

# فصل ۲۵

## وسایل ساخته شده در خانه و مواد درسی

### درین فصل

۴۴۷	..... وسایل ارزان قیمت
۴۴۹	..... ترازوی خانگی
۴۴۷	..... وقت نمای خانگی
۴۴۹	..... ستاتسکوپ خانگی
۴۵۱	..... مواد درسی
	۳ روش ساده برای ساختن مواد درسی..... ۴۵۱
	مودل های لگن خاصره، رحم و مهبل
۴۵۸	..... طفل
	یک مدل ولادت: بکس ولادی و زیر پوش
۴۶۵	..... ولادی

## وسایل ساخته شده در خانه و مواد درسی

### وسایل ارزان قیمت

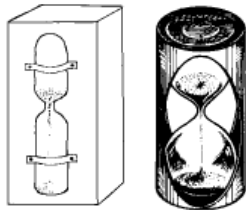
این فصل تشریح می‌دارد که چگونه بعضی وسایل را ساخته می‌توانید تا شما را در کار قابلیت‌گامی کمک نماید.

### وقت نماهای خانگی

هرگاه هیچ نوع ساعتی نداشته باشید، می‌توانید يك وقت نماي ساده را برای اندازه نمودن تعداد نبض یا تنفس در يك دقیقه، بسازید. هیچکدام از این وقت نماها به اندازه يك ساعت دقیق نمی‌باشند، مگر می‌توانند خوب کار بدهند. (وقتی برای اولین مرتبه وقت نما را می‌سازید، به يك ساعت ضرورت خواهید داشت تا دوام يك دقیقه را تعیین کنید).

### وقت نماي ریگی

وقت نماي ریگی متشکل از يك تیوب شیشه‌ای است که هر دو نهایت آن بسته بوده و در قسمت وسط آن يك گردن باریک وجود دارد. قسماً با ریگ می‌ده پر شده است. ریگ در يك وقت معین از قسمت بالائی به قسمت پائینی می‌ریزد.



وقت نماي تخمی و یا وقت نماي ریگی ۳ دقیقه‌ای می‌تواند با قیمت کم در بعضی مناطق خریداری شود. برای استفاده از آن تعداد نبض یا تنفس را در سه دقیقه حساب کرده و بعداً تقسیم ۳ نمائید تا تعداد نبض یا تنفس در يك دقیقه معلوم گردد. این وقت نما همچنان می‌تواند برای شما بگوید که چه وقت تقلصات ولادی هر ۳ دقیقه بعد می‌آید.

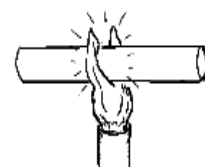
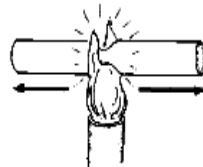
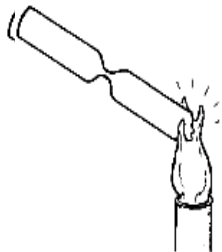
### وقت نماي يك دقیقه‌ای

برای ساختن وقت نماي يك دقیقه‌ای قدم‌های زیر را تعقیب نمائید:

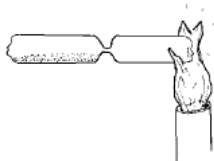
۲. يك نهایت تیوب را با نوب کردن آن به آهستگی بسته نمائید.

۱. تیوب را به دو طرف کش کنید تا يك گردن باریک در قسمت وسطی ایجاد گردد.

۱. قسمت وسط تیوب شیشه‌ای را روی يك چراغ الکولی یا منبع دیگری که شعله کوچک و بسیار داغ داشته باشد، حرارت دهید.



۶. نهایت دیگر تیوب را نیز با گرفتن آن روی شعله آتش بسته نمایید.



۵. همان اندازه ریگ داخل تیوب بریزید که ریختن آن از يك طرف



تیوب به سمت دیگر آن دقیقاً يك دقیقه را در بر گیرد. يك ساعت را از کسی عاریت گرفته و به دست دیگر خود بگیرید تا زمان را تعیین کنید.

۴. يك اندازه ریگ میده را شستشو کنید تا کثافات آن برطرف گردد. آنرا



خشك ساخته و از يك جالی بسیار میده بکشید.

بعد ریگها را حرارت دهید تا رطوبت آن برطرف شود.

يك طریقه سادهتر، استفاده از يك تست تیوب و یا تیوب جمع آوری خون است که در لابراتوارها بکار می‌رود. با استفاده از شعله آتش در وسط آن يك گردن باریک ایجاد کنید. ضرورت نخواهید داشت که نهایت باز آن را ذوب کرده و بسته نمائید - با سادگی می‌تواند آن را با استفاده از يك کارک یا رابر بسته کنید. این وقت نما در محیط مرطوب دقت کمتری خواهد داشت.

تعجب ننمائید از این که مجبور شوید چندین مرتبه يك وقت نما را بسته و باز نمائید تا بصورت دقیق جور شود. اگر ریگها بند شوند، کوشش نمائید ریگهای ریزتری پیدا کرده و متیقن گردید تا کاملاً خشك باشند. قبل از بستن نهایت تیوب خود را مطمئن سازید که اندازه دقیق ریگ داخل آن انداخته شده باشد. وقت نما را با ننگه داری آن در بین يك قطی یا بکس درحالی که با پنبه یا يك تکه پیچانیده شده باشد، از شکستن محافظت کنید. چون این وقت نما بسیار به آسانی بخصوص از قسمت باریکی گردن آن قابل شکستن است.

### وقت نمای آبی

ساختن وقت نمای آبی آسانتر است اما دقت آن نسبت به وقت نمای ریگی کمتر می‌باشد. يك تیوب شیشه‌ای یا پلاستیکی را استفاده کنید. هر قدر که تیوب طولانی‌تر و باریک‌تر باشد به همان اندازه دقت آن بیشتر خواهد بود.



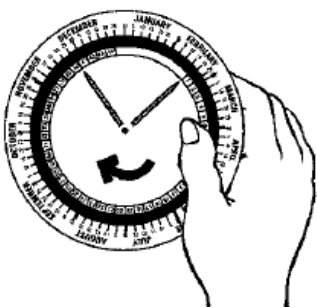
برای ایجاد يك سوراخ کوچک در تیوب شیشه‌ای، آنرا روی شعله آتش بگیرید، بعد آن را کش کرده، سرد ساخته و بشکنید.

تیوب را بلند گرفته و دقیقاً تا قسمت بالائی از آب پُر کنید.

با گرفتن يك ساعت به دست دیگر خود، بررسی کنید که در ظرف يك دقیقه چه اندازه آب خارج می‌شود. این را چند مرتبه چك کنید و بعد همان نقطه را با رنگ، رنگ ناخن یا يك پارچه سکاشتیپ نشانی کنید.



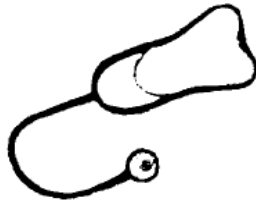
باید داشت: بعضی اوقات يك وقت نمای ریگی یا آبی قسماً بندش پیدا کرده و زمان را اشتباه نشان می‌دهند. بناءً این يك نظر خوب است که وقتاً فوقتاً وقت نمای خود را با يك ساعت مقایسه کنید.



### حسابگر خانگی برای تعیین زمان متوقعه ولادت

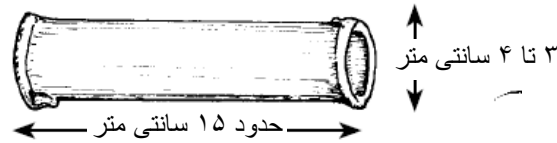
برای ساختن يك وسیله تعیین کننده زمان متوقعه ولادت در صورتی که تاریخ آخرین خونریزی ماهوار را بفهمید، به صفحه ۵۲۷ مراجعه نمائید.

