

دانشکده  
قالب نگارش طرح درس ترمی

عنوان درس : مشاوره و آموزش در بارداری، زایمان طبیعی و پس از زایمان  
مخاطبان: دانشجویان ترم دوم کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی  
تعداد واحد: ۱ ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: شنبه ساعت ۱۲-۱۰  
زمان ارائه درس: شنبه ساعت ۱۰-۸ (۸ هفته دوم)، نیمسال دوم سال تحصیلی ۹۶-۹۵ مدرس: دکتر سوسن حیدریپور  
درس و پیش نیاز: سلامت خانواده

**هدف کلی درس :**

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

**اهداف کلی جلسات : (جهت هر جلسه یک هدف)**

- ۱- آشنایی با تغییرات و سازگاریهای بدن در دوران بارداری
  - ۲- آشنایی با رشد و نمو جنین و مراقبت های دوران بارداری
  - ۳- آشنایی با اصول بیمارستانهای دوستدار مادر و اهداف کلاسها و خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان
  - ۴- آشنایی با برنامه ریزی برای زایمان و نوروآندوکورینولوژی در بارداری و درک درد و نظریه های آن
  - ۵- آشنایی با شیردهی، مزایا، روش (مهارت مشاهده، آموزش شیردهی، position, attachment , lactching
  - ۶- آشنایی با-مشکلات شایع شیردهی(ماستیت، شقاق نیپل، ابسه و.....)
  - ۷- آشنایی با تغذیه تکمیلی پس از ۶ماه برای شیرخوار
  - ۸- آشنایی با مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان
- هدف کلی جلسه اول: آشنایی با تغییرات و سازگاریهای بدن در دوران بارداری**

**اهداف ویژه جلسه اول:**

**در پایان دانشجو قادر باشد**

- ۱-۱- تغییرات سیستم آندوکورین در بارداری را شرح دهید.
- ۱-۲- تغییرات سیستم گوارشی در بارداری را توضیح دهد.
- ۱-۳- تغییرات سیستم اسکلتی عضلانی در بارداری را به تفکیک بیان کند.
- ۱-۴- تغییرات سیستم قلب و عروق در بارداری را ذکر کند.
- ۱-۵- تغییرات سیستم ادراری در بارداری را گزارش کند.
- ۱-۶- تغییرات سیستم ژنتیال در بارداری را برشمارد.
- ۱-۷- تغییرات پوست و مو و دندان و ... در بارداری را به تفکیک شرح دهد.

**هدف کلی جلسه دوم: آشنایی با رشد و نمو جنین و مراقبت های دوران بارداری**

**اهداف ویژه جلسه دوم:**

**در پایان دانشجو قادر باشد**

- ۲-۱- مراحل رشدو نمو جنین در مرحله زایگوتیک را شرح دهد.
- ۲-۲- مراحل رشد و نمو جنین در مرحله آمبریونیک را توضیح دهد.
- ۲-۳- مراحل رشد و نمو جنین در مرحله فتالیس را بیان کند.
- ۲-۴- آزمایشات ضروری دوران بارداری را لیست کند.

۲-۵- غربالگری های دوران بارداری را برشمارد.

۲-۶- مراقبتهای لازم در هر جلسهٔ مراجعه مادر، را ذکر کند.

۲-۷- نکات آموزشی مورد نیاز مادران باردار را بنویسد.

**هدف کلی جلسه سوم:** آشنایی با اصول بیمارستانهای دوستدار مادر و اهداف کلاسها و خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان

**اهداف ویژه جلسه سوم:**

**در پایان دانشجو قادر باشد**

۳-۱- اصول ده گانه بیمارستانهای دوستدار مادر را برشمارد.

۳-۲- هدف از تشکیل کلاسهای آمادگی باری زایمان را توضیح دهد.

۳-۳- نحوهٔ برگزاری کلاسهای آمادگی برای زایمان را شرح دهد.

۳-۴- جدول زمانبندی کلاسهای آمادگی برای زایمان را رسم نماید.

۳-۵- مطالب آموزشی در هر جلسه از کلاس را به تفکیک جلسات ذکر نماید.

