

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ



زایمان فیزیولوژیک

SPONTANEOUS VAGINAL BIRTH

گروه کارشناسان سلامت جمعیت و خانواده
معاونت بهداشت-دانشگاه علوم پزشکی تبریز
۹۵.۴.۲۳

- آموزش قبل از زایمان امری ضروری برای سلامت مادر و خانواده است که طی مراحل مختلف و با استفاده از روش های ویژه انجام می گیرد.
- زایمان فیزیولوژیک و ایمن به معنی زایمان طبیعی بدون مداخله، بدون استفاده از دارو و بدون انجام اقدامات روتین در بیمارستان می باشد . مادران می توانند حین دردهای زایمان، راه بروند و تحرک آنها کمک خواهد کرد که زایمان راحت تری داشته باشند. همچنین نوشیدن مایعات و خوردن مواد غذایی انرژی زا مثل خرما، شکلات، موز و ... اشکالی ندارد.
- در این نوع زایمان سرم تراپی، انما، خوابیدن مادر در بستر، معاینات مکرر تشخیصی و اپی زیاتومی به صورت روتین انجام نمی شود و هر اقدامی در صورت لزوم انجام خواهد گرفت.

هدف

- افزایش آگاهی مادران در خصوص فرآیند لیبر و زایمان
- آگاهی از روشهای مناسب کاهش درد حین لیبر و زایمان
- توانمند سازی مادران برای انتخاب روش زایمان ایمن
- ترویج زایمان طبیعی با رویکرد علمی مبتنی بر شواهد در راستای افزایش نرخ باروری

اصول کلاسهای آمادگی برای زایمان فیزیولوژیک

- ارائه اطلاعات دقیق به منظور کاهش ترس و اضطراب
- یادگیری تکنیک های ریلکسیشن، کنترل عضلات ، تکنیک تنفس
- ایجاد یک محیط آرام و حمایت کننده از مادر

گردش کار

هماهنگی با هسته آموزشی کشوری

انتخاب یک مرکز بهداشت شهری یا
بخش خصوصی

بازدید از فضای فیزیکی

ثبت نام از مادران باردار و معرفی
به کلاسها

تشکیل کلاس برای مادران در مرکز
بهداشت یا ارجاع به بخش خصوصی

تقسیم بندی دانشگاهها

1. علوم پزشکی ایران : مازندران، بابل، سمنان، شاهرود، دزفول، آبادان، خوزستان، بهبهان، البرز
2. علوم پزشکی تهران: گیلان، قزوین، هرمزگان، بوشهر
3. علوم پزشکی شهید بهشتی: گلستان، رفسنجان، مرکزی، قم، کرمان،
4. علوم پزشکی تبریز: اورمیه ، اردبیل ، همدان ، زنجان ، مراغه
5. علوم پزشکی کرمانشاه: ایلام، کردستان، لرستان
6. علوم پزشکی اصفهان: کاشان، یزد، کهگیلویه و بویراحمد، چهارمحال و بختیاری،
7. علوم پزشکی فارس: فسا ، جهرم، زابل، زاهدان، لارستان، گراش، ایرانشهر
8. علوم پزشکی مشهد: خراسان شمالی، سبزوار، گناباد، خراسان جنوبی، تربت حیدریه، نیشابور

نحوه تعیین کلاسها در حوزه بهداشت

* تشکیل هسته آموزشی

۲ نفر عضو هیئت علمی از دانشکده پرستاری و مامایی

۱ نفر مامای مسئول سلامت مادران مستقر در معاونت بهداشت

۳ نفر از ماماهاى مراکز بهداشت شهری یا مامای بخش خصوصی که تمایل به همکاری آموزشی با مرکز بهداشت دارند.

ابلاغ از طرف رئیس دانشگاه به افراد فوق به عنوان هسته آموزشی

کلاس های آمادگی برای زایمان

از سال ۱۳۸۷ کلاسهای آمادگی به منظور توانمندی مادران در بیمارستانها توسط اداره سلامت مادران اجرا شده است.

کلاس ها از هفته ۲۰ بارداری در ۸ جلسه برای مادران (شامل آموزش تئوری-ورزشهای بارداری-تقویت عضلات-ماساژ و فیلم) برگزار می شود.

اجرای این کلاسها از سال ۱۳۹۳ در برنامه کاری حوزه بهداشت قرار گرفت.

هدف از تعمیم در حوزه بهداشتی

برگزاری کلاس های آمادگی برای زایمان

حداقل در یک مرکز بهداشتی درمانی شهری از هر شهرستان

جهت افزایش دسترسی مادران

اقدامات انجام گرفته تاکنون

- انجام هماهنگی و برگزاری دوره های آموزشی برای هسته های آموزشی استان های اردبیل-ارومیه-زنجان - همدان - مراغه
- حضور در آزمون های دانشگاه های تحت پوشش، برگزاری آزمون و صدور گواهی نامه
- (تاکنون تعداد ۲۰۰ عدد گواهی برای ماماهاى حائز شرایط دانشگاه های تحت پوشش)

ادامه اقدامات

- برگزاری جلسه توجیهی برای رؤسا و معاونین بهداشتی کلیه شهرستان ها
- برگزاری دو دوره کارگاه آموزشی برای کارشناسان برنامه مادران و کارشناسان مامائی از شهرستان های تابعه به تعداد ۴۵ نفر
- هماهنگی های لازم جهت تامین تجهیزات
- هماهنگی جهت خرید کلیه تجهیزات مورد نیاز کلاس ها برای کلیه شهرستان های تابعه
- ارسال تجهیزات
- توزیع اعتبار

