

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

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

عنوان	مدرس	تاریخ
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 سرشناس	جلسه چهارم ۱۴۰۴/۱۲/۳
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 مینورام احمدی	جلسه پنجم ۱۴۰۴/۱۲/۱۰
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 جامه بزرگ	جلسه ششم ۱۴۰۴/۱۲/۱۷
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	جلسه هفتم ۱۴۰۴/۱۲/۲۴



یکشنبه ها (ساعت ۱۶:۳۰-۱۵)

لینک دسترسی: <http://s115.abriclass.net/pregnantmothers>