

جلسات کلاس آمادگی بارداری و زایمان فیزیولوژی (بی درد)

جلسات	هفته	موضوع آموزش جلسه
جلسه اول	۲۰-۲۳	بهداشت فردی - تغییرات آناتومی و فیزیولوژیک شکایات شایع بارداری
جلسه دوم	۲۴-۲۷	تغذیه دوران بارداری
جلسه سوم	۲۸-۲۹	رشد و تکامل جنین ، بهداشت روان
جلسه چهارم	۳۰-۳۱	علایم هشدار در بارداری
جلسه پنجم	۳۲-۳۳	فواید زایمان طبیعی و مشکلات سزارین
جلسه ششم	۳۴-۳۵	روش های بی دردی آشنایی با مراحل زایمان و وضعیت های مختلف زایمان
جلسه هفتم	۳۶	مراقبت های پس از زایمان تنظیم خانواده آموزش شیردهی
جلسه هشتم	۳۷	مراقبت از نوزاد ، الاعم خطر در نوزاد، آمادگی سایر اعضای خانواده
جلسه نهم		ویژه همسران آموزش مراقبت های بارداری مرابت از نوزاد بهداشت روان خود و همسر آموزش ماساژ در بارداری و شیردهی