

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 (دو 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 محمدی ماما اتاق زایمان	۹۵/۰۳/۰۳ ۱۴:۳۰_۱۶:۳۰ 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 زندیه ماما اتاق زایمان	۹۵/۰۳/۱۰ ۱۴:۳۰_۱۶:۳۰ جلسه پنجم
آشنایی با فرایند و علائم در زرد 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	۹۵/۰۳/۱۷ ۱۴:۳۰_۱۶:۳۰ 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 زندیه ماما اتاق زایمان	۹۵/۰۳/۲۴ ۱۴:۳۰_۱۶:۳۰ 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 محمدی ماما اتاق زایمان	۹۵/۰۳/۳۱ ۱۴:۳۰_۱۶:۳۰ جلسه هشتم

شورای آموزش و پژوهش