

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

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

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 وتن آرامی	خانم بارانی	جلسه هفتم ۱۴۰۲/۵/۲
بهداشت نوزاد با تاکید بر خصوصیات عمومی نوزاد هنگام تولد ودوران نوزادی * مراقبت از نوزاد(نحوه حمام دادن / تعویض پوشک و...) * آموزش شیردهی * علایم خطر نوزاد * نمایش فیلم شیردهی ومراقبت از نوزاد *	خانم سرشناس	جلسه هشتم ۱۴۰۲/۵/۹
مقدمه در مورد اهداف و اصول کلاسهای آمادگی برای زایمان * نحوه وتاریخ برگزاری کلاس * معارفه مادران * تغییرات آناتومی وفیزیولوژی در بارداری * بهداشت فردی با تاکید بر آناتومی وفیزیولوژی * سازگار شدن با تغییرات فیزیولوژیکی دوران بارداری * اصلاح وضعیت در بارداری * تمرینات اسکلتی و عضلانی * تمرینات تنفسی وتن آرامی	خانم خباز	جلسه اول ۱۴۰۲/۵/۱۶
تغذیه دوران بارداری با تاکید برچگونگی مصرف مواد غذایی و توضیح هرم غذایی * اصلاح وضعیت در بارداری * تمرینات اسکلتی و عضلانی * تمرینات تنفسی وتن آرامی	خانم سیف الهی	جلسه دوم ۱۴۰۲/۵/۲۳
بهداشت روان * نقش همسر * تغییرات خلق و خو در بارداری ورشد وتکامل جنین * ارتباط باجنین * اصلاح وضعیت در بارداری * تمرینات اسکلتی و عضلانی * تمرینات تنفسی وتن آرامی	خانم پروانه	جلسه سوم ۱۴۰۲/۵/۳۰

دوشنبه ها(ساعت ۱۰:۳۰-۱۱:۳۰)

لینک دسترسی <http://s115.abriclass.net/pregnantmothers>