

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

مرداد ماه ۹۷ (دوشنبه)

تاریخ	مدرس	عنوان
۹۷/۰۵/۰۱ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه سوم	خانم شاه مرادی ماما اتاق زایمان	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
۹۷/۰۵/۰۸ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه چهارم	خانم جامه بزرگ ماما اتاق زایمان	علایم هشدار، تشخیص دردهای طبیعی و غیر طبیعی دوران بارداری، خونریزی، لکه بینی، سردرد، حرکات جنین، آپریزش و پارگی کیسه آب، ورم اندامها، اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی و عضلانی، تمرینات تنفسی و تن آرامی
۹۷/۰۵/۱۵ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه پنجم	خانم فارسی ماما اتاق زایمان	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
۹۷/۰۵/۲۲ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه ششم	خانم مرادی فرد ماما اتاق زایمان	آشنایی با فرایند و علائم درد زایمان، آشنایی با مراحل اول و دوم وسوم 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
۹۷/۰۵/۲۹ ۱۶:۳۰ - ۱۴:۳۰ جلسه هفتم	خانم عابدی ماما اتاق زایمان	بهداشت و مراقبت پس از زایمان، علایم هشدار پس از زایمان، آندوه و افسردگی پس از زایمان، آموزش شیردهی، ورزشهای پس از زایمان، اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی و عضلانی، تمرینات تنفسی و تن آرامی