

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

مرداد ۹۶ (دوشنبه ها)

عنوان	مدرس	تاریخ
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 فارسی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۰۲ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ 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 خباز ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۰۹ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ جلسه دوم
بهداشت روان، نقش همسر، تغییرات خلق و خو در بارداری و رشد و تکامل جنین، ارتباط باجنین، اصلاح وضعیت در بارداری، تمرینات اسکلتی و عضلانی، تمرینات تنفسی و تن آرامی	خانم اورکی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۱۶ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ جلسه سوم
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 محمدزاده ماما اتاق زایمان	۰۹۶/۰۵/۲۳ ۱۶:۳۰-۱۴:۳۰ جلسه چهارم
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 اورکی ماما اتاق زایمان	۹۶/۰۵/۳۰ ۱۶:۳۰-۱۴:۳۰ جلسه پنجم

شورای آموزش و پژوهش