### ستاتسکوپ خانگی

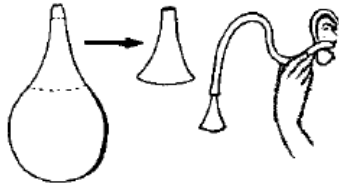


ستاتسکوپ يك تيوب میان تهی است که شنیدن صداهای داخل بدن را از روی سینه یا شکم آسانتر می‌سازد. این يك وسیله خوبی جهت شنیدن آواز قلب جنین داخل رحم مادر، می‌باشد. بهترین ستاتسکوپ‌ها از فلز و پلاستیک ساخته می‌شوند و ممکن گران قیمت باشند. مگر انواع مختلف ستاتسکوپ‌های خانگی را خودتان می‌توانید بسازید.

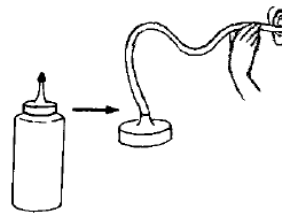
- يك نی، چوب و یا گل میان خالی را استفاده نمایند.



- قسمت بالائی يك مخاط کش رابری را قطع کرده و با يك پارچه تیوب رابری از آن استفاده کنید.



- سرپوش يك بوتل پلاستیکی گردن باریک و يك پارچه تیوب رابری را استفاده کنید.



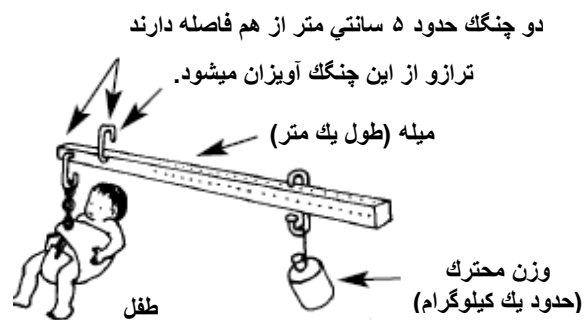
### ترازوهای خانگی :

استفاده از يك ترازوی خریداری شده از بازار بسیار دقیقتر و آسانتر است. مگر ترازوهای خانگی ارزان بوده و ساختن آنها آسان است.

#### ۴ نوع ترازو :

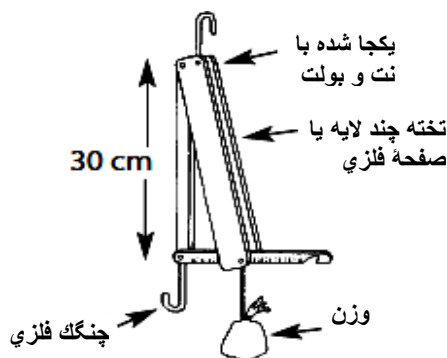
#### ترازوی میله‌ای :

ساخت این نوع ترازو از همه آسانتر بوده و ممکن دقت آن نیز بیشتر باشد. میله می‌تواند از چوب خشک یا نئیی ساخته شود. وزن متحرک آن می‌تواند يك خریطه، بوتل و یا قطعی‌ای که از ریگ پر شده است، باشد.



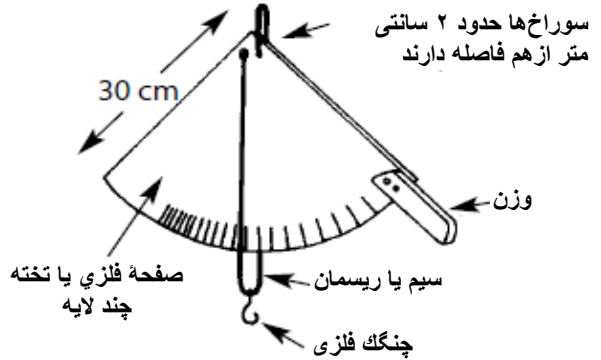
#### ترازوی قاتی :

انتقال این ترازو از يك جا به جای دیگر آسان است. این ترازو در صورتی که از فلز یا چوب‌های هفت پوست ساخته شود بهتر کار خواهد کرد.



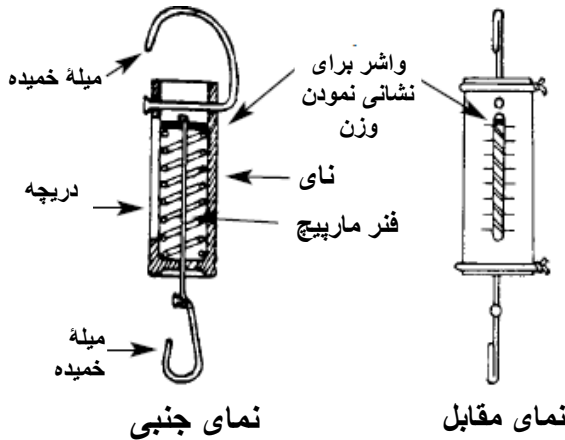
**ترازوی ربع دایره:**

اگر این ترازو از چوب چند لا ساخته شده باشد، روی آن يك صفحه فلزی پوش شود تا زاویه بالای آن تقویت گردد. وزن باید بین ۱ و ۲ کیلوگرم باشد. که این وزن می‌تواند از تکه‌های فلز یا يك پارچه پایپ فلزی ساخته شود.



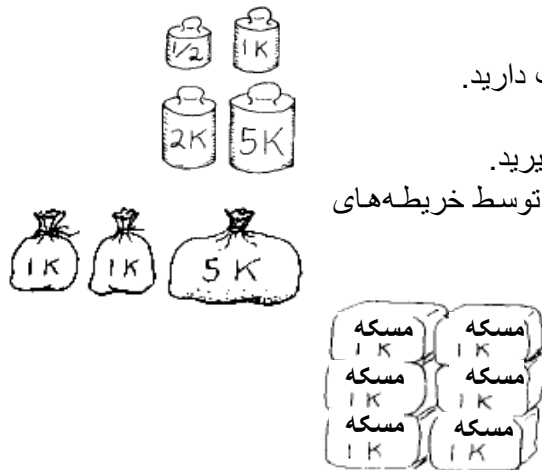
**ترازوی فنری :**

این ترازو از داخل نمودن يك فنر حلقوی بداخل يك نئ ساخته می‌شود. فنر باید حدود ۵۰ سانتی متر طول داشته و با گذاشتن يك وزن ۱۵ کیلوگرم به اندازه نصف طول آن با فشار کم شود.



**چگونه ترازو را دقیق ساخته می‌توانید:**

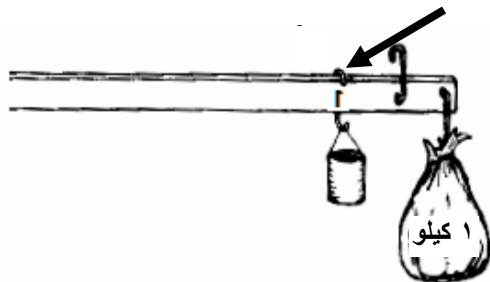
برای این کار شما به یکتعداد اوزان ستندرد و دقیق ضرورت دارید. شاید بتوانید:



- بعضی وزن‌ها را از دوکاندار منطقه خود قرض بگیرید.
- وزن‌های دوکاندار را برای ساختن وزن برای خود توسط خریطه‌های ریگی بکار برید.
- یا از قطی یا بسته‌های مواد غذایی يك کیلوئی می‌توانید برای ساختن وزن‌های خود استفاده کنید.

**برای نشانه گذاری ترازوی خود:**

۱. وزن ۱ - کیلوگرم را به آن آویزان کنید.
۲. وزن متحرك را در آن میزان کنید.
۳. همان نقطه را با يك خط كوچك نشانی کرده و بنویسید (۱).
۴. حالا هر مرتبه ۱ کیلوگرم دیگر به آن علاوه نموده و هر مرتبه يك نشانی بنمائید تا زمانی که ۶ یا ۷ نشان روی میله داشته باشید.



