

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

شهریور ماه ۱۳۹۸ (دوشنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
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 اورکی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۰۴ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه ششم
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 ثانی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۱۱ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ 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 خطر نوزاد - نمایش فیلم شیردهی و مراقبت از نوزاد	خانم پروانه ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۲۵ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه هشتم

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