

ŠOLA ZA STARŠE

Nosečnost je čudovita izkušnja pričakovanj in veselja v pričakovanju novega člana družine. Traja celih 40 tednov, dovolj dolgo, da se lahko prihodnja starša pripravita na rojstvo svojega otroka. V naši Šoli za starše lahko starši pridobijo veliko novih informacij, kljub dosegljivi in številni literaturi. Šola za starše v naši ustanovi nudi tečaj Predporodne priprave nosečnic v 7 mesecu nosečnosti. Namen tečaja je seznaniti nosečnice s potekom nosečnosti, poroda in poporodnega obdobja na zanimiv način, s številnimi praktičnimi nasveti. Na tečaj vabimo nosečnice in njihove spremljevalce pri porodu, partnerje in druge.

Šola za starše bo potekala vsak tretji teden v mesecu od ponedeljka do četrтка ob 15.30 v prostorih Zdravstvenega doma Ormož. Za potrditev udeležbe in dodatne informacije lahko pokličete Dispanzer za žene na tel.št.:02/7410920 (Albina Črnjavič) ali Dispanzer za otroke na tel.št.: 02/7410916 (Sabrina Dragarič).

Vljudno vabljeni!



VSEBINA TEČAJA ŠOLE ZA STARŠE:

1. PREDAVANJE: PRIJAVA NA POROD

- Potek in značilnosti nosečnosti.
- Predviden datum poroda.
- CTG (cardiotokografija).
- Ustrezna priprava na prihod novorojenčka.
- Varna izbira otroške opreme.
- Ustrezna priprava na odhod v izbrano porodnišnico.



2. PREDAVANJE: POROD

I del:

- Fiziologija prve porodne dobe.
- Prihod v izbrano porodnišnico.
- Sprejem v porodnišnico.
- Sodelovanje porodnice v prvi porodni dobi.
- Porodna bolečina, farmakološko in ne farmakološko lajšanje porodne bolečine.



II del:

- Fiziologija druge porodne dobe.
- Popadki in trebušni pritisk.
- Sodelovanje porodnice v tretji porodni dobi.
- Prerez presredka (epiziotomia).
- Rojstvo otroka – prvi stik mati - novorojenček – oče.
- Carski rez.



III del:

- Poporodna oskrba novorojenčka in matere.
- Premestitev matere in novorojenčka na oddelek.
- Sodelovanje partnerja (spremljevalca) pri porodu in po njem.



3. PREDAVANJE: SKRB ZA ZDRAVE ZOBE MATERE IN OTROKA

4.PREDAVANJE:POPORODNO OBDOBJE

I del:

- Značilnosti in trajanje poporodnega obdobja.
- Odpust iz porodnišnice in prvi obisk patronažne sestre.
- Ustrezna nega in režim življenja otročnice.
- Najpogostejše težave v poporodnem obdobju in samopomoč.
- Poporodna depresija.
- Partnerstvo in medsebojni odnosi.



II del:

- Značilnosti novorojenčka.
- Nega novorojenčka (povijanje, kopanje, oblačenje in slačenje itd...).
- Obiskovalci in sprehodi.
- Ko otrok zboli.
- Splošni napotki za vzgojo otroka.
- Pravilno rokovanje z novorojenčkom



5.PREDAVANJE: DOJENJE IN PREHRANA DOJEČE MATERE

- Prehrana nosečnice in doječe matere.
- Smernice dojenja.
- Novorojenčkova anatomija in fiziologija pomembna za dojenje.
- Biokemija materinega mleka.
- Prednosti dojenja.
- Morebitne težave pri dojenju.
- Tehnike dojenja.



Pripravila: Sabrina Dragarič dipl.babica