

На базе БУ «Белоярская районная больница» организована школа будущих матерей. Занятия проводятся каждую вторую субботу месяца в 11:00 часов в актовом зале.

Темы занятий в школе будущих мам:

1. Подготовка к родам "без страха". Механизм родов.
2. Контрацепция после родов.
3. Роль гимнастики в период беременности и восстановление после родов.
4. Питание беременных и кормящих матерей.
5. Психологическая подготовка к родам. Поведение в родах. Естественные методы обезболивания в родах (дыхание, релаксация, массаж и т.д.)
6. Социально-правовая поддержка беременных и матерей.
7. Грудное вскармливание. Значение раннего прикладывания ребенка к груди. Роль грудного вскармливания до года. Введение прикорма.
8. Партнерские роды. Подготовка к партнерским родам.
9. Анатомо-физиологические особенности новорожденного. Значение совместного пребывания матери и ребёнка в родильном доме.
10. Уход за новорожденным после выписки из роддома.













