**План график проведения школы для будущих мам в КГБУЗ «Красноярская межрайонная больница №2».**

**Женская консультация.**

**«Школа материнства»**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ занятия** | **Тема занятия** | **Место проведения** | **Время занятия** | **Дата проведения занятия** | **Кем проводится**  **( Ф.И.О., должность)** |
| 1 | «Краткие сведения о строение и функционирование половой системы. Питание как фактор для правильного развития беременности. Личная гигиена. Гигиеническая гимнастика. Знакомство с женской консультацией и родильным домом»  Физиологические изменения во время беременности.  **С 5 недель беременности.**    «Юридические аспекты. Вопросы, ответы.»  **Партнерские роды»** -«Психопрофилактическая подготовка супружеских пар к совместным родам.» Обучение способам массажа. Роль партнера в родах.  **После 35 недель.** | Кабинет 453 | 17.00 – 18.00  18:00 – 18:30  18:30 – 20:00 | Каждый понедельник | Акушерка Плаксина Е.С /  Матвеева Е.А.  Юристконсульт  Марач О.А.  Медицинский психолог  Малышева Л.И. |
| 2 | «Календарные сроки наступления родов, предвестники родов. Подготовка к поступлению в роддом. Периоды и их продолжительность. Приемы обезболивания в родах.» **После 30 недель.** | Кабинет 453 | 15.30 – 16.30 | Каждый вторник | Акушерка Плаксина Е.С /  Матвеева Е.А. |
| 3 | «Грудное вскармливание/преимущества, опасности искусственного вскармливания, важность совместного пребывания матери и ребенка, расположение и прикладывание ребенка к груди» **После 30 недель**. | Кабинет 453 | 15.30 – 16.30 | Каждую среду | Акушерка Плаксина Е.С /  Матвеева Е.А. |
| 4 | «Особенности течения послеродового периода: гигиена послеродового периода Контрацепция после родов.»  «Информация о мерах социальной поддержке по беременности и родам, семьям с детьми»  Тренинг по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.  **После 30 недель.** | Кабинет 453 | 15.30 – 16.30  16:30 – 17:00 | Каждый четверг | Акушерка Плаксина Е.С /  Матвеева Е.А.  Специалист по социальной работе  Рачева Н.А. |
| 5 | **«Роды без страха»** - психопрофилактическая подготовка к родам. Обучение способам дыхания для благополучного течения родов, приемы релаксации, значимость естественных родов, влияние эмоций на роды.  «Психологический аспект грудного вскармливания. Природа материнства»  «Информация о мерах социальной поддержке по беременности и родам, семьям с детьми»  **После 30 недель.** | Кабинет 453 | 15.00 – 16.00 | Каждую пятницу | Медицинский психолог  Малышева Л.И. |