

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

مرداد ماه ۹۶ (شنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
علائم 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 عابدی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۰۷ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ 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 محمدزاده ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۱۴ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ 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 زندیه ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۲۱ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ جلسه ششم
بهداشت و مراقبت پس از زایمان، علائم 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 زندیه ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۲۸ ۰۹:۳۰_ ۱۱:۳۰ جلسه هفتم

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