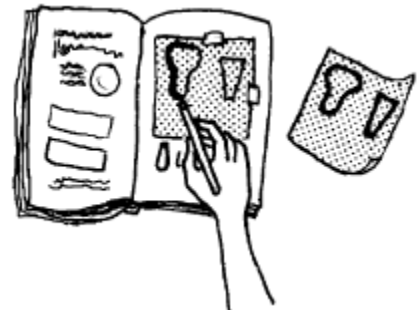
## مواد درسی

درین بخش طرز ساختن یکتعداد مواد درسی در مورد بدن زنان، حاملگی و ولادت ارائه می‌گردد. از این مواد می‌توانید در زمان تدریس قابله‌های دیگر، زنان حامله و خانواده‌های آنها ویا تدریس آن افراد جامعه که می‌خواهند در مورد صحت باروری خانم‌ها بیاموزند، استفاده کنید. بیشتر افراد با استفاده از این مواد درسی بهتر می‌آموزند نسبت به این که از یک کتاب بخوانند.

### ۳ روش اساسی برای ساختن مواد درسی

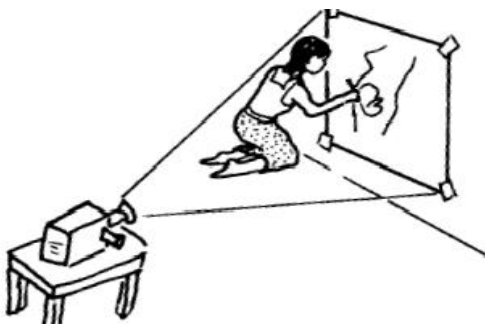
#### کاپی نمودن يك طرح

بعضی از این مواد درسی شامل طرح‌هایی برای ساختن مدل می‌باشند. برای کاپی نمودن این طرح‌ها يك کاغذ نازك را بالای آن بگذارید. در صورت امکان اطراف آنرا خفیف سکاشتیب بزنید تا حرکت نکند. بعداً طرح را روی کاغذ نازك کاپی کنید. کاغذ نازك را برداشته و روی کاغذ كاك یا تکه سنجاق کرده و اطراف آنرا قطع نمائید.



#### ساختن يك پوستر از روی سلايد

يك پارچه کاغذ یا تکه کلان را روی دیوار بند کنید. بعداً يك سلايد را داخل يك سلايد پروجکتور گذاشته و نور آن را روی پارچه کاغذ یا تکه در دیوار بیاندازید. تصویر را بدقت کاپی کنید. زمانی که خطوط اطراف آنرا رسم کردید، داخل آنرا رنگ کنید.

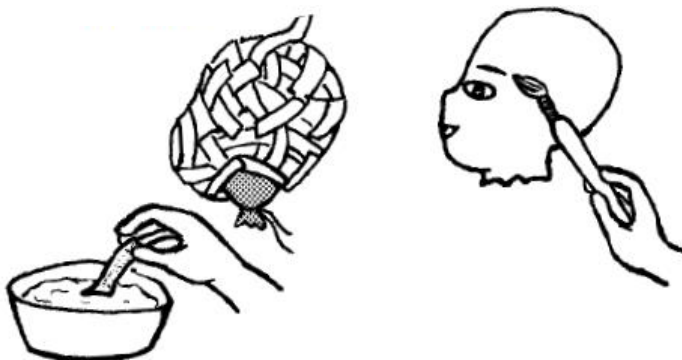


#### ساختن مدل از پارچه‌های کاغذ مچاله شده

پارچه‌های کاغذ مواد خوبی برای ساختن مدل قسمت‌های مختلف بدن می‌باشند. طورمثال، اگر شما می‌خواهید که مدل سر يك طفل را بسازید، از يك پوش و یا از يك مقدار اخبار مچاله شده که در بین يك خریطه پلاستیکی انداخته شده، استفاده نمائید.



بعداً يك سرش از آرد و آب بسازید. فیتته‌های کاغذ اخباری ویا کاغذهای دیگر را در آن غوطه کرده و روی پوش یا خریطه اخبار چندین لایه گذاشته و بگذارید خشك شود (در آفتاب ویا بخاری‌ای که حرارتش کم باشد، خوب خشك می‌گردد). روی آن را رنگ نمائید و به اینترتیب مدل مانند سر طفل معلوم خواهد شد.



## ساختن يك مدل لگن خاصره، رحم و مهبل

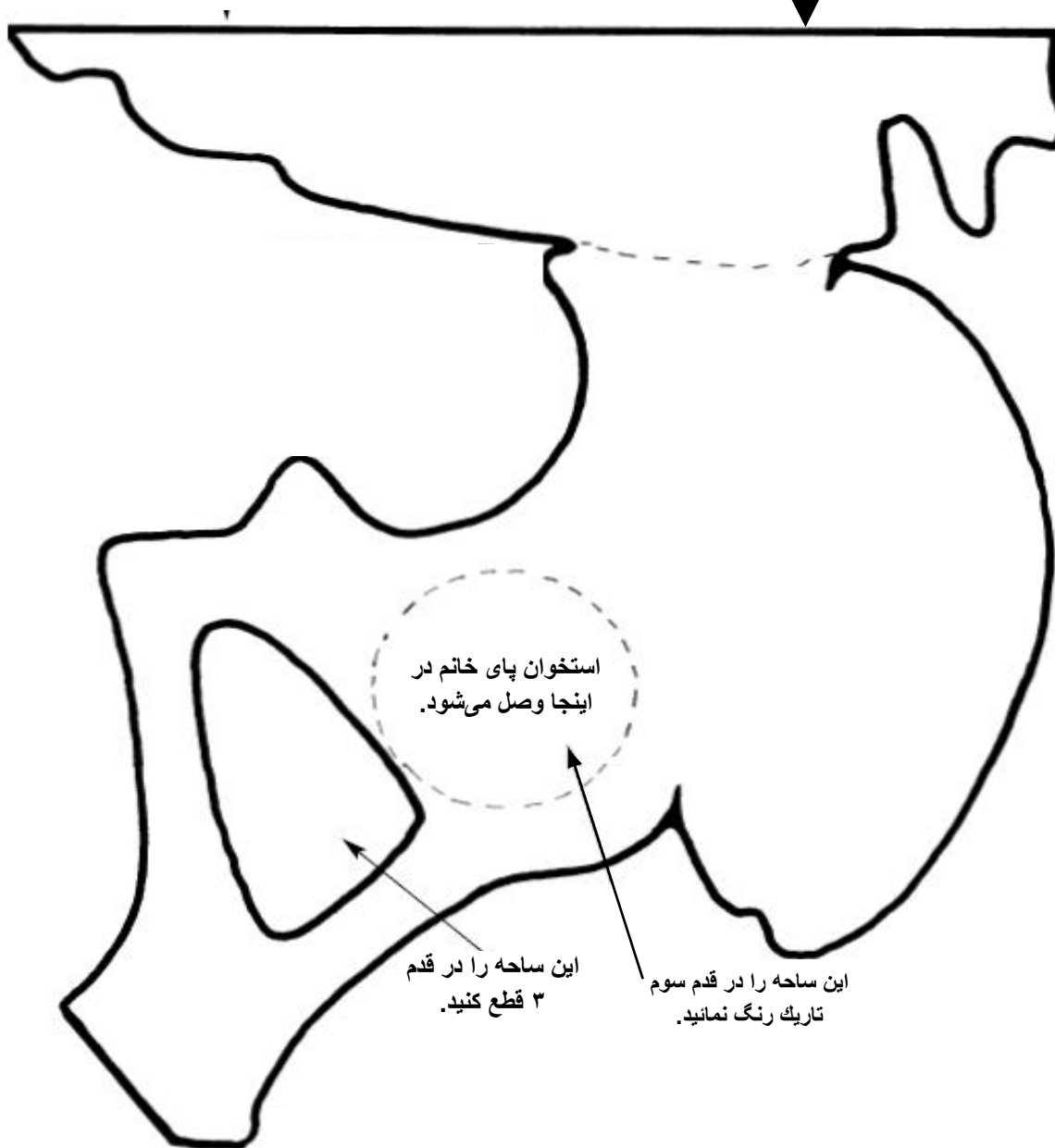
### يك لگن خاصره کاغذی

شما می‌توانید با استفاده از يك کاغذ کلان و دبل و یا کاغذ كاك، مدل استخوان‌های لگن خاصره را بسازید.

