

Niniejszy dokument stanowi własność Specjalistycznej Praktyki Położnej; Szkoły Rodzenia „Brzuszek-Maluszek”, która zastrzega sobie prawa autorskie. Kopiowanie, powielanie częściowe, rozpowszechnianie pod każdą postacią bez pisemnej zgody autora jest zabronione.

EDUKACJA KOBIET W CIĄŻY - RAMOWY PROGRAM ZAJĘĆ EDUKACYJNYCH W SZKOLE RODZENIA „BRZUSZEK - MALUSZEK”

„Tam było Ci najlepiej, wiem.
Cicho. Ciepło, ciemno..
I długo śnił się dobry sen, że zawsze
Będziesz ze mną
Tam moje serce stuku puk, szeptało Ci zaklęcia
A ja czekam na Ciebie jak na cud, jak na Małego Księcia....

Tyś taki bezbronny, maleńki, w kołysce
Splecionej z mych ramion, a jutro się do
Mnie uśmiechniesz i kiedyś tam powiesz mi: mamoo...”

*Magdalena Czapińska
Piosenka z filmu „Cesarskie Cięcie” (1987), reż. Stanisław Moszczuk*

1. Wprowadzenie

Czas przeznaczony na wzajemne poznanie, przełamanie pierwszych lodów i obaw, zapoznanie ze szczegółami programu zajęć, podzielenie się wzajemnymi oczekiwaniami

2. Edukacja przedporodowa

W tej części zajęć przyszłe Mamy dowiedzą się o swoich prawach jako prawach pacjenta, opowiemy od strony praktycznej jak wygląda przyjęcie do szpitala.

Dodatkowo chcemy zwrócić uwagę na zagadnienia związane z dbałością o zdrowie Mamy i Maluszka, w czasie ciąży czyli trochę o psychologii ale także o sprawach zwykłych takich jak prawidłowa dieta, higiena, ubieranie się....

Chcemy także wyczulić przyszłe Mamy na możliwe najczęściej pojawiające się współcześnie choroby z uwzględnieniem tzw. Schorzeń cywilizacyjnych – opowiemy na jakie objawy zwracać uwagę, jak się chronić samodzielnie przed nimi, jak wygląda leczenie...

3. Edukacja okołoporodowa

Tutaj będzie czas na zapoznanie przyszłych Mam z zarysem tego co dzieje się w czasie porodu. I na tle tego zarysu przypiszemy właściwe role i opowiemy o zasadach współdziałania wszystkich uczestników Cudu Narodzin, tzn. Mamy, Osoby Towarzyszącej, Położnej, Lekarza. Poradzimy Ci jak dobrze spakować torbę do szpitala dla siebie i MALUSZKA, jakie zabrać ze sobą dokumenty

4. Poród

Opowiemy i **pokażemy Wam przyszłe Mamy, jak odbywa się PORÓD** (projekcja filmu), umożliwimy zobaczenie Porodówki „od wewnątrz”, zwrócimy uwagę na szczegóły Waszego przygotowania, psychicznego i fizycznego, nauczymy ćwiczeń, które ułatwią Wam czynne uczestnictwo w porodzie.

5. Ból i metody łagodzenia

Czy ból w czasie porodu jest naprawdę taki straszny? Czy trzeba się go bać? Spróbujemy odpowiedzieć na te i inne pytania związane z bólem prezentując różne metody łagodzenia bólu aktualnie stosowane w praktyce medycznej, w czasie porodów.

6. Połóg i pielęgnacja w czasie połogu

W tym module wyjaśnimy Wam co to jest połóg, ile trwa, co w tym czasie dzieje się z Waszym organizmem. Nauczymy Was jak prowadzić samokontrolę organizmu, na co zwracać uwagę i jak postępować. Spróbujemy zastanowić się wspólnie czy może być potrzebny psycholog i w jakich przypadkach.

