

ДОРОГИЕ НАШИ БЕРЕМЕННЫЕ, с 01.03.2022 на базе КДО № 1 открыта ШКОЛА МАТЕРИНСТВА!!!

Основной целью Школы является проведение психопрофилактической подготовки беременных женщин к родам и подготовка семье к рождению ребенка

Основными задачами Школы являются:

- повышение у беременных женщин уровня знаний по вопросам беременности, родов и материнства;
- психологическая подготовка беременных женщин к материнству; оценка эмоционального состояния беременных женщин на основе анкетирования и индивидуальных бесед;
- профилактика послеродовой депрессии; гигиеническое воспитание и формирование у беременных женщин здорового образа жизни.

Цикл обучения в Школе материнства 11 занятий по 60 минут.

Частота занятий – 1 раз в неделю

Занятия проводят акушеры-гинекологи, неонатологи, медицинский психолог.

Занятия проходят еженедельно по средам в 12.00.

Занятия проходят в 1 корпусе Перинатального центра в кабинете № 18.

Темы занятий в Школе материнства:

1. Физиология беременности: физиологические изменения в организме женщины, периоды беременности. Развитие плода по месяцам беременности, его реакции на внешние раздражители. Рациональное питание.
2. Образ жизни во время беременности: полезные и вредные привычки. Физические упражнения во время беременности.
3. Физиология родов: подготовка к поступлению в роддом, периоды родов.
4. Послеродовый период: пребывание в роддоме, организация грудного вскармливания, питание и гигиена, контрацепция.
5. Уход за ребенком: особенности новорожденного, правила ухода за ребенком, прививки, домашняя аптечка.
6. Законодательные права материнства, социальные гарантии беременным и молодым родителям.
7. Психология беременности: беременность как новый жизненный этап в жизни женщины, особенности отношений в семье во время беременности.

8. Психология родов.
9. Психологические особенности послеродового периода: эмоциональные состояния после родов, материнский блюз, профилактика послеродовой депрессии.
10. Принятие новой роли матери, профилактика материнского выгорания.
11. Психологическое развитие ребенка раннего возраста.

Создан телеграм-канал «Школа материнства ПЦ» t.me/materinstvoPC

Предварительная запись на занятия и вся организационная информация выкладывается в телеграм-канале.