

Program Szkoły Rodzenia

Program obejmuje 8 spotkań/tematów.

1. Kiedy zgłosić się do szpitala? I co ze sobą zabrać?
2. Omówienie poszczególnych faz porodu z uwzględnieniem zachowań rodzącej i osoby towarzyszącej.
3. Fizjologia karmienia piersią. Zmiany w organizmie kobiety w okresie połogu. Dieta i higiena podczas karmienia piersią i połogu.
4. Problemy wieku noworodkowego, choroby i metody postępowania w przypadku zachorowań.
5. Pielęgnacja noworodka – pokaz kąpielii innych czynności związanych z pielęgnacją.
6. Zapoznanie się z topografią Traktu Porodowego, Oddziału Ginekologiczno – Położniczego i Oddziału Neonatologicznego. Pokaz pozycji do porodu w poszczególnych okresach porodu.
7. Planowanie rodziny. Profilaktyka FAS – płodowego zespołu alkoholowego - zajęcia teoretyczne prowadzi lekarz specjalista ginekologii i położnictwa.
8. Problemy stomatologiczne u kobiet w ciąży.
9. Opieka stomatologiczna nad noworodkiem i małym dzieckiem z uwzględnieniem higieny jamy ustnej, próchnicy zębów i wad zgryzu – zajęcia prowadzi lekarz stomatolog.

Druga godzina zajęć to psychofizyczne przygotowanie kobiety ciężarnej do porodu - ćwiczenia ogólnie usprawniające: wykonywanie ćwiczeń relaksacyjnych, rozluźniających, rozciągających mięśnie krocza z zastosowaniem piłki, materaca oraz nauka oddychania zgodnie z I, II, II fazą porodu.