

## План занятий в «школе материнства»

День недели	время занятия с беременными				Специалист
	время	1,2 триместр (6-27 недель)	время	III триместр (28-40 недель)	
Понедельник	14:00-14:45	1. Физиологические изменения в организме женщины, периоды беременности. 2. Роль плаценты и амниотических вод. 3. Развитие плода по месяцам беременности, его реакции на внешние раздражители.	15:15-16:00	1. Подготовка к поступлению в родильный дом 2. I, II и III периоды родов, их продолжительность 3. Приемы обезболивания родов 4. Партнерские роды	Акушер-гинеколог, акушерка
Вторник	14:00-14:45	5. Влияние алкоголя, курения, наркотических и токсических веществ на здоровье плода. 6. Влияние неблагоприятных факторов на плод 7. Рекомендации по режиму труда, в т.ч. домашней работы и отдыха. 8. Личная гигиена 9. Половая жизнь. 10. 4. Рациональное питание.	15:15-16:00	1. Совместное пребывание с новорожденным 2. Грудное вскармливание 3. Послеродовая гигиена, уход за швами 4. Питание и соблюдение водного режима 5. Гимнастика в послеродовом периоде 5. Послеродовая контрацепция	Акушер-гинеколог, акушерка
Среда	14:00-14:45	10. Необходимость выполнения медицинского обследования во время беременности. 11. Обучение беременных тестам для оценки развития беременности и состояния плода. 12. Обучение комплексу физических упражнений.	15:15-16:00	1. Грудное вскармливание. 2. Техника прикладывания ребенка к груди. 3. Правила ухода за ребенком. 4. Туалет ребенка. 5. Профилактические прививки 6. Домашняя аптечка 7. Преимущество грудного вскармливания	Акушер-гинеколог, акушерка
Четверг	14:00-14:45	1. Законодательные права материнства, социальные гарантии беременным и молодым родителям. 2. Особенности психоэмоционального состояния беременной.	15:15-16:00	1. Роль семьи в психологической и физической поддержке женщины во время беременности, родов и после рождения ребенка. 2. Консультирование и оказание социальной помощи женщинам, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, испытывающих физическое и психическое насилие.	Психолог, социальный работник, юрист

Согласовано \_\_\_\_\_

Зав. ж/к Иманова Р.Я.



Подготовила \_\_\_\_\_

и.о. ст. ак Кузябаева И. Г.