

МИНИМАЛЬНЫЙ КУРС ТЕОРЕТИЧЕСКИХ И ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ ПО ПОДГОТОВКЕ К РОДАМ В ШКОЛЕ ДЛЯ БЕРЕМЕННЫХ

Первая неделя занятий (2-ой вторник и четверг каждого месяца)

Теория 1: 1. Физиологическое (нормальное) течение беременности и родов с постановкой правильного дыхания в родах. 2. Оценка состояния новорожденного по шкале Апгар. 3. Ранний послеродовый период.

Практика 1: Гимнастика для беременных и отработка навыка правильного дыхания в родах.

Вторая неделя занятий (3-ий вторник и четверг каждого месяца)

Теория 2: 1. Грудное вскармливание. 2. Поздний послеродовый период. 3. Эпидуральная анестезия и показания к ее проведению. 4. Что может пойти не так в родах, какое лечение может это потребовать. 5. КТГ плода и что это такое. 6. Правильное питание при беременности и в послеродовом периоде.

Практика 2: Обезболивающий массаж в родах и дыхательная гимнастика (продолжение отработки навыка правильного дыхания в родах).



Пример расписания ежемесячных занятий на календаре 18 года

Обозначения на календаре:

- **красные дни** - теория 1 и 2
- **зеленые дни** - практика 1 и 2

СЕНТЯБРЬ							ОКТАБРЬ						
пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс	пн	вт	ср	чт	пт	сб	вс
					1	2	1	2	3	4	5	6	7
3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14
10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21
17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28
24	25	26	27	28	29	30	29	30	31				

Время занятий

Теория по вторникам в конференц-зале на 1-ом этаже роддома с 16:00 до 18:30.

Практика по четвергам на веранде 4-го этажа с 15:00 до 16:30.

Стоимость пакета занятий

Стоимость 1-го пакета занятий (теория 1 + теория 2) – 3.000 руб.

Стоимость 2-го пакета занятий (теория 1 + практика 1 или 2 + теория 2) – 4.500 руб.

Стоимость 3-го пакета занятий (теория 1 + практика 1 + теория 2 + практика 2) – 6.000 руб.

Обоснование прохождения курса беременными по подготовке к родам

1. Овладение теоретическими знаниями, подкрепленными практическим умением и отработкой навыков поведения в родах, что значительно облегчает процесс прохождения родов.
2. Практические занятия предусматривают индивидуальный подход, применение лечебных методик дыхательной гимнастики, массажа, активной кинезиотерапии, выполнение упражнений на фитболе.

Занятия по подготовке к родам ведет сотрудник 13 роддома - врач со специализацией по акушерству и гинекологии, физиотерапии и лечебной гимнастике Цой Карина Лолиевна. С более подробной информацией Вы можете ознакомиться в группе вк: www.vk.com/roddom13 (Родильный дом №13).

Справки и запись по телефону: 271-01-90 (пн.-пт. с 9.00 до 17.00)

Запись на цикл занятий возможна не позднее чем накануне первого занятия, желательна за несколько дней.

- Обучение проходит на базе 13 родильного дома по адресу: ул. Костромская, дом 4 -