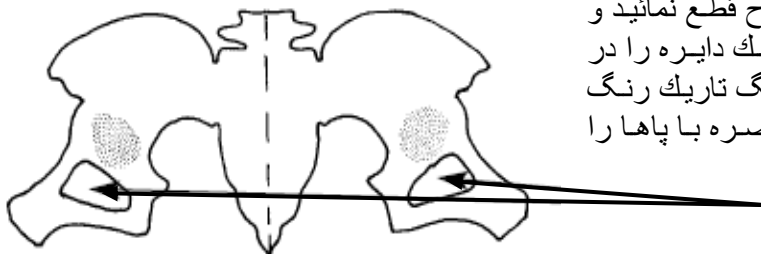
۱. با کاپی کردن این شکل روی يك کاغذ نازک ابتدا طرح آن را بسازید.

۲. کاغذ دبل را از وسط روی هم قات کنید.

بعد این قسمت طرح را که روی کاغذ نازک کاپی شده است، روی قسمت قات شده کاغذ دبل بگذارید.

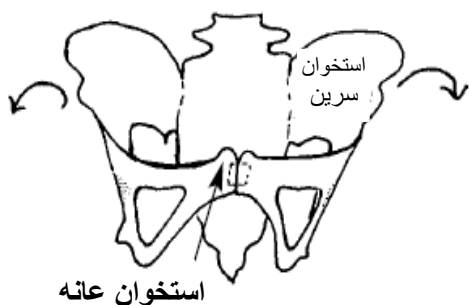


۳. کاغذ را به امتداد کنارهای طرح قطع نمائید و بعداً قات کاغذ را باز کنید. يك دایره را در هر طرف رسم نموده و به يك رنگ تاریک رنگ نمائید که محل اتصال لگن خاصره با پاها را نشان می‌دهد. این سوراخ‌ها را قطع نمائید.



نمای عقبی

۴. کاغذ را بشکل مدور خم ساخته و نهایت آن را با هم وصل سازید که استخوان عانه را در پیش رو می‌سازد. خود را مطمئن سازید که نقاط سیاه شده در بیرون قرار گرفته باشد. برای این که قسمت پیشروی لگن خاصره مدور بماند يك تریسه کوچک کاغذ کاک را در قسمت داخل استخوان عانه بگذارید. با لطافت قسمت لبه‌های بالائی استخوان سرین را بطرف بیرون (عقب) انحنا دهید.

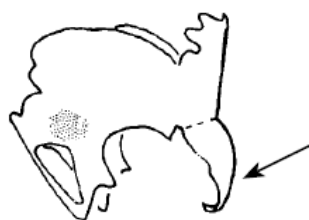


نمای جانبی

۵. استخوان دمچک را به طرف عقب انحنا دهید.



۶. بعداً نهایت دمچک را بطرف پیشرو آن را خم کنید.



۷. برجستگی‌های کوچک (خارک‌ها) را به داخل قات کنید



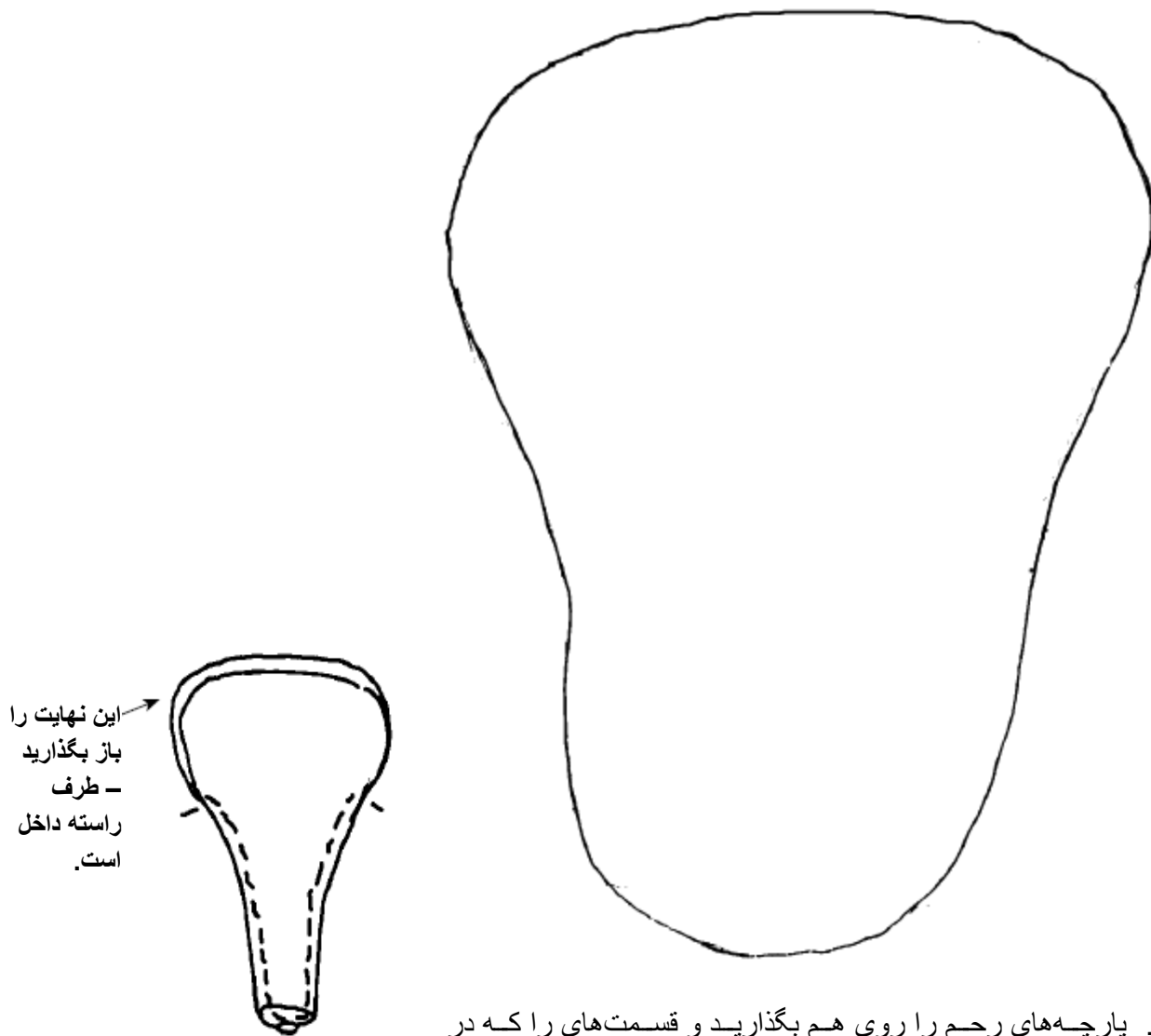
می‌توانید این مدل لگن خاصره را با يك عروسک یا گدی استفاده کنید (صفحه ۴۶۳ دیده شود) تا نمایش دهید که چگونه طفل در هنگام تولد از داخل لگن خاصره عبور می‌کند.



## ساختن يك رحم و مهبل از تکه

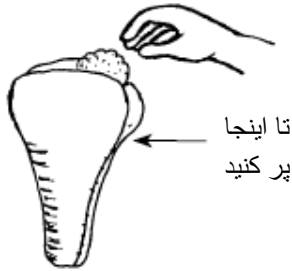
### ساختن رحم

۱. برای ساختن يك رحم غیرحامله، ۲ پارچه تکه را به این اندازه قطع نمایید. تکه‌های کش خورنده (سترچی) بهتر است. (اگر نتوانید تکه‌های سترچی یا کش خورنده را پیدا کنید، تکه را يك اندازه کلانتر از تصویر قطع کنید). رنگ بنفش خوب است. مگر هر رنگی را که بدست آورده می‌توانید، استفاده کنید.

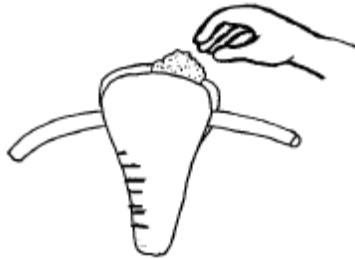


۲. پارچه‌های رحم را روی هم بگذارید و قسمت‌های را که در تصویر نقطه گذاری شده بدوزید. قسمت بالائی را باز بگذارید.