**هدف کلی جلسه چهارم:** آشنایی با برنامه ریزی برای زایمان و نوروآندوکورینولوژی در بارداری و درک درد و نظریه های آن

**اهداف ویژه جلسه چهارم:**

**در پایان دانشجو قادر باشد**

۴-۱- برنامه ریزی برای زایمان را شرح دهد.

۴-۲- نوروآندوکورینولوژی در بارداری را توضیح دهد

۴-۳- درک درد و واکنش نسبت به درد را توضیح دهد

۴-۴- نظریه های درد (نظریه ویژه اختصاصی، نظریه الگو، نظریه شدت، نظریه کنترل دریاچه ای) را توضیح دهد

**هدف کلی جلسه پنجم:** آشنایی با شیردهی، مزایا، روش(مهارت مشاهده، آموزش شیردهی، position, attachment , lactching

**اهداف ویژه جلسه پنجم:**

**در پایان دانشجو قادر باشد**

۵-۱- ده اقدام برای تغذیه موفق با شیر مادر در بیمارستان را توضیح دهد

۵-۲- مزایای شیر مادر را توضیح دهد

۵-۳- پوزیشن های شیردهی را توضیح دهد

۵-۴- مکیدن موثر را توضیح دهد

۵-۵- وضعیت صحیح شیردهی را توضیح دهد

۵-۶- نشانه های کفایت شیرمادر را توضیح دهد

۵-۷- ارزیابی بالینی تغذیه از پستان را توضیح دهد

۵-۸- چگونگی آموزش شیر دهی را توضیح دهد

**هدف کلی جلسه ششم:** آشنایی با مشکلات شایع شیردهی ( ماستیت، شقاق نیپل، آبسه و)....

**اهداف ویژه جلسه ششم:**

**در پایان دانشجو قادر باشد**

- ۱-۶- نکات مشاوره ای در مشاوره با مادران دارای مشکلات شیردهی را توضیح دهد.
- ۲-۶- علایم و نشانه های ماستیت را توضیح دهد.
- ۳-۶- روش درمان ماستیت و چگونگی استمرار شیردهی با این عارضه را توضیح دهد.
- ۴-۶- علایم و نشانه های آبسه را توضیح دهد.
- ۵-۶- روش های درمانی و چگونگی استمرار شیردهی با این عارضه را توضیح دهد.
- ۶-۶- علل ایجاد شقاق در نوک پستان را توضیح دهد.
- ۷-۶- راهکارهای درمانی و پیشگیری از شقاق را توضیح دهد.
- ۸-۶- راهکارهای استمرار شیردهی در کودکانی با مشکلات و ناهنجاری های فک و صورت (شکاف کام و لب، سندرم پیرروبین و ...) را توضیح دهد.

#### هدف کلی جلسه هفتم:

اهداف ویژه جلسه هفتم: آشنایی با تغذیه تکمیلی پس از ۶ماه برای شیرخوار

#### در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱-۷- نکات مشاوره ای در مشاوره با مادران برای آغاز تغذیه تکمیلی را توضیح دهد.
- ۲-۷- برنامه غذایی مناسب طبق توصیه سازمان جهانی بهداشت و بر حسب سن کودک را توضیح دهد.
- ۳-۷- نکات خاص تهیه غذای مکمل را بیان نماید.
- ۴-۷- موارد منع مصرف مواد غذایی آلرژن را نام ببرد.
- ۵-۷- راهکارهای کاهش مقاومت کودک به غذا را توضیح دهد.
- ۶-۷- طرز تهیه غذاهای تکمیلی در سنین مختلف کودک را توضیح دهد.
- ۷-۷- اهمیت تغذیه تکمیلی در رشد شیرخواران را بیان نماید.
- ۸-۷- پیشرفت مهارت های تغذیه ای کودک را توضیح دهد.
- ۹-۷- نگرانی های خاص در تغذیه کودک (بهداشت دهان و دندان-مشکلات گوارشی و ...) را با راهکارهای آن بیان نماید.
- ۱۰-۷- نیازهای تغذیه ای شیرخواران براساس Dietary Reference Intakes (DRIs) را توضیح دهد

هدف کلی جلسه هشتم: آشنایی با مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان

#### اهداف ویژه جلسه هشتم:

#### در پایان دانشجو قادر باشد

- ۱-۸- عملکرد مبتنی بر شواهد را توضیح دهد.
- ۲-۸- مزایای مراقبت های مبتنی بر شواهد را توضیح دهد.
- ۳-۸- نقش ماما در کاهش هزینه ها و دسترسی به خدمات را توضیح دهد.
- ۴-۸- نقش ماما در ارائه خدمات کیفی و رضایتمندی مادران را توضیح دهد.
- ۵-۸- نقش ماما در اداره لیبر و زایمان را توضیح دهد
- ۶-۸- نقش مشاوره مامایی در کیفیت خدمات حین و پس از زایمان را توضیح دهد.
- ۷-۸- با استفاده از مقالات، در بحث کلاسی روند مراقبت های مامایی در ایران و دنیا شرکت فعال نماید.
- ۸-۸- پس از نمایش فیلم اداره زایمان فیزیولوژیک توسط ماما، در بحث کلاسی نقد فیلم شرکت فعال نماید.

#### منابع:

- کانینگهام و همکاران. بارداری و زایمان ویلیامز. تهران، انتشارات گلبن. ۱۳۹۳
- راهنمای آموزش کلاس آمادگی برای زایمان، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی، اداره سلامت مادران
- یربی مارگارت. ترجمه: داود آبدی فراهانی. سیدزاده اقدام. رویکردی نوین به درد زایمان چاپ اول. اراک. انتشارات دانشگاه

علوم پزشکی اراک، آخرین چاپ.

روش تدریس: بحث گروهی - سخنرانی - پرسش و پاسخ

وسایل آموزشی: ویدیو پروژکتور - وایت برد

سنجش و ارزشیابی

ساعت	تاریخ	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	روش	آزمون
در ساعت کلاس	تمامی جلسات طبق برنامه ریزی آموزشی	۵٪	-	حضور فعال در کلاس
در ساعت کلاس	از جلسه دوم به بعد	۲۰٪	-	ارائه کنفرانس
در سالن امتحانات	پایان ترم	۷۵٪	چند گزینه ای	آزمون پایان ترم

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

حضور منظم و بموقع در کلاس

شرکت در بحث های گروهی و پاسخ به سوالات مطرح شده در کلاس

خاموش نمودن تلفن همراه در کلاس درس

نام و امضای مسئول EDO دانشکده:  
تاریخ ارسال:

نام و امضای مدیر گروه:  
تاریخ ارسال:

نام و امضای مدرس:  
تاریخ تحویل:

جدول زمانبندی درس مشاوره و آموزش در بارداری، زایمان طبیعی و پس از زایمان  
روز و ساعت جلسه : شنبه ساعت ۱۰-۸ (۸ هفته دوم)،

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
۱	۹۶/۱/۳۰	آشنایی با تغییرات و سازگاریهای بدن در دوران بارداری	دکتر حیدرپور
۲	۹۶/۲/۲	آشنایی با رشد و نمو جنین و مراقبت های دوران بارداری	دکتر حیدرپور+دانشجویان
۳	۹۶/۲/۹	آشنایی با اصول بیمارستانهای دوستدار مادر و اهداف کلاسها و خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان	دکتر حیدرپور+دانشجویان
۴	۹۶/۲/۱۶	آشنایی با برنامه ریزی برای زایمان و نورواندوکرینولوژی در بارداری و درک درد و نظریه های آن	دکتر حیدرپور+دانشجویان
۵	۹۶/۲/۲۳	آشنایی با شیردهی، مزایا، روش(مهارت مشاهده، آموزش شیردهی، position, attachment , lactching	دکتر حیدرپور+دانشجویان
۶	۹۶/۳/۶	آشنایی با-مشکلات شایع شیردهی(ماستیت، شقاق نیپل، ابرسه و.....)	دکتر حیدرپور+دانشجویان
۷	۹۶/۳/۱۳	آشنایی با تغذیه تکمیلی پس از ۶ماه برای شیرخوار	دکتر حیدرپور+دانشجویان
۸	۹۶/۳/۲۰	آشنایی با مامایی مبتنی بر شواهد و مشاوره حین و پس از زایمان	دکتر حیدرپور+دانشجویان