

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 (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 محمدزاده ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۰۲ ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰ 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 عابدی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۰۹ 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 فارسی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۱۶ 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 خباز ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۲۳ ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰ جلسه ششم
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 مرادی ماما اتاق زایمان	۹۸/۰۶/۳۰ ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰ جلسه هفتم

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