



GEBE OKULU



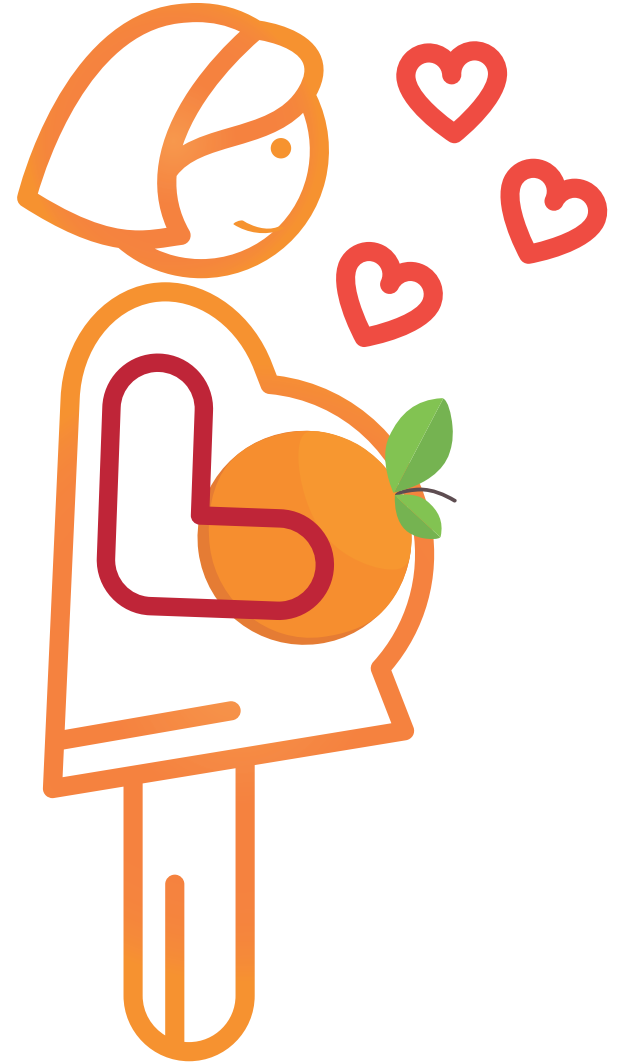
İLETİŞİM NUMARASI :
0 322 455 25 90

Belediye Evleri Mahallesi Turgut Özal Bulvarı
No: 234 01360 Çukurova / ADANA

444 00 64 | 0322 455 25 50

www.medlineadana.com.tr

[f](#) [t](#) [i](#) [v](#) / medlineadana



GEBE OKULU



Gebe Bilgilendirme Sınıfı Nedir?

- Anne ve baba adaylarına gebelik süresinde verilen , gebelik, doğum, doğum sonu dönem ,emzirme ve bebek bakımı konularını kapsayan teorik, gebelik doğum ve lohusalık süreci kapsayan uygulamalı egzersizlerin olduğu eğitim sürecidir.

Gebelik Bilgilendirmede Amaç

- Gebelikte oluşan fiziksel, ruhsal ve sosyal durumlar ile başetmeyi öğretmek,
- Kaygıları azaltmak, destekleyici ortam sağlamak,
- Bebek ve doğum eylemine fiziksel ve ruhsal olarak hazırlamak,
- Güvenli ve keyifli bir doğum,
- Ağrı ile başetme,
- Yeni rollerine hazırlayarak özgüven sağlama.

HEDEFİMİZ

- Emzirme konusunda becerisini arttırarak, danışmanlık desteği vermek,
- Gebeyi hastane ortamı hakkında bilgilendirmek ve doğum için hazırlanmasını sağlamak,
- Doğum öncesi ve sonrası yaşanan kaygılarla baş etmek ve çiftlerin psikolojisini hazırlamak.

Doğuma hazırlık eğitimi alan gebelerin, doğum süresince verilen kesintisiz profesyonel destek ile:

- Doğumun süresinin kısaldığı,
- Sezaryen oranlarının düştüğü,
- Ağrı kesici ve diğer ilaçlara ihtiyacın azaldığı görülmüştür.
- Pozitif doğum hatıraları kazanacağınıza inanıyoruz.

GEBE (DOĞUMA HAZIRLIK) EĞİTİM PROGRAMI

1.GRUP EĞİTİM KONULARI (12-24 HAFTA)

1. HAFTA

1. Tanışma
2. Üreme Organları ve Gebeliğin Oluşumu
3. Gebelikte meydana gelen fizyolojik değişiklikler
4. Gebelikte Annede Meydana Gelen Psikolojik Değişiklikler
5. Gebelikte Egzersiz Konu anlatımı ve Uygulamalar

2.Hafta

1. Gebelikte Günlük Yaşam (Banyo,Hijyen,Cinsellik vs.)
2. Anne bebek iletişimi
3. Gebelikte Beslenme
4. Gebelikte Egzersiz Konu anlatımı ve Uygulamalar

3. HAFTA

1. Gebelik İzlemleri ve Bağışıklama
2. Gebelikte Sık Karşılaşılan Sorunlar
3. Gebelikte Tehlike Belirtileri ve riskli durumlar
4. Gebelikte Egzersiz Konu anlatımı ve Uygulamalar ve alternatif tıp

2.GRUP EĞİTİM KONULARI (25-38 HAFTA)

4. HAFTA

1. Doğum felsefeleri
2. Doğum Süreci
3. Doğum yeri ve planı
4. Gebelikte Egzersiz Konu anlatımı ve Uygulamalar

5.HAFTA

1. Doğumda Ağrı İle Baş Etme Yolları
2. Müdahaleli doğumlar
3. Yenidoğan Bakımı
4. Anne Sütü Ve Emzirme

6. HAFTA

1. Doğum Sonu Dönemde Gebelikten Korunma
2. Doğum Sonu Dönemde Psikolojik Sorunlar
3. Doğum Sonu Dönemde Beslenme
4. Gebelikte Egzersiz Konu anlatımı ve Uygulamalar ve alternatif tıp

