فرم برنامه درسی (Course Plan)

دانشکده پرستاری و مامایی دانشگاه علوم پزشکی قزوین

نام درس: مشاوره و آموزش در بارداری و زایمان طبیعی و پس از زایمان	**تعداد واحد: ۳**
مقطع : کارشناسی ارشد مشاوره در مامایی	**مدت زمان ارائه درس: ۲**
پیش نیاز: بهداشت ۲ و ۳	
مسئول برنامه: فروزان الفتی	

عناوین کلی این درس شامل موارد زیر می باشد:

الف: (۳۴ ساعت نظری)

- تغییرات و سازگارهای بدن در دوران بارداری
- رشد و نمو جنین
- مراقبت های دوران بارداری
- اصول بیمارستانهای دوستدار مادر
- اهداف کلاس های آمادگی برای زایمان
- خصوصیات کلاس های آمادگی برای زایمان
- برنامه ریزی برای زایمان
- نوروآندوکرینولوژی در بارداری و درک درد و نظریه های آن
- اصول آموزش به بزرگسالان و سبک های یادگیری
- اختلالات وضعیتی و اصلاح وضعیت در بارداری
- وضعیت های مختلف لیبر و زایمان و اختلالات آن
- روشهای دارویی و غیر دارویی کاهش درد زایمان
- تمرینات عصبی و عضلانی، تمرینهای کششی و تقویتی
- طب فشاری و ماساژ
- تن آرامی و تکنیک های تنفسی

- نقش همراه
- آمادگی برای پدر شدن
- مراقبتهای پس از زایمان (مادر و نوزاد)
  - معاینات پس از زایمان
  - تغذیه و بهداشت مادر پس از زایمان
  - شیردهی: مزایا، روش (مهارت مشاهده،آموزش شیر دهی –positions, attachment ,latching) مشکلات شایع شیردهی (ماستیت، شقاق نیپل، آبسه و ...)
  - تغذیه تکمیلی پس از ٦ ماه برای شیرخوار
- مامایی مبتنی بر شواهد ومشاوره حین و پس از زایمان

ب : (۵۱ ساعت کارآموزی)

برگزاری کلاسهای آمادگی برای زایمان و بعد از زایمان طبق پروتکل وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

آموزش تمرینات کششی، تقویتی، تکنیک های تنفسی در طی بارداری و بعد از زایمان

مشاوره با زوجین در مورد انتخاب نوع زایمان

کلاسهای مراقبت نوزاد

بهداشت دوران بارداری و پس از آن (بهداشت فردی و روانی)

معاینات پس از زایمان

تغذیه و بهداشت مادر پس از زایمان

شیردهی، مزایا، روش (مهارت مشاهده،آموزش شیر دهی –positions ,attachment ,latching)

مشکلات شایع شیردهی (ماستیت، شقاق نیپل، آبسه و ...)

تغذیه تکمیلی پس از ٦ ماه برای شیرخوار

هدف کلی

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

❖ **اهداف اختصاصی**

دانشجو باید بتواند:

– با استاد و هم کلاسیها ارتباط مطلوب بر قرار نماید .

– در فرآیند یاد دهی و یاد گیری شرکت نماید .

– سه مورد از تغییرات و سازگاری بدن با بارداری را در هر کدام از سیستم های بدن را بیان کند.

–مکانیسم زایمان را با ۲۰٪ خطا بیان کند.

– مراقبتهای روتین بارداری را با ۲۰٪ خطا بیان کند.

– سه اصل از اصول بیمارستان دوستدار مادر را با ۲۰٪ خطا بیان کند.

– سه مورد از تفاوتهای یادگیری در بزرگسالان با کودکان را بیان کند

– یک سبک یادگیری را انتخاب کرده و با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– تئوری کنترل دریچه ای درد را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– در حالت طبیعی فعالیت نورون های کوچ و بزرک را با ۲۰٪ خطا بیان کند.

– نقطه هوگو را با ۲۰٪ خطا بیان کند.

– جریان انرژی حیاتی را ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– دو دلیل برای لزوم وجود مامای همراه بنویسد.

– ماساژ افلوراژ را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– ماساژ گردن را با ۱۰٪ خطا انجام دهد.

– سرما درمانی را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– جایگاه مامایی مبتنی بر شواهد در مامایی ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– ۵ مورد از مزایای ماساژ در بارداری بر شمارد.

– روش ایفای نقش را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

– یک موضوع مامایی راجهت مشاوره انتخاب کرده و با روش ایفای نقش در کلاس انجام دهد.

– نقش مامای جامعه نگر در بررسی حمایت اجتماعی مادر باردار را با ۲۰٪ خطا بیان کند.

– نقش مامای مشاور در آموزش مادران باردارجهت اصلاح الگوی فرزند آوری سالم را با ۲۰٪ خطا توضیح دهد.

