

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

اسفند ماه ۱۳۹۸ (شنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
<p>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</p>	<p>خانم پروانه کارشناس ماما اتاق زایمان</p>	<p>۱۳۹۸/۱۲/۳ جلسه چهارم ۹:۳۰-۱۱:۳۰</p>
<p>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</p>	<p>خانم خباز کارشناس ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۲/۱۰ جلسه پنجم ۹:۳۰-۱۱:۳۰</p>
<p>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</p>	<p>خانم فارسی کارشناس ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۲/۱۷ جلسه ششم ۹:۳۰-۱۱:۳۰</p>
<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>	<p>خانم جامه بزرگ کارشناس ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۲/۲۴ جلسه هفتم ۹:۳۰-۱۱:۳۰</p>

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