۴. داخل آنرا با پارچه‌های نرم یا پنبه پر کنید (تقریباً تا قسمت بالائی آن).



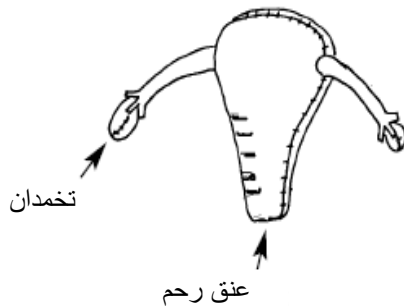
۶. در قسمت بالائی آن مقدار بیشتر پنبه یا مواد نرم را قرار دهید.



۸. دو دانه توپ کوچک تکه‌ای را به این شکل بسازید تا تخمدان‌ها را نمایش دهد، جایی که تخمه‌های زنانه ساخته می‌شود. آنها را با مواد نرم پر کنید.



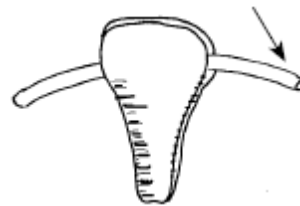
۱۰. مدل تکمیل شده رحم باید به این شکل دیده شود:



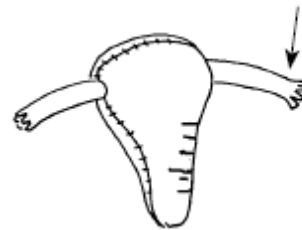
۳. مدل رحم را چپه کنید به این ترتیب روی راسته آن به بیرون قرار می‌گیرد.



۵. یک پایپ پلاستیکی یا تیوب ساخته از تکه را به هر دو طرف قسمت بالائی رحم مانند تصویر بگذارید.



۷. قسمت بالائی را با دوختن بسته کنید و نهایت تیوب‌ها را طوری که در شکل دیده می‌شود ریشه دار سازید.



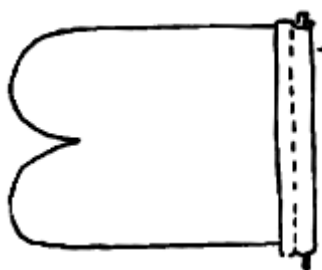
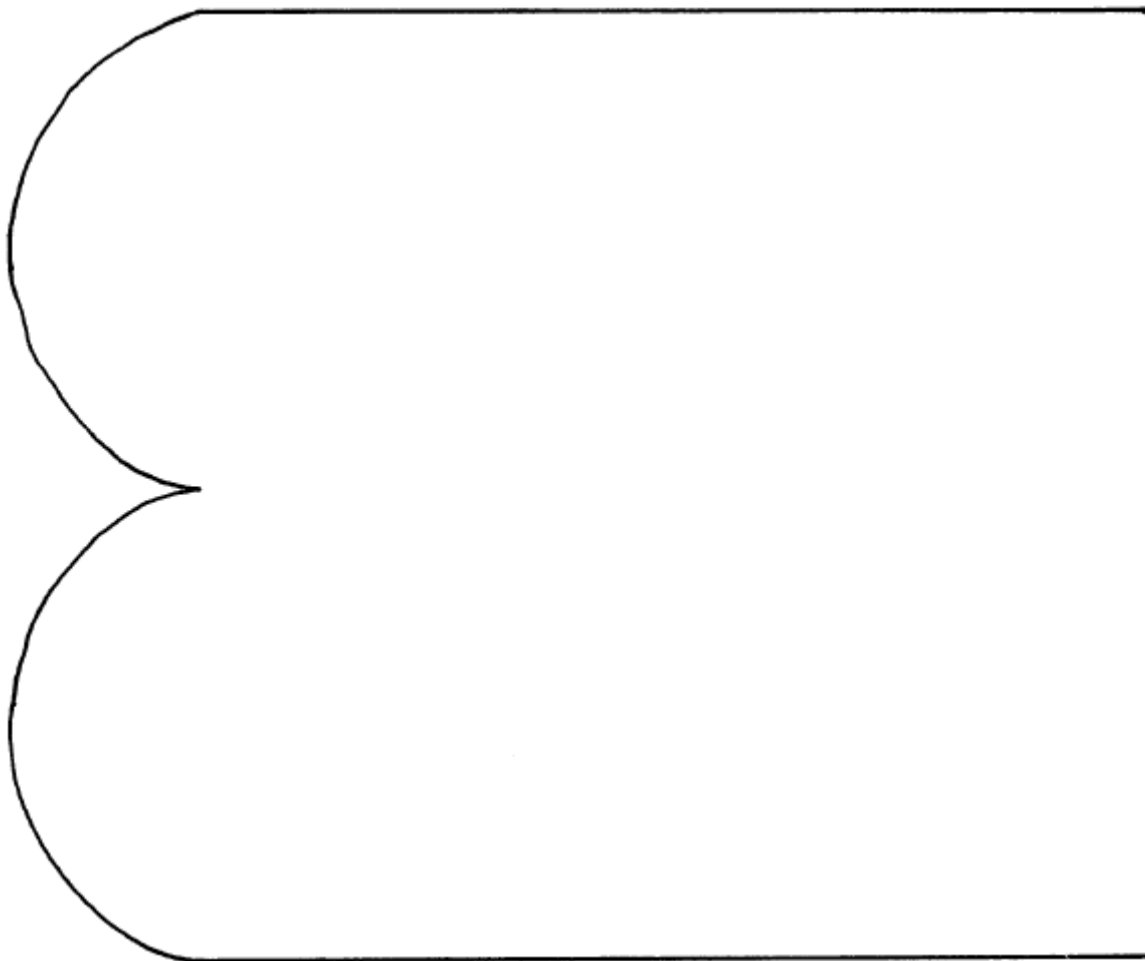
۹. در صورتی که یک تیوب پلاستیکی را برای نمایش دادن نفیرها استفاده نموده باشید، یک تار محکم را در یک مدل تخمدان بدوزید. تار را از بین تیوب



پلاستیکی بگذارید و به تخمدان دیگر وصل کنید. در صورتی که تیوب‌های تکه‌ای را استفاده نموده باشید، هر تخمدان را جداگانه به نهایت هر یک از تیوب‌ها بدوزید.

### ساختن مهبل

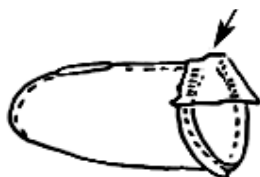
۱. يك پارچه تکه را به این شکل و اندازه قطع نمائید:



۲. يك سیم نرم یا پلاستیک را به کنار راست آن در روی چپه بدوزید.

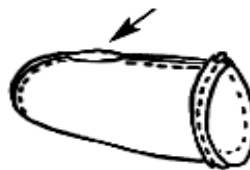
۴. يك پارچه تکه را اینجا بدوزید.

پارچه تکه

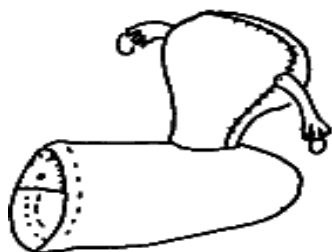


۳. تکه را روی هم قات کنید طوری که يك تيوب ساخته شود. آنرا طوری بدوزید که يك دريچه كوچك که عنق رحم در آن جای بگيرد، باقی بماند.

دريچه كوچك



۶. با گذاشتن قسمت پائینی رحم به سوراخی که در مدل مهبل گذاشته شده بود، آنها را با هم اتصال دهید.



۵. تيوب را سرچپه کنید به این ترتیب روی راسته تکه بیرون خواهد شد. در اینجا يك گره بزنیید تا کلیتوریس را نشان بدهد. يك نقطه یا سوراخ را درینجا بسازید تا مجرای ادرار را نشان دهد.