روش آموزش

- سخنرانی و پرسش و پاسخ و آموزش معکوس (Role playing)

شرایط اجراء

❖ **امکانات آموزشی بخش**

- اسلاید پروژکتور ، ویدوئو پروژکتور

❖ **آموزش دهنده**

- فروزان الفتی

منابع اصلی درسی

۱. راهنمای آموزش کلاس آمادگی برای زایمان، وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی، اداره سلامت مادران

۲. یربی مارگارت. ترجمه: داودآبادی فراهانی. سید زاده اقدام. م. رویکردی نوین به درد زایمان چا اول. اراک: انتشارات دانشگاه علوم پزشکی اراک؛ آخرین چاپ

۳. عموشاهی علی. زایمان طبیعی بدون درد. آخرین چاپ

4. Gary Cunningham. Williams Obstetrics.Newyork: Mc GrowHill; Last edition
5. Holey E, Cook E Complementany and alternative therapies.. Spring house. Las edition
6. Loeser J D, Bonica John J.. Bonica's management of pain Lippincott Williams & Wilkins Last edition
7. Simkin P, Ancheta R.The labor progress handbook. Black well Science.Last edition.

ارزشیابی

❖ نحوه ارزشیابی

۲) حضور فعال در کلاس
۳) چگونگی انجام تکالیف محوله و انجام یک موضوع مامایی بصورت ایفای نقش
۴) شرکت در امتحان پایان ترم

❖ نحوه محاسبه نمره کل

- ۱/۲ نمره انجام وظایف محوله
- ۱/۲نمره پایان ترم
- ۰/۵ نمره حضور منظم در کلاس

❖ مقررات

- حداقل نمره قبولی: ۱۴
- تعداد دفعات مجاز غیبت در کلاس: ۲

جدول زمانبندی روش تدریس و برنامه ریزی آموزشی

جلسه و تاریخ	رئوس مطالب	روش تدریس			امکانات مورد نیاز	تکالیف/ آزمون ها	منابع	مدرس
		آفلاین	آنلاین	حضوری				
۱ ۷/۱۵ ساعت ۱۴- ۱۶	معرفی درس تعیین رفتار ورودی پیش آزمون ارائه طرح درس به دانشجویان اصول فرزند آوری سالم – حمایت اجتماعی برای فرزند آوری سالم	✓			اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی	بارداری و زایمان ویلیامز	دکتر الفتی (تمام جلسات)
۲	مروری بر سازگاری سیستم های بدن با بارداری – مروری بر کلیات بارداری زایمان			✓	اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی	بارداری و زایمان ویلیامز	دکتر الفتی
۳	مراقبتهای دوران بارداری- اصول بیمارستان دوستدار مادر	✓			اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی	پرتکل بیمارستان دوستدار مادر	
۴	اصول آموزش به بزرگسالان و سبکهای یادگیری			✓	اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی	راهنمای کلاسهای آمادگی برای زایمان	
۵	روشهای دارویی و غیر دارویی کاهش درد زایمان	✓			اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی		
۶	طب فشاری و ماساژ درمانی			✓	اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی		
۷	نقش همرا در زایمان- مشاوره شیردهی- مامایی مبتنی بر شواهد در مشاوره مامایی	✓			اسلاید و ویدئو پروژکتور و وایت بورد	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی		
۸	مشاوره به روش ایفای نقش			✓	اسلاید و ویدئو پروژکتور و	جواب به سوالات در هر جلسه و شرکت در بحث گروهی		

						وایت بورد			
ارزشیابی پایان ترم								

جدول زمانبندی روزانه کارآموزی

جلسه و تاریخ	نام بخش	اهداف	برنامه روزانه	مدرس	تکالیف/ کنفرانس	نحوه ارزیابی
بیمارستان کوثر						
۱	بخش بعد از زایمان و لیبر- اتاق آموزش به پدران	انجام مشاوره بعد از زایمان- شیردهی آموزش به پدران بعد از زایمان مادر	۲ ساعت بعد از زایمان جهت آموزش و مشاوره بعد از زایمان- ۲ ساعت آموزش به پدران- ۱ ساعت آموزش هنگام زایمان	الفتی	مورنینگ	لاگ بوک و حضور فعال
۲	بخش بعد از زایمان و لیبر- اتاق آموزش به پدران	انجام مشاوره بعد از زایمان- شیردهی آموزش به پدران بعد از زایمان مادر	۲ ساعت بعد از زایمان جهت آموزش و مشاوره بعد از زایمان- ۲ ساعت آموزش به پدران- ۱ ساعت آموزش هنگام زایمان	الفتی	انجام ایفای نقش	لاگ بوک و حضور فعال
۳	بخش بعد از زایمانو لیبر- اتاق آموزش به پدران	انجام مشاوره بعد از زایمان- شیردهی آموزش به پدران بعد از زایمان مادر	۲ ساعت بعد از زایمان جهت آموزش و مشاوره بعد از زایمان- ۲ ساعت آموزش به پدران- ۱ ساعت آموزش هنگام زایمان	الفتی	کنفرانس	لاگ بوک و حضور فعال
۴	بخش بعد از زایمانو لیبر- اتاق آموزش به پدران	انجام مشاوره بعد از زایمان- شیردهی آموزش به پدران بعد از زایمان مادر	۲ ساعت بعد از زایمان جهت آموزش و مشاوره بعد از زایمان- ۲ ساعت آموزش به پدران- ۱ ساعت آموزش هنگام زایمان	الفتی	مورنینگ	لاگ بوک و حضور فعال