

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

عنوان	مدرس	تاریخ
<p>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</p>	خانم پروانه	جلسه هفتم ۱۴۰۳/۲/۳
<p>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 *</p>	خانم سرشناس	جلسه هشتم ۱۴۰۳/۲/۱۰
<p>مقدمه در مورد اهداف و اصول کلاسهای آمادگی برای زایمان * نحوه و تاریخ برگزاری کلاس * معارفه مادران * تغییرات آناتومی و فیزیولوژی در بارداری * بهداشت فردی با تاکید بر آناتومی و فیزیولوژی * سازگار شدن با تغییرات فیزیولوژیک دوران بارداری * اصلاح وضعیت در بارداری * تمرینات اسکلتی و عضلانی * تمرینات تنفسی و تن آرامی</p>	خانم بارانی	جلسه اول ۱۴۰۳/۲/۱۷
<p>تغذیه دوران بارداری با تاکید بر چگونگی مصرف مواد غذایی و توضیح هرم غذایی * اصلاح وضعیتی در بارداری * تمرینات اسکلتی و عضلانی * تمرینات تنفسی و تن آرامی</p>	خانم سیف اللهی	جلسه دوم ۱۴۰۳/۲/۲۴
<p>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</p>	خانم محمدزاده	جلسه سوم ۱۴۰۳/۲/۳۱

دوشنبه ها (ساعت ۱۰:۳۰ - ۱۱:۳۰)

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