

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

مهر ماه ۹۷ (شنبه)

تاریخ	مدرس	عنوان
۹۷/۰۷/۰۷ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه اول	خانم مرادی ماما اتاق زایمان	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
۹۷/۰۷/۱۴ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه دوم	خانم اورکی ماما اتاق زایمان	تغذیه دوران بارداری با تاکید بر چگونگی مصرف مواد غذایی و توضیح هرم غذایی، اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی و عضلانی، تمرینات تنفسی و تن آرامی
۹۷/۰۷/۲۱ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه سوم	خانم 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
۹۷/۰۷/۲۸ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه چهارم	خانم پروانه ماما اتاق زایمان	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

شورای آموزش و پژوهش