

Harmonogram spotkań w ramach Szkoły Rodzenia on-line w NZOZ Twój Lekarz

Lp.	Data	Temat	Prowadzący
1	09.04.2024	CIĄŻA – CO WARTO WIEDZIEĆ? <ul style="list-style-type: none">• Informacje organizacyjne oraz zasady korzystania ze spotkań edukacyjnych. Harmonogram spotkań edukacyjnych.• Przebieg ciąży i rozwoju płodu.• Sposoby radzenia sobie z najczęstszymi dolegliwościami okresu ciąży.• Styl życia w okresie ciąży, zalecenia żywieniowe w ciąży, używki oraz ich wpływ na przebieg ciąży i rozwój dziecka, aktywność zawodowa w ciąży.• Prawa kobiety w ciąży.	Izabela Ksyta-Moćko, położna rodzinna
2	16.04.2024	PIERSIĄ, BUTELKĄ CZY INACZEJ-KARMIENIE NOWORODKA I NIEMOWLĘCIA <ul style="list-style-type: none">• Różne sposoby karmienia noworodków• Fizjologia laktacji oraz budowa piersi• Zasady prawidłowego karmienia piersią, pozycje do karmienia, wskaźniki skutecznego karmienia• Rodzaje mlek modyfikowanych, technika karmienia mlekiem modyfikowanym, zasady karmienia sztucznego• Wady i zalety poszczególnych sposobów karmienia	Karolina Korchut, położna rodzinna, CDL
3	23.04.2024	GDY KARMIENIE PIERSIĄ PRZYSPARZA KŁOPOTU <ul style="list-style-type: none">• Najczęstsze problemy okresu laktacji-nawał, zastój, zapalenie, rzekomy brak pokarmu• Co może zaburzyć laktację i jak temu zapobiec?• Zasady odciągania i przechowywania pokarmu kobiecego• Gdzie szukać pomocy gdy wszystkie sposoby zawodzą?	Karolina Korchut, położna rodzinna, CDL

4	30.04.2024	PORÓD FIZJOLOGICZNY, PORÓD RODZINNY	Izabela Ksyta-Moćko, położna rodzinna
		<ul style="list-style-type: none"> • Kiedy zgłosić się do szpitala, objawy niepokojące, zwiastuny porodu • Co ze sobą zabrać (dokumenty, badania i niezbędne rzeczy). Prawa pacjenta w zakładach opieki zdrowotnej • Przyjęcie do szpitala – badania • Indywidualny plan porodu • Organizacja i funkcjonowanie sali porodowej, oddziału położniczego • Fizjologia porodu – jego przebieg i standardy opieki okołoporodowej • Poród – emocje • Kontakt matki z dzieckiem „skóra do skóry”. Opieka medyczna podczas porodu • Wspólna decyzja dotycząca udziału osoby towarzyszącej w porodzie, jej rola i zadania 	
5	07.05.2024	<ul style="list-style-type: none"> • PORÓD AKTYWNY, PORÓD OPERACYJNY • Przygotowanie ciężarnej do świadomego i aktywnego uczestniczenia w porodzie • Poród aktywny, – co to jest? • Korzyści dla matki i dziecka wynikające z aktywnego rodzenia. Pozycje i techniki oddechowe stosowane w poszczególnych okresach porodu. • Czy poród musi boleć? Znieczulenie podczas porodu. Środki łagodzące ból porodowy. • Czy zawsze konieczne jest nacięcie krocza? • Cięcie cesarskie – operacja czy „mały zabieg”? Wady i zalety porodu operacyjnego 	Izabela Ksyta-Moćko, położna rodzinna
6	14.05.2024	<ul style="list-style-type: none"> • NOWORODEK W SZPITALU- CO POWINNIŚCIE WIEDZIEĆ? • Fizjologia okresu noworodkowego- odruchy noworodkowe, fizjologiczny spadek masy ciała, stolce przejściowe, żółtaczka fizjologiczna • Stany adaptacyjne noworodka 	Aleksandra Bernat-położna rodzinna, CDL

		<ul style="list-style-type: none"> • Opieka nad noworodkiem w szpitalu- pierwsze badanie, szczepienia, badania profilaktyczne • Formalności związane z urodzeniem dziecka • Jak wrócić do domu? 	
7	21.05.2024	<p>NOWORODEK W DOMU- CO WAS CZEKA?Przygotowanie domu na przybycie nowego lokatora, lista rzeczy, które mogą się przydać</p> <p>Pielęgnacja noworodka, układanie dziecka do snu, technika kąpeli noworodka, przewijania i noszenia- teoria</p> <p>Pierwszy spacer</p> <p>Podstawy pierwszej pomocy u noworodka i niemowlęcia</p>	Aleksandra Bernat- położna rodzinna, CDL
8	28.05.2024	<p>KOBIETA PO PORODZIE – CZYM JEST POŁÓG?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Przebieg połogu • Jak dbać o siebie w okresie połogu – higiena, lista rzeczy mogących się przydać • Emocje w okresie poporodowym • Powrót płodności po porodzie, powrót do współżycia- o czym warto pamiętać • Opieka nad kobietą w połogu – rola i zadania położnej rodzinnej- po co są, z ilu można skorzystać w ramach NFZ, jak wygląda taka wizyta <p>SZCZEPIENIA DZIECKA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pierwsza wizyta z dzieckiem u lekarza- o czym warto pamiętać? • Pierwsze szczepienia w przychodni- czym jest kalendarz szczepień, jak działają szczepienia, jak przebiega szczepienie, co może nas zaniepokoić po szczepieniu- czym jest NOP 	Karolina Korchut, położna rodzinna, CDL