

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء(ص)

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

خرداد ماه ۱۳۹۵ (شنبه)

| عنوان | مدرس | تاریخ |
|--|------------------------------------|---------------------------------------|
| 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 خباز ماما اتاق زایمان | ۹۵/۰۳/۰۱ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ جلسه پنجم |
| آشنایی با فرایند و علائم درزد 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 اورکی ماما اتاق زایمان | ۹۵/۰۳/۰۸ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ جلسه ششم |
| ----- | تعطیل | ۹۵/۰۳/۱۵ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ |
| 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 خباز ماما اتاق زایمان | ۹۵/۰۳/۲۲ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ جلسه هفتم |
| 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 خط نوزاد، نمایش فیلم شیردهی و مراقبت از نوزاد، آموزش شیردهی | خانم جامه بزرگ ماما اتاق زایمان | ۹۵/۰۳/۲۹ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ جلسه هشتم |

شورای آموزش و پژوهش