کلیتوریس

مجرای ادرار



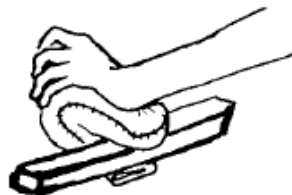
### استفاده از مدل برای تدریس

درینجا طریقه‌های مختلف استفاده از مدل برای تدریس آمده است:

۱. شاگردان می‌توانند انگشتان خود را داخل مهبل نموده و عنق رحم را احساس کنند.



۳. می‌توانید با استفاده از مدل نشان دهید که چگونه خونریزی بعد از ولادت توقف داده شود. رحم را روی يك تخته یا چوب قات کنید تا نشان دهید که چگونه رحم را روی استخوان عانه فشار دهید.



۲. شما می‌توانید مدل رحم را در پیش روی شکم خود بگیرید به این ترتیب شاگردان خواهند فهمید که رحم در کدام قسمت بدن قرار دارد.



ساختن يك مدل حاملگی: رحم، پلاستنا، حبل سروی و طفل:

ساختن رحم از يك كدوی خشك شده:

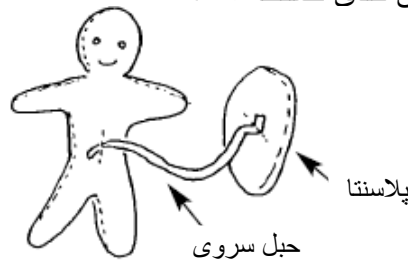
۱. يك عدد كدو را به این شکل پیدا کنید.



۲. در قسمت پائین آن يك سوراخ ایجاد کرده و بالای آنرا باز نمایید.



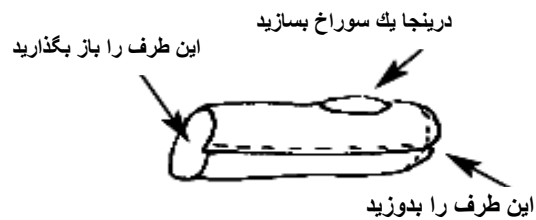
۳. يك گدی ساده از تکه بسازید. گدی را به اندازه كوچك بسازید كه داخل كدو جای گیرد. يك پارچه كوچك ریسمن یا تار را به جای بندناف و يك بالشتك خورد را به جای پلاستنا استفاده نمایید. (برای طریقه‌های دیگر ساختن گدی صفحه ۴۵۹ را ببینید.)



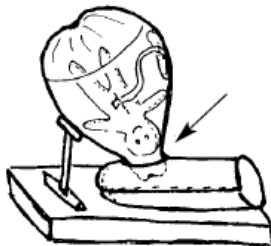
۴. گدی را بداخل كدو بگذارید. می‌توانید پلاستنا را در دیوار داخلی كدو سرش کنید.



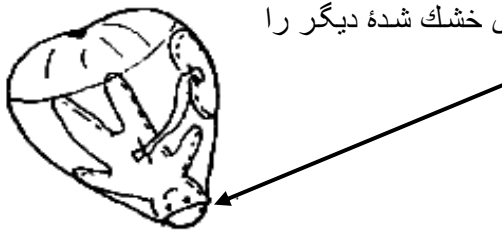
۵. يك مدل مهبل را از يك تیوب چرمی، كاغذ مقوا، رابر و یا مواد دیگری كه داشته باشید، تهیه کنید. در بالای آن يك سوراخ بسازید. يك نهایت آنرا باز گذاشته و نهایت دیگر آن را با دوختن بسته نمایید.



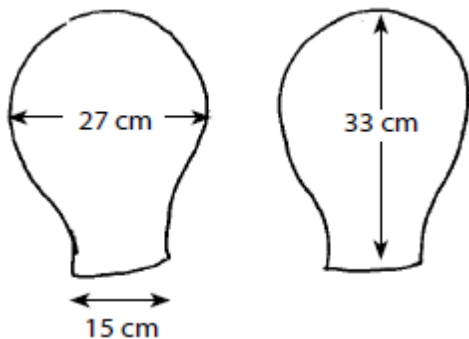
۶. قسمت پائینی مدل رحم را در سوراخ قسمت بالائی مدل مهبل بگذارید البته شما می‌توانید شیوه‌هایی را پیدا کنید تا آنرا بلند نگه دارد.



۷. اگر می‌خواهید كه يك عنق باز رحم را نشان دهید. يك كدوی خشك شده دیگر را درحالی كه قسمت پائین آن باز باشد، بسازید. به این شکل:

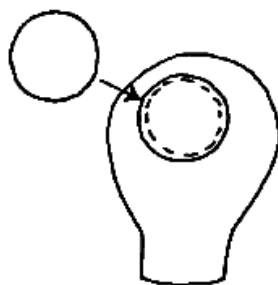
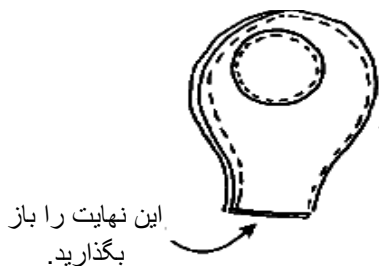


### ساختن يك رحم از تکه



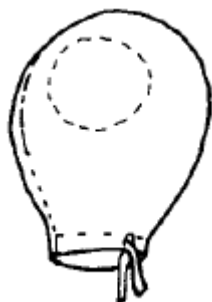
۱. دو پارچه تکه را به این شکل قطع نمایید. پارچه‌ها باید حدود ۳۳ سانتی متر (۱۳ اینچ) طول و حدود ۲۷ سانتی متر (۱۰٫۵ اینچ) در قسمت بالایی و حدود ۱۵ سانتی (۶ اینچ) در قسمت پایینی عرض داشته باشد. تکه‌های کش شونده (سترچی) بسیار خوب اند.

۳. کناره‌های رحم را روی هم به این شکل گذاشته و بدوزید:

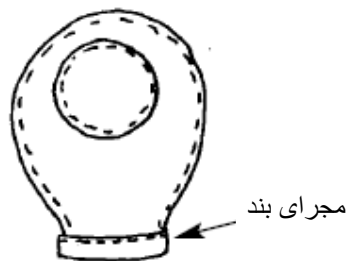


۲. تکه سرخ دایروی را به اندازه پلاستنا قطع کنید (صفحة ۴۵۶ دیده شود). آنرا روی یکی از پارچه‌های مدل رحم بدوزید. این دایره نقطه را نشان می‌دهد که پلاستنا در آن اتصال دارد.

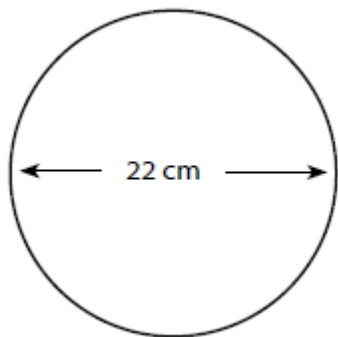
۵. رحم را چپه کنید که طرف راسته تکه‌ها به بیرون بیایند. يك بند الاستیکی در پائین آن داخل نمایید.



۴. نهایی‌ی را که باز مانده چپه کرده و بدوزید. يك فاصله برای داخل کردن بند در آن بگذارید، این عنق رحم خواهد بود.

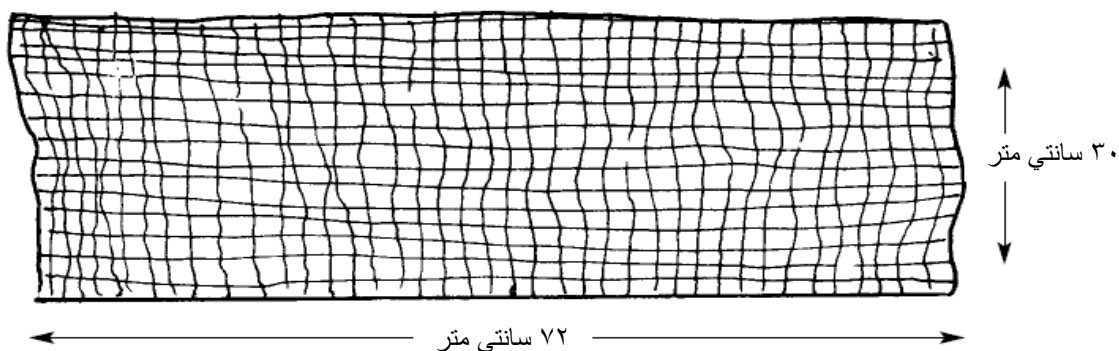


ساختن مدل پلاستنا (جفت نوزاد)

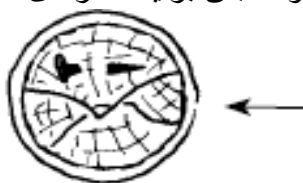


۱. برای ساختن پلاستنا دو پارچه تکه را در يك دایره کلان قطع نمایید. قطر دایره باید اقلأ ۲۲ سانتی متر (۸,۵ انچ) باشد. لازم نیست که دقیقاً مدور باشد.