ادامه اقدامات

- تجهیز و راه اندازی کلاس در سه مرکز شهرستان تبریز و ۱۵ مرکز شهرستان های تابعه
- تعداد مادرانی که تا پایان آذر ماه بطور کامل آموزش دیده اند، ۴۱۵ نفر می باشد.
- در دو شهرستان جهت اجرای کلاس ها با بخش خصوصی قرارداد همکاری بسته شده است .
- فعلاً در ۴ شهرستان بعلت عدم وجود فضای فیزیکی کلاس ها برگزار نمی گردد ولی هماهنگی های لازم جهت انجام مقدمات برگزاری کلاس انجام گرفته است .

انتظارات

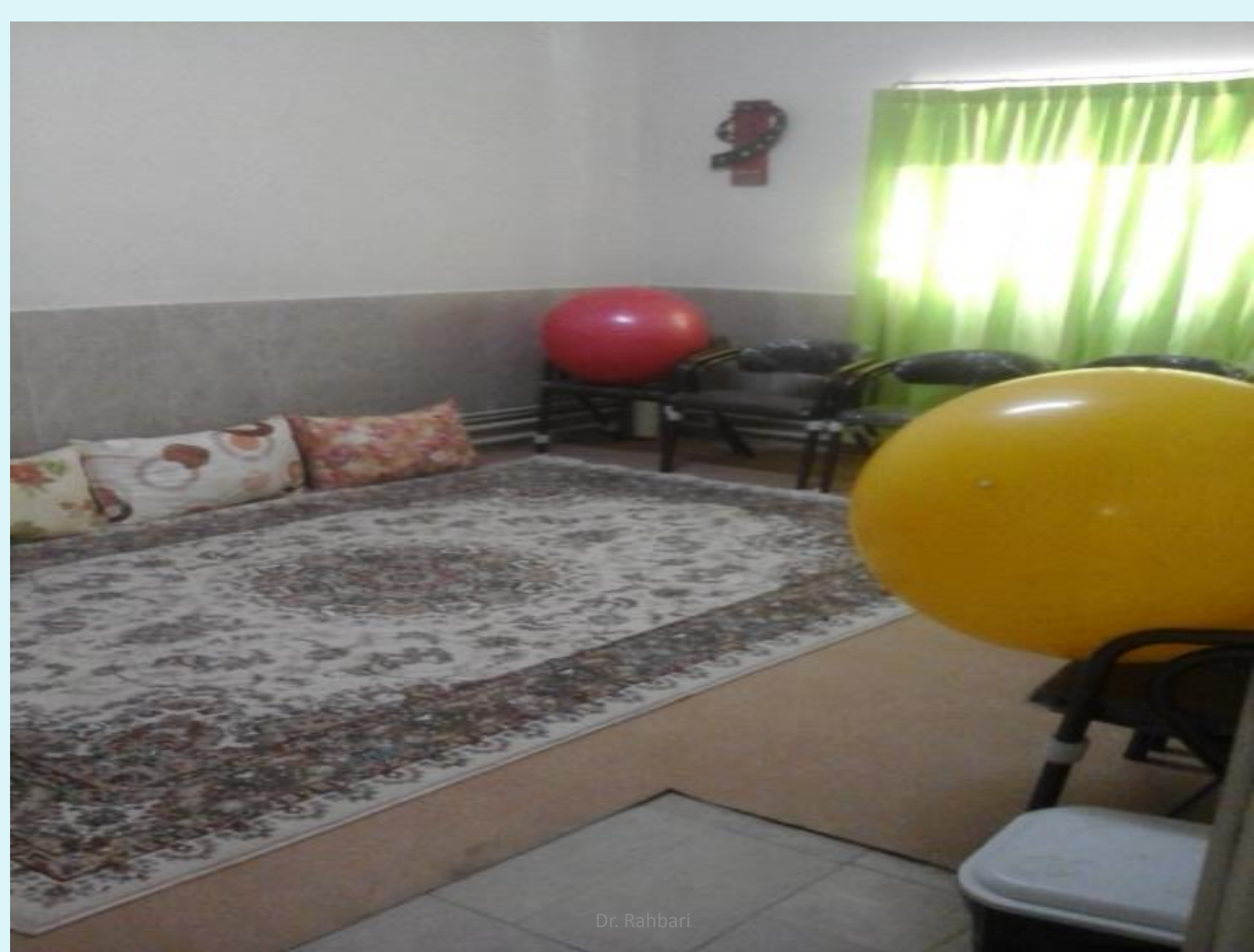
- برگزاری کلاس در هر مرکز بهداشت شهری یا ارجاع مادران به بخش خصوصی (دفاتر کار مامایی یا مراکز مشاوره خدمات مامایی و زایمان)
- اطلاع رسانی به مادران از طریق رسانه ها
- آموزش حداقل ده درصد مادران باردار بر اساس برآورد میزان تولد سالیانه در بخش دولتی
- جمع آوری اطلاعات مادران و نتایج زایمانی
- ارائه گزارش عملکرد سه ماهه به معاونت بهداشت



Dr. Rahbari



Dr. Rahbari



Dr. Rahbari



Dr. Ranbari

با سپاس از توجه شما



از زایمان فیزیولوژیک چه میدانید؟؟

Dr. Rahbari