

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی خاتم الانبیاء (ص)

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

دی ماه (شنبه)

عنوان	مدرس	تاریخ
<p>علایم هشداري - 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</p>	<p>خانم محمدزاده                      ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۰/۰۷                      ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰                      جلسه چهارم</p>
<p>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</p>	<p>خانم محمدزاده                      ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۰/۱۴                      ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰                      جلسه پنجم</p>
<p>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</p>	<p>خانم جامه بزرگ                      ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۰/۲۱                      ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰                      جلسه ششم</p>
<p>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</p>	<p>خانم ثانی                      ماما اتاق زایمان</p>	<p>۹۸/۱۰/۲۸                      ۰۹:۳۰ - ۱۱:۳۰                      جلسه هفتم</p>

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