

AKTYWNA SZKOŁA RODZENIA



Szkoła rodzenia ma służyć rodzicom oczekującym narodzin dziecka w przygotowaniu do świadomego i aktywnego porodu, podejmowania nowych ról i wyzwań związanych z rodzicielstwem. Zależy nam na wspomaganiu kształtowania i wzmacniania więzi osobowych w rodzinie, opartych na szacunku i miłości oraz wzmacnianiu zdrowia rodziców i dzieci. Mamy nadzieję, że dołączając do nas poprzez aktywny udział w spotkaniach ubogaciecie sobą nasze zajęcia. Chcemy, aby to co się na nich wydarzy, nie było tylko nauką, ale również spotkaniem z innymi osobami przeżywającymi podobny etap w życiu. Wierzimy, że będzie to dla Was budujące i ze szkoły rodzenia oprócz wiedzy i umiejętności wyniesiecie nowe znajomości.

TEMATY SPOTKAŃ SZKOŁY RODZENIA

1. CIAŻA

- zmiany fizjologiczne
- dolegliwości w ciąży
- dieta i aktywność fizyczna
- budowanie relacji z dzieckiem na etapie ciąży
- obserwacja zmian w psychice
- zagadnienia prawne
- badania w ciąży
- stany patologiczne w ciąży

2. PORÓD

- zwiastuny i fazy porodu
- cięcie cesarskie i poród zabiegowy
- techniki oddychania i metody łagodzenia bólu
- rola osoby towarzyszącej
- poród w perspektywie dziecka
 - kontakt STS
 - odpępnienie
- zagadnienia prawne – plan porodu
- jedzenie i picie w porodzie
- nacięcie krocza

3. POŁÓG

- fizjologia i patologia położu
- kondycja psychiczna kobiety
- organizacja życia po porodzie, zmiana relacji w związku
- seksualność
- baby blues, depresja poporodowa
- sposoby zadbania o siebie
- opieka medyczna po porodzie

4. NOWORODEK

- procedury szpitalne
- stany przejściowe
- pierwsze badanie pediatryczne
- pielęgnacja
- pierwsza pomoc
- szczepienia

5. KARMIE NIE NOWORODKA

- pierwsze karmienie, pierwszy kontakt
- etapy laktacji
- trudności w karmieniu piersią
- techniki przystawiania do piersi
- korzyści wynikające z karmienia piersią
- karmienie mlekiem modyfikowanym

Zachęcamy rodziców do podzielenia się przeżyciami po przebytym

porodzie w naszym szpitalu z rodzicami, którzy przygotowują się do porodu. Jesteśmy otwarci na wskazówki z Państwa strony, które wpłyną na podniesienie jakości przeżywania porodu w naszym szpitalu.

Jeżeli pragniecie ułatwić Waszemu dziecku „miękkie lądowanie”, a sobie łatwiejszy start w wielką przygodę jaką jest rodzicielstwo, serdecznie zapraszamy.

Do zobaczenia!