

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

(دوشنبه ها ساعت ۱۰:۳۰-۱۱:۳۰)

| عنوان | مدرس | تاریخ |
|---|---------------|------------------------|
| اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی و عضلانی، تمرینات تنفسی و تن آرامی، ورزش های دوران بارداری | خانم خباز | جلسه ورزش ۱۴۰۰/۴/۷ |
| 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 | خانم محمدزاده | جلسه هفتم ۱۴۰۰/۴/۱۴ |
| 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 | خانم سرشناس | جلسه هشتم ۱۴۰۰/۴/۲۱ |
| 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 | خانم پروانه | جلسه اول ۱۴۰۰/۴/۲۸ |

شورای آموزش و پژوهش

لینک دسترسی: <http://185.53.142.28/pregnantmothers>