

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

اردیبهشت ماه ۱۳۹۷ (شنبه)

تاریخ	مدرس	عنوان
۹۷/۰۲/۰۱ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه سوم	خانم مرادی فر 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
۹۷/۰۲/۰۸ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه چهارم	خانم اورکی 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 اندام ها - اصلاح وضعیت در بارداری - تمرینات اسکلتی و عضلانی - تمرینات تنفسی و تن آرامی
۹۷/۰۲/۱۵ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه پنجم	خانم خباز ماما اتاق زایمان	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
۹۷/۰۲/۲۲ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه ششم	خانم پروانه ماما اتاق زایمان	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
۹۷/۰۲/۲۹ ۱۱:۳۰ - ۰۹:۳۰ جلسه هفتم	خانم پروانه ماما اتاق زایمان	بهداشت و مراقبت پس از زایمان - علائم 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

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