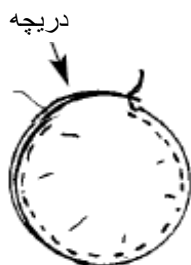
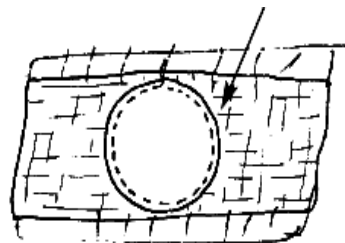
۲. برای ساختن جیب (خریطه آب) يك پارچه بسیار نازك را که بتوانید از طریق آن ببینید، استفاده نمایید. پارچه را به عرض ۳۰ سانتی یا ۱۲ انچ و طول حدود ۷۲ سانتی متر یا ۲۸ انچ قطع نمایید.



۴. تکه را دور بدهید و تکه نازك را با دقت روی تکه دایروی قات کرده و سنجاق بزنید. کنارهای دایره دایره آزاد باشد.

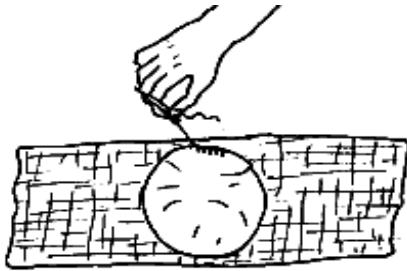


۳. یکی از پارچه‌های دایروی را در قسمت وسط تکه نازك درحالی که روی راسته آن به پائین باشد بگذارید. دایره را طوری با پارچه نازك بدوزید که از کنارهای آن اندکی فاصله مانده باشد.

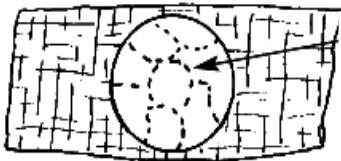


۵. روی راسته پارچه دایروی دومی را بالای تکه دایروی اولی و روی پارچه نازك قات شده بگذارید. تمام اطراف آنرا بدوزید و صرف يك دریچه کوچک در آن بگذارید.

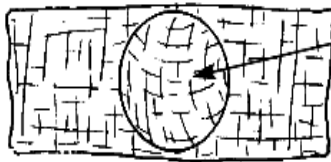
۶. دایره را چپه کنید تا طرف راسته آن بیرون شود. سنجاق‌ها را بردارید و به این ترتیب لفافه باز خواهد شد. پلاستنا را از بعضی پارچه‌های نرم مانند اسفنج، تار قالین و حتی سبزه‌های خشک شده پُر نمایید.
۷. پلاستنا را تا اندازه پُر کنید که به این شکل درآید. بسیار سخت آن را پُر نمایید. بعداً دریچه آن را با دوختن بسته نمایید.



۸. آنطرف پلاستنا را که تکه نازک در آن دوخته نشده بطرف خود برگردانید. این قسمت تحتانی پلاستنا است که به جدار رحم اتصال دارد.



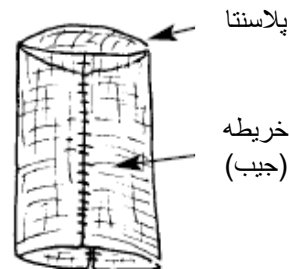
لایه دوزی  
در طرف  
پائین



شکم  
طرف بالایی

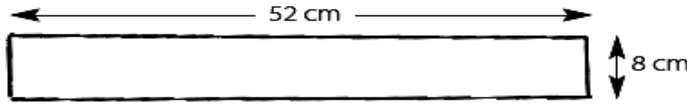
اگر می‌خواهید می‌توانید آنرا لایه دوزی (دوختن مانند لحاف) نمایید بشکلی که قطعات پلاستنا را نمایش دهد. باید طوری لایه دوزی گردد که تارها به قسمت بالایی پلاستنا نرود. قسمت بالایی پلاستنا باید صاف و لشم باشد.

۹. بگذارید که تکه نازک آویزان بماند و کنارهای آنرا با یکدیگر بدوزید. تا یک تیوب ساخته شود
۱۰. قسمت پایانی تیوب را قات کرده و طوری بدوزید که یک بند در آن تیر شده بتواند و یک بند را در آن داخل نمایید.

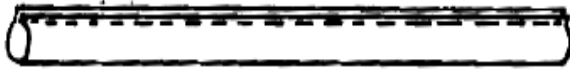




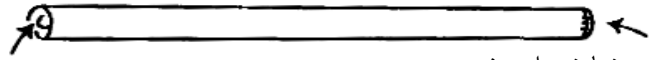
ساختن بندناف



۱. يك پارچه طولانی تکه را حدود ۵۲ سانتی متر (۲۰ انچ) طول و به عرض ۸ سانتی (۳ انچ) قطع نمائید.



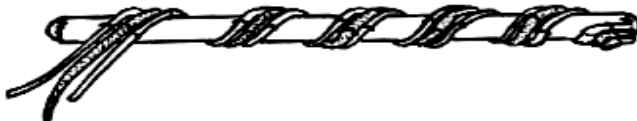
۲. روی راسته تکه را به امتداد طول روی هم قات کنید و به امتداد کنار آن را بدوزید.



مواد نرم را از اینجا داخل سازید.

این نهایت را بدوزید و بسته کنید.

۳. تکه را چپه کنید و به این ترتیب روی راسته آن به بیرون قرار خواهد گرفت. آن را با چیزهای نرم مثلی که در مدل پلاستنا انجام دادید، پر کنید.

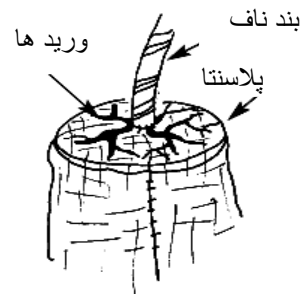
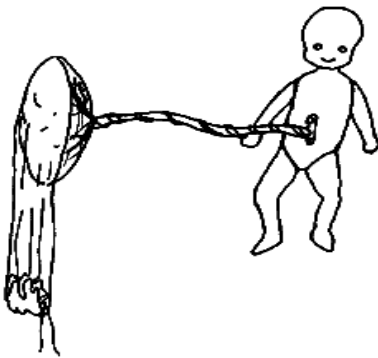


۴. برای نشان دادن شریان‌ها و ورید در حبل سروی ۳ تار ضخیم بافندگی را در آن ببیچید و روی حبل سروی بدوزید تا در هم و برهم نشوند. دو تار باید به يك رنگ باشد. در صورت امکان روی حبل سروی را با يك پارچه نازک مثلی که برای نمایش لفافه از آن کار گرفتید، بپوشانید به این شکل:



۶. نهایت دیگر بندناف را دريك عروسك (گدی) وصل نمائید (صفحة ۴۵۹ دیده شود). شما می‌توانید بندناف را به گدی بدوزید و یا با يك سنجاق آن را محکم کنید.

۵. يك نهایت بندناف را در سطح بالایی پلاستنا بدوزید (همان سطحی که تکه نازک آن را پوشانیده است). در این سطح پلاستنا رگ‌های خون (وریدها) را با قلم‌های رنگه رسم کنید و یا با تارهای پشمی آنها را برجسته بدوزید.





