

کد درس: ۱۰

نام درس: مشاوره و آموزش در بارداری، زایمان طبیعی و پس از زایمان

پیش نیاز: سلامت خانواده

تعداد واحد: ۳ واحد

نوع واحد: ۲ واحد نظری - ۱ واحد کارآموزی

هدف کلی درس:

- آشنایی با زایمان فیزیولوژیک، آمادگی های قبل از زایمان
- توانایی مشاوره و آموزش والدین و آماده سازی آنان جهت زایمان فیزیولوژیک

رئوس مطالب: (۳۴ ساعت نظری - ۵۱ ساعت کارآموزی)

الف: (۳۴ ساعت نظری)

- تغییرات و سازگارهای بدن در دوران بارداری
- رشد و نمو جنین
- مراقبت های دوران بارداری
- اصول بیمارستانهای دوستدار مادر
- اهداف کلاس های آمادگی برای زایمان
- خصوصیات کلاس های آمادگی برای زایمان
- برنامه ریزی برای زایمان
- نوروآندوکرینولوژی در بارداری و درک درد و نظریه های آن
- اصول آموزش به بزرگسالان و سبک های یادگیری
- اختلالات وضعیتی و اصلاح وضعیت در بارداری
- وضعیت های مختلف لیبر و زایمان و اختلالات آن
- روشهای دارویی و غیر دارویی کاهش درد زایمان
- تمرینات عصبی و عضلانی، تمرینهای کششی و تقویتی
- طب فشاری و ماساژ
- تن آرامی و تکنیک های تنفسی



- نقش همراه
  - آمادگی برای پدر شدن
  - مراقبتهای پس از زایمان (مادر و نوزاد)
    - معاینات پس از زایمان
    - تغذیه و بهداشت مادر پس از زایمان
    - شیردهی: مزایا، روش (مهارت مشاهده، آموزش شیر دهی -latching, attachment, positions)
    - مشکلات شایع شیردهی (ماستیت، شقاق نیپل، آبسه و ...)
    - تغذیه تکمیلی پس از ۶ ماه برای شیرخوار
  - مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان
- ب : (۵۱ ساعت کارآموزی)

برگزاری کلاسهای آمادگی برای زایمان و بعد از زایمان طبق پروتکل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

آموزش تمرینات کششی، تقویتی، تکنیک های تنفسی در طی بارداری و بعد از زایمان  
مشاوره با زوجین در مورد انتخاب نوع زایمان

کلاسهای مراقبت نوزاد

بهداشت دوران بارداری و پس از آن (بهداشت فردی و روانی)  
معاینات پس از زایمان

تغذیه و بهداشت مادر پس از زایمان

شیردهی، مزایا، روش (مهارت مشاهده، آموزش شیر دهی -latching, attachment, positions)  
مشکلات شایع شیردهی (ماستیت، شقاق نیپل، آبسه و ...)  
تغذیه تکمیلی پس از ۶ ماه برای شیرخوار

منابع اصلی درس:

۱. راهنمای آموزش کلاس آمادگی برای زایمان، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، اداره

سلامت مادران



۲. یربی مارگارت. ترجمه: داودآبادی فراهانی. سید زاده اقدام. م. رویکردی نوین به درد زایمان چاپ

اول. اراک: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی اراک؛ آخرین چاپ

۳. عموشاهی علی. زایمان طبیعی بدون درد. آخرین چاپ

4. Gary Cunningham. Williams Obstetrics. New York: Mc Grow Hill; Last edition
5. Holey E, Cook E Complementary and alternative therapies.. Spring house. Last edition
6. Loeser J D, Bonica John J.. Bonica's management of pain Lippincott Williams & Wilkins . Last edition
7. Simkin P, Ancheta R. The labor progress handbook. Black well Science. Last edition.

شیوه ارزشیابی دانشجو:

- بر اساس تکالیف محوله

- شرکت در امتحان کتبی نیم ترم و پایان ترم

