

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

تیر ماه ۹۸ (شنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
بهداشت روان - نقش همسر - تغییرات خلق و خو در بارداری و رشد و تکامل جنین ارتباط با جنین - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی تمرینات تنفسی و تن آرامی	خانم پروانه ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۴/۰۱ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه سوم
علایم هشدار - تشخیص دردهای طبیعی و غیر طبیعی دوران بارداری خونریزی - لکه بینی - سردرد - حرکات جنین - آبریزش و پارگی کیسه آب ورم اندامها - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی تمرینات تنفسی و تن آرامی	خانم شاهمرادی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۴/۱۵ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه چهارم
برنامه ریزی برای زایمان - انتخاب نوع زایمان - انواع روشهای بی دردی و کم دردی در فرایند زایمان - انتخاب محل زایمان و وسایل لازم برای زایمان بازدید از اتاق زایمان بیمارستان - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی - تمرینات تنفسی و تن آرامی	خانم عابدی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۴/۲۲ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه پنجم
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	خانم فارسی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۴/۲۹ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه ششم

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