

## Szülésre felkészítő Tanfolyam

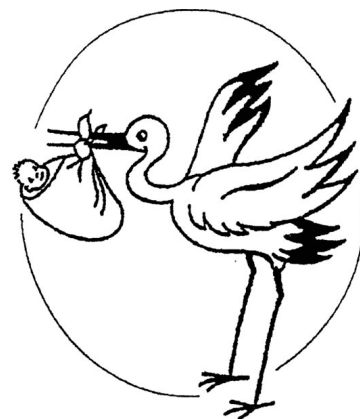


**Indul: 2018.01.09, Kedd 16:30**

**Helyszín:** Volt tüdőpavilon (udvaron a középső épület) Alaksora, bejárat a tüdőgondozó felől

Időtartam : körülbelül egy óra/alkalom

- 1: Mit várnak a résztvevők a tanfolyamról, milyen témákról hallanának szívesen?  
Várandósság anatómiai és élettani változása trimeszterenként  
Várandós gondozási terv
- 2: Várandósság alatti ajánlott életmód: táplálkozás, higiéné, utazás, öltözet  
Várandós torna  
Légző gyakorlatok és relaxáció megtanítása, gyakorlása, autogén tréning
- 3: Szülés megindulásának jelei, mikor kell kórházba indulni  
Szülés folyamata, szakaszai és fajtái, együtt szülés, szülés utáni történések,  
Alternatív szüléset  
Szülési fájdalomcsillapítás, pszichés felkészülés
- 4.: Mire lesz szüksége a kórházban, mi szükséges a babáknak, mi történik felvételnél  
Köldökzsinór vér levétele, összejt- vendéglőadó
- 5: Újszülött ellátása, adaptáció, rooming-in rendszer, újszülött kori szűrővizsgálatok  
Első mellre helyezés és szopatás  
Fontossága, bőrkontaktus,  
Gyerekágyi változások: testi, pszichés, hormonális
- 6: Anyatej előnyei, pozitív hatásai. Termelődése, fokozása, mell ápolása, kézi és gépi  
fejés  
Csecsemőgondozási műveletek, babamasszázs  
Gondozási terv elemei, tanácsadások rendje, védőoltások, életkorhoz kötött  
státuszvizsgálatok
- 7: Hazabocsátás feltételei  
Család támogatási rendszer-vendéglőadó
- 8: Szülészeti osztály megtekintése, szülőszobák bemutatása,  
újszülött részleg bemutatása  
Tanfolyam zárása, beszélgetés, elégedettség mérése: anonim  
módon kérdőívvel.



Jelentkezni: Balogh Boglárka

Védőnő

+3630/9513174