



PROGRAM

Zajęcia 1: Ciąża, (2 godziny), rozpoczęcie o godz. 16.00. Przedstawienie programu zajęć; Zapoznanie się.

- Ciąża
 - Omówienie III trymestru ciąży
 - Zapoznanie się z prawami pacjenta/standardy okołoporodowe
 - Obserwacja i ocena ruchów płodu
 - Zapis KTG
- Zapoznanie z topografią oddziału położniczego oraz Sali Porodowej Szpitala Powiatowego w Chrzanowie

Zajęcia 2: Poród ogólnie. Okresy porodu, metody łagodzenia bólu porodowego (2,5 - 3 godziny)

- Rytm i czas porodu (symptomy zbliżającego się porodu)
- Przygotowanie do szpitala
- Omówienie planu porodu
- Zapoznanie z poszczególnymi okresami porodu
- Omówienie szczegółowo poszczególnych faz porodu
- Techniki łagodzenia bólu porodowego
- Pozycja wertykalna
- Co to jest preindukcja porodu ?
- Znieczulenie porodowe
- Cięcie cesarskie-wskazania do cięcia, przygotowanie do zabiegu
- Poród fizjologiczny – zmiany jakie następują w poszczególnych fazach porodu.

Zajęcia 3: Połóg oraz karmienie piersią (2 – 3 godziny)

- Fizyczne i psychiczne zagadnienia połogu
- Omówienie stanów związanych z pościem – baby blues, depresja poporodowa, psychozy

- Fizjologia laktacji i promowanie karmienia piersią
- Techniki przystawiania noworodka do piersi
- Pozycje karmienia piersią
- Pamiątkowe zdjęcie

Zajęcia 4:

Część I: Wykład na temat chustonoszenia (1 godzina)

Część II: Spotkanie z fizjoterapeutą (1 godzina)

- Ćwiczenia fizyczne i relaksujące, dzięki którym przyszłe mamy szybciej powrócą do sylwetki sprzed ciąży
- Ćwiczenia, które złagodzą m.in. dolegliwości bólowe kręgosłupa, skurcze łydek
- Ćwiczenia oddechowe, które umożliwią lepsze dotlenienie dziecka w czasie trwania porodu zakończone nauką parcia

ZAJĘCIA Z FIZJOTERAPEUTĄ WYMAGAJĄ PISEMNEJ ZGODY LEKARZA GINEKOLOGA POD OPIEKĄ KTÓREGO ZNAJDUJE SIĘ KOBIETĄ CIĘŻARNĄ

Zajęcia 5: (2,5 – 3 godziny) NOWORODEK (16.30)

- Fizjologia okresu noworodkowego
- Budowanie więzi i postępowanie z noworodkiem
- Pielęgnacja skóry i kąpiel – zajęcia teoretyczne i praktyczne
- Pielęgnacja kikutu pępowinowego
- Szczepienie oraz badania przesiewowe wykonywane w oddziale noworodków
- Przygotowanie domu na przyjęcie noworodka
- Rozdanie Certyfikatów ukończenia kursu Szkoły Rodzenia.