

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

جدول برنامه های آموزشی آمادگی مادران باردار برای زایمان طبیعی و مراقبت از نوزاد تیرماه ۱۳۹۶ (شنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
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 جامه بزرگ ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۴/۰۳ ۰۹:۳۰ _ ۱۱:۳۰ جلسه هفتم
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 خط نوزاد، نمایش فیلم شیردهی و مراقبت از نوزاد، آموزش شیردهی	خانم عابدی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۴/۱۰ ۰۹:۳۰ _ ۱۱:۳۰ جلسه هشتم
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	خانم اورکی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۴/۱۷ ۰۹:۳۰ _ ۱۱:۳۰ جلسه اول
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	خانم زندیه ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۶/۲۴ ۰۹:۳۰ _ ۱۱:۳۰ جلسه دوم
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	خانم فارسی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۴/۳۱ ۰۹:۳۰ _ ۱۱:۳۰ جلسه سوم