7. Laktacja

Dlaczego mleko Mamy jest najlepsze, najzdrowsze i najwartościowsze dla Maluszka? Jak karmić by było to wygodne dla Mamy i Dzieciątka? Co robić by pokarm był jak najbardziej sycący i wzmacniający dla Maluszka? Co robić gdy pojawiają się problemy z pokarmem lub piersiami? Co robić gdy nie ma pokarmu a Maluszek jest dalej głodny? Dużo pytań, prawda? Pewnie Wy przyszłe Mamy przyjdziecie z kolejnymi... Odpowiemy na wszystkie a jeszcze dodatkowo poćwiczmy praktycznie karmienie Maluszka. Powiemy jak sobie radzić w przypadku problemów z laktacją i gdzie szukać pomocy.

8. Noworodek – procedury medyczne podczas pobytu w szpitalu

Tutaj dowiedziecie się dlaczego tak ważny jest jak najszybszy kontakt z MALUSZKIEM (dla Was obojga), jak określany jest stan zdrowia Waszego dziecka, na czym polegają pierwsze badania lekarskie, jakie leki są Maluszkowi zazwyczaj podawane i z jakich powodów.

9. Noworodek – jak postępować

Ten moduł poświęcony jest Twojemu Maleństwu, pokażemy a potem wspólnie poćwiczmy pielęgnację Maluszka, abyś potem nie martwiła się czy nie zrobisz Dzieciątku krzywdy przy tych codziennych czynnościach takich jak kąpiel, przebieranie, zabiegi higieniczne (pępuszek!) Jak rozpoznać niepokojące objawy u noworodka i jak próbować radzić sobie z nimi, a kiedy bezwzględnie szukać pomocy lekarza. Jakimi zabawami aktywnie wspierać rozwój Twojego Dziecka i jak od początku układać wzajemne relacje ze starszym rodzeństwem. Doradzimy także jakie kosmetyki przygotować dla Maluszka.

I najważniejsze: razem nauczymy się i przećwiczmy udzielanie pierwszej pomocy MALUSZKOWI byś w nagłych wypadkach nie czuła się bezradna.

Acha, i jeszcze objaśnimy na czym polega tzw. patronaż i czemu zamiast Patrona pojawia się... położna 😊

10. Wcześniactwo

Maluszek przyszedł na świat przed terminem. Co oznacza takie stwierdzenie? Czy niesie za sobą jakieś komplikacje? Jak się przygotować i co trzeba wiedzieć... Ten moduł wprowadzi nas

Niniejszy dokument stanowi własność Specjalistycznej Praktyki Położnej; Szkoły Rodzenia „Brzuszek-Maluszek”, która zastrzega sobie prawa autorskie. Kopiowanie, powielanie częściowe, rozpowszechnianie pod każdą postacią bez pisemnej zgody autora jest zabronione.

w szczególności radzenia sobie z wcześniakiem... i okaże się, że wcześniactwo najczęściej to nie jest nic strasznego!

11. Procedury administracyjne po urodzeniu dziecka

Nasze Państwo przygotowało dla Mam i Maluszków pakiet świadczeń socjalnych ale nałożyło też na Rodziców pewne obowiązki. Tutaj powiem jak wywiązać się z nałożonych obowiązków i jakie formalności trzeba wypełnić aby skorzystać z należnych świadczeń socjalnych.

12. Badania profilaktyczne i przesiewowe.

Jeszcze w trakcie pobytu w szpitalu, w pierwszych dobach życia, Maluszek przejdzie pierwsze badania profilaktyczne i przesiewowe. Badania te będą realizowane cyklicznie w czasie okresowych wizyt kontrolnych u lekarza. Powiemy Ci w ramach tego modułu, o jakie badania chodzi, co one mają na celu i dlaczego nie warto tych badań zaniedbywać.

13. Kalendarz szczepień

Szczepić czy nie szczepić? Oto jest pytanie....

W kontekście toczącej się w mediach i w sieci dyskusji podzielimy się z Wami naszym doświadczeniem w tej kwestii i przedstawimy nasze argumenty i nasze spojrzenie na to zagadnienie.

14. Komórki macierzyste

Cóż to są komórki macierzyste jaka jest ich rola i czy mogą się przydać w życiu? Mamy nadzieję, że te informacje, które w tym module zostały dla Was przygotowane okażą się użyteczne i wystarczająco naświetlą problem.

Więcej szczegółów przekażemy na zajęciach, a jeśli po lekturze masz pytania - zapraszamy, skontaktuj się z nami, formularz znajdziesz w zakładce KONTAKT.

Wersja: 2017-09-08