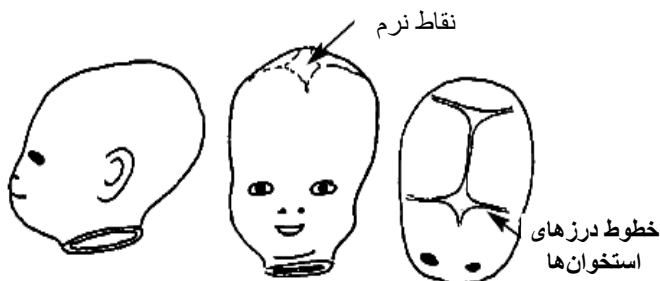
برای نمایش دادن طفل در داخل خریطه آب، گدی را بداخل خریطه گذاشته و دهن آن را با کش نمودن بند آن بسته کنید. برای نشان دادن پاره شدن خریطه آب (جیب) بند خریطه را باز کنید.



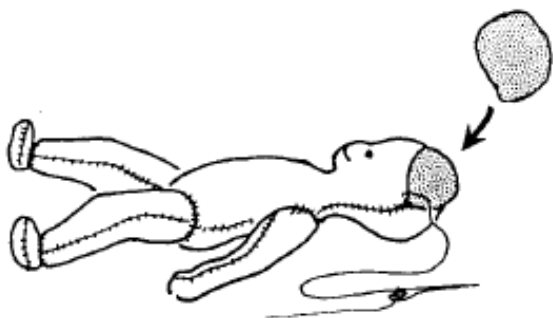
### ساختن مدل طفل

اگرچه هر گدی می‌تواند بصورت مدل يك طفل استفاده گردد، اما بهترین نوع گدی آنست که سر آن سخت و بدن آن نرم باشد. اگر شما يك گدی می‌سازید هدایات زیر را تعقیب نمائید:

۱. يك سر سخت میان خالی از کاغذهای اضافی بسازید (صفحه ۴۵۱ دیده شود). يك صورت برای این سر رسامی‌نمائید و بعداً نقاط نرم یا خطوط درزهای سر را ترسیم کنید ( صفحه ۲۵۹ دیده شود).



۲. يك جسم با اندازه يك نوزاد برای گدی بسازید با يك سر کوچکتر که بتواند به مدل سر سخت که ساخته اید داخل گردد. داخل مدل را با مواد نرم پر کنید. بعداً سر تکه ئی را بداخل سر سخت میان خالی داخل نمائید.

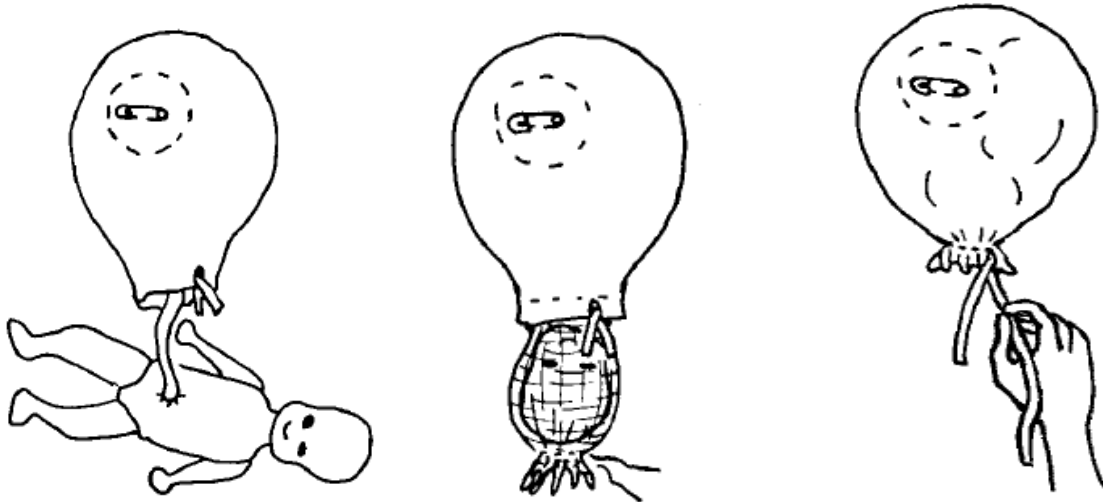


در صورتی که استفاده کردن از سر سخت ساخته شده از کاغذ مشکل باشد، می‌توانید به اینطریق يك سر سخت بسازید. قسمت جسم و روی را از مواد نرم پر کنید و قسمت بالائی سر را از یکی از این مواد پر نمائید: يك کدوی خشك شده، يك توپ سخت، يك توتنه چوب گرد و لشم ویا يك سنگ گرد.

### استفاده از مدل برای تدریس

برای نمایش این که چگونه طفل، پلاستنا و لفافه در داخل رحم جای گرفته اند، طفل را بداخل خریطه آب (جیب) به اتصال پلاستنا گذاشته بعداً خریطه (لفافه) را بداخل رحم بگذارید. قسمت پائینی پلاستنا را بالا در داخل رحم در مقابل دایره سرخ جا داده و آن را با سنجاق محکم کنید.

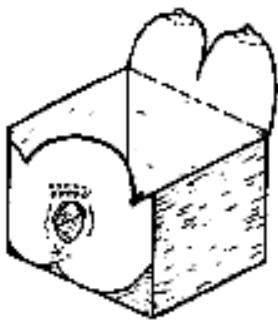
۱. بند آن را کش نمایید تا عنق رحم بسته شود
۲. بعداً بند آنرا باز نمائید که به این ترتیب طفل ولادت یافته می‌تواند (اگر شما می‌خواهید که نشان بدهید خریطه آب پاره شده بند خریطه آب را باز کنید).



۳. سنجاق را باز کنید و پلاستنا را بطرف خارج فشار بدهید تا ولادت پلاستنا نشان داده شود.
۴. تشریح نمائید که دایره سرخ رحم مانند يك زخم باز است که خون می‌دهد. رحم را فشار بدهید تا نمایش دهید که چگونه رحم باید تقلص نماید تا خونریزی توقف کند.



## یک مدل ولادت: بکس ولادی و زیر پوش ولادی



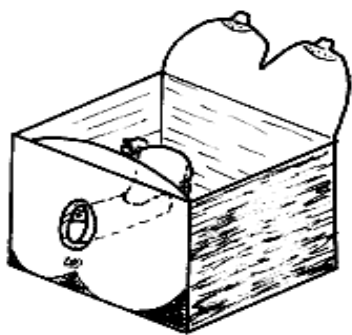
### بکس ولادی

برای نشان دادن ولادت، یک بکس کاغذی را قطع نموده و رنگ کنید تا بشکل بدن یک خانم معلوم شود. یک سوراخ در آن بسازید که گدی بتواند در آن جای شود. از لبه جلوی بکس یک شکم و از لبه عقبی آن پستانها را بسازید.

برای این که بکس بیشتر واقعی جلوه کند، می‌توانید بکس را روی یک تخت گذاشته و روی آن یک تکه یا کمپل ببندید. یک گدی را در قسمت بالاتر از بکس روی تخت بگذارید و به اینصورت به شکل یک خانم دیده خواهد شد. از یک نفر بخواهید که در زیر تخت دراز بکشد. این شخص متیواند در بکس تپله نموده تا تقلصات را نشان دهد و هم چنان آواز نفسک زدن و ناله کردن را مانند کسیکه ولادت می‌کند، می‌تواند تقلید کند.



و یا شما می‌توانید مدل‌های رحم و مهبل را که قبلاً ساخته‌اید. داخل بکس بگذارید تا به مردم بهتر نمایش داده بتوانید.



### زیرپوش ولادی

زیر پوش‌های ولادی می‌توانند ولادت را بیشتر واقعی نمایش دهند. یک پتلون کهنه و کلان را قطع کرده و در آن یک سوراخ برای فوچه مهبل باز کنید. بعداً یک خانم این زیرپوش ولادی را روی لباس‌های خود بپوشد و نمایش یک خانم در زمان ولادت را اجرا کند. بعد خانم یک گدی را که در زیر لباس‌های خود مخفی ساخته از طریق سوراخی که در زیرپوش ولادی ساخته شده تپله نموده و خارج سازد.

