

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 (دو شنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
بهداشت نوزاد با تاکید بر خصوصیات عمومی نوزاد هنگام تولد و دوران نوزادی مراقبت از نوزاد (نحوه حمام دادن / تعویض پوشک و...) - آموزش شیردهی - علائم خطر نوزاد- نمایش فیلم شیردهی و مراقبت از نوزاد	خانم فارسی ماما اتاق زایمان	۹۷/۰۲/۰۳ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ 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 عابدی ماما اتاق زایمان	۹۷/۰۲/۱۰ 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 پروانه ماما اتاق زایمان	۹۷/۰۲/۱۷ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ 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 جامه ماما اتاق زایمان	۹۷/۰۲/۲۴ ۱۶:۳۰_ ۱۴:۳۰ جلسه سوم
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	خانم خباز ماما اتاق زایمان	۹۷/۰۲/۳۱ ۱۶:۳۰- ۱۴:۳۰ جلسه چهارم

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