

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

تیر ماه ۹۷ (دو شنبه)

| عنوان | مدرس | تاریخ |
|---|---------------------------------|---------------------------------------|
| 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 خباز ماما اتاق زایمان | ۹۷/۰۴/۰۴ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ جلسه هشتم |
| 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 ماما اتاق زایمان | ۹۷/۰۴/۱۱ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ جلسه اول |
| تغذیه دوران بارداری با تاکید بر چگونگی مصرف مواد غذایی و توضیح هرم غذایی، اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی و عضلانی، تمرینات تنفسی و تن آرامی | خانم زندیه ماما اتاق زایمان | ۹۷/۰۴/۲۵ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ جلسه دوم |

شورای آموزش و پژوهش