

بسمه تعالی

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

جدول برنامه های آموزشی آمادگی مادران باردار برای زایمان طبیعی و مراقبت از نوزاد

آبان ماه (دوشنبه)

تاریخ	مدرس	عنوان
۹۸/۰۸/۰۶ ۱۴:۳۰_ ۱۶:۳۰ جلسه ششم	خانم جامه بزرگ ماما اتاق زایمان	آشنایی با فرایند و علائم درد زایمان - آشنایی با مراحل اول و دوم و سوم زایمان و چگونگی خود مراقبتی در هر یک از مراحل زایمان - نقش هورمونهای بارداری در مراحل زایمان سازگار شدن با درد زایمان - نمایش فیلم یا انیمیشن زایمان - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی - تمرینات تنفسی و تن آرامی
۹۸/۰۸/۱۳ ۱۴:۳۰_ ۱۶:۳۰ جلسه هفتم	خانم فارسی ماما اتاق زایمان	بهداشت و مراقبت پس از زایمان - علایم هشدار پس از زایمان - اندوه و افسردگی پس از زایمان - آموزش شیردهی - ورزشهای پس از زایمان - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی - تمرینات تنفسی و تن آرامی
۹۸/۰۸/۲۰ ۱۴:۳۰_ ۱۶:۳۰ جلسه هشتم	خانم ثانی ماما اتاق زایمان	بهداشت نوزاد با تاکید بر خصوصیات عمومی نوزاد هنگام تولد و دوران نوزادی - مراقبت از نوزاد (نحوه حمام دادن / تعویض پوشک و...) - آموزش شیردهی - علایم خطر نوزاد - نمایش فیلم شیردهی و مراقبت از نوزاد
۹۸/۰۸/۲۷ ۱۴:۳۰_ ۱۶:۳۰ جلسه اول	خانم فارسی ماما اتاق زایمان	مقدمه در مورد اهداف و اصول کلاسهای آمادگی برای زایمان - نحوه و تاریخ برگزاری کلاس - معارفه مادران - تغییرات آناتومی و فیزیولوژی در بارداری - بهداشت فردی با تاکید بر آناتومی و فیزیولوژی - سازگار شدن با تغییرات فیزیولوژیک دوران بارداری - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی - تمرینات تنفسی و تن آرامی

شورای آموزش و پژوهش بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)