



دانشکده پرستاری و مامایی همدان

## طرح درس

### بخش اول:

۱- مشخصات دروس:

نام و نام خانوادگی: دکتر فرزانه سلطانی - دکتر رفعت بخت

دانشکده: پرستاری و مامایی

گروه آموزشی: مامایی و بهداشت باروری - بهداشت مادر و کودک

مرتبه دانشگاهی: دانشیار

مدرک تحصیلی: دکتری

۲- مشخصات دروس

عنوان درس: مشاوره و آموزش در بارداری، زایمان طبیعی و پس از زایمان

تعداد واحد: ۲ واحد

دروس پیشنهادی: سلامت خانواده

۳- مشخصات فراگیران:

رشته تحصیلی: مشاوره در مامایی

مقطع: کارشناسی ارشد

## بخش دوم:

### ۱- اهداف کلی درس:

- آشنایی با زایمان فیزیولوژیک، آمادگی های قبل از زایمان
- توانایی مشاوره و آموزش والدین و آماده سازی آنان جهت زایمان فیزیولوژیک

### ۲- سرفصل دروس:

- تغییرات و سازگارهای بدن در دوران بارداری
- رشد و نمو جنین
- مراقبت های دوران بارداری
- اصول بیمارستانهای دوستدار مادر
- اهداف کلاس های آمادگی برای زایمان
- خصوصیات کلاس های آمادگی برای زایمان
- برنامه ریزی برای زایمان
- نوروآندوکرینولوژی در بارداری و درک درد و تئوری های آن
- اصول آموزش به بزرگسالان و سبک های یادگیری
- اختلالات وضعیتی و اصلاح وضعیت در بارداری
- وضعیت های مختلف لیبر و زایمان و اختلالات آن
- روشهای دارویی و غیر دارویی کاهش درد زایمان
- تمرینات عصبی و عضلانی - تمرینهای کششی و تقویتی
- طب فشاری و ماساژ
- تن آرامی و تکنیک های تنفسی
- نقش همراه
- آمادگی برای پدر شدن
- مراقبتهای پس از زایمان (مادر و نوزاد)
- معاینات پس از زایمان

- تغذیه و بهداشت مادر پس از زایمان
  - شیردهی، مزایا، روش (مهارت مشاهده، آموزش شیر دهی -،latching,attchmet و پوزیشن‌ها) مشکلات شایع (ماستیت، شقاق نیپل، آبسه و ...)
  - تغذیه تکمیلی پس از ۶ ماه برای شیرخوار
- مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان

### منابع:

۱. راهنمای آموزش کلاس آمادگی برای زایمان - وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، اداره سلامت مادران
۲. راهنمای آموزش کلاس آمادگی برای زایمان - وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، اداره سلامت مادران
۳. رویکردی نوین به زایمان، مارگارت یربی، ترجمه داوود آبادی فراهانی، آخرین چاپ
۴. زایمان طبیعی بدون درد، دکتر علی عموشاهی، ۱۳۸۶، آخرین چاپ
5. Gary Cunningham. Williams Obstetrics. 21st ed .Newyork: Mc GrowHill; last edition
6. Complementary and alternative therapies. Holey E, Cook E. Spring house, 2002, 1th ed.
7. Bonica management of pain. Loeser JD. Lippincott Co last Edition
8. The labor progress handbook. Simkin P, Ancheta R. Black well Science.last Edition.

### ۳- شیوه آموزش:

سخنرانی با بازخورد

### ۴- وظایف دانشجو:

حضور فعال در کلاس

- شرکت در امتحان میان ترم
- شرکت در امتحان پایان ترم
- تدریس در یک کلاس با نظر استاد

## جدول ارائه درس

جلسه	عنوان درس	اهداف کلی جلسه
اول	مروری بر آناتومی و فیزیولوژی ژنیتال زنان	یادآوری نکات بالینی آناتومی و فیزیولوژی دستگاه ژنیتال زنان
دوم	رشد و تکامل جنین	مروری بر لقاح، رشد و تکامل جنین
سوم	سازگاری مادر با تغییرات فیزیولوژیک بارداری	مروری بر تغییرات فیزیولوژیک بارداری
چهارم	مراقبتهای دوران پره ناتال و شکایات شایع در بارداری	مروری بر محورهای مهم مراقبت از زن باردار و مدیریت شکایات شایع در بارداری
پنجم	اصول بیمارستانهای دوستدار مادر	آشنایی با اهداف، اصول و استانداردهای بیمارستانهای دوستدار مادر
ششم	آمادگی برای زایمان	آشنایی با اهداف و خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان
هفتم	وضعیت های مختلف لیبر و زایمان و اختلالات آن	آگاهی از اختلالات وضعیت در لیبر و زایمان و اصلاح وضعیت
هشتم	نورواندوکرینولوژی در بارداری و درک درد و تئوری های آن	آشنایی با مکانیسمهای درد زایمان و روشهای دارویی و غیر دارویی کاهش درد زایمان

<p>شناخت و توانایی کاربرد تمرینات عصبی و عضلانی- تمرین های کششی و تقویتی و تن آرامی و تکنیک های تنفسی در بارداری و زایمان</p>	<p>تمرینات عصبی و عضلانی، تمرینهای کششی و تقویتی و تن آرامی و تکنیک های تنفسی</p>	<p>نهم</p>
<p>شناخت و توانایی کاربرد طب فشاری و ماساژ در بارداری و زایمان</p>	<p>طب فشاری و ماساژ</p>	<p>دهم</p>
<p>آشنایی با نقش همراه در بارداری و زایمان و پس از زایمان</p>	<p>نقش همراه</p>	<p>یازدهم</p>
<p>شناخت موارد آمادگی همسر برای پدر شدن و توانایی آموزش آنها</p>	<p>آمادگی برای پدر شدن</p>	<p>دوازدهم</p>
<p>مروری بر معاینات پس از زایمان و تغذیه و بهداشت مادر پس از زایمان</p>	<p>مراقبت های پس از زایمان</p>	<p>سیزدهم</p>
<p>مروری بر مزایا شیر مادر روش ها ( مهارت مشاهده ، آموزش شیردهی، latching, attachment و پوزیش ها)</p>	<p>شیردهی و مشکلات شایع آن</p>	<p>چهاردهم</p>
<p>مروری بر علل، عالئم، تشخیص و درمان مشکلات شایع شیردهی (احتقان، ماستیت، شقاق نیپیل، آبسه و .... مروری بر اصول چگونگی تغذیه تکمیلی</p>	<p>مشکلات شایع شیردهی و تغذیه تکمیلی</p>	<p>پانزدهم</p>
<p>ادامه تغذیه تکمیلی و آشنایی با مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان</p>	<p>ادامه تغذیه تکمیلی، مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان</p>	<p>شانزدهم</p>

نحوه ارزشیابی درس

ردیف	ارزشیابی دانشجو	تعداد امتیاز	درصد از امتیاز کل
۱	امتحان کتبی پایان ترم	۱۵	٪۷۵
۲	فعالیت کلاسی	۲	٪۱۰
۳	کنفرانس	۳	٪۱۵
جمع		۲۰	٪۱۰۰