      1. جاوا
      2. سيمبين
   3. پيامك
      1. فعّال: پرسشگري كاربر توسط پيامك و پاسخ اپراتور.
      2. منفعل: ارسال پيامك‌هاي آموزشي و تذكر زماني به صورت خودكار براي كاربر.
   4. بلوتوث: نصب تجهيزات ارسال بلوتوث‌هاي يكپارچه از پيش طراحي شده در درمانگاه‌ها و مطب دكترهاي متخصص زايمان.
4. وب: سايت اينترنتي و خدماتي كه در لايه وب ارائه مي‌شود.
5. دستگاه مستقل
   1. ساعت مچي: دستگاهي كه به مچ دست متصل مي‌شود و در زمان معيّني اطلاعاتي را نمايش مي‌دهد و يا اطلاعات جسمي كاربر را ثبت مي‌كند.
   2. دستگاه كمري: دستگاهي به لباس متصل شده و در زمان برنامه‌ريزي شده و يا با دريافت فركانس راديويي، مشابه پيجر، بوق زده و اخطاري نمايش مي‌دهد كه از پيش ذخيره شده.
6. تلفن
   1. تماس خودكار: تماس تلفني خودكار در زمان معيّن گرفته مي‌شود و پيام صوتي پيش‌فرض پخش مي‌گردد.
   2. اپراتور: اپراتور در وقت مقرّر تماس گرفته و تذكرات لازم را ارائه مي‌نمايد.
   3. تلفن گويا: كاربر تماس گرفته و با انتخاب شماره‌ها اطلاعات لازم را دريافت مي‌نمايد.