

# Předporodní kurzy

## Psychoprofylaktická příprava těhotných Péče o matku a dítě po porodu

termíny v roce 2012					
1. lekce	10. 01.	06. 03.	15. 05.	04. 09.	30. 10.
2. lekce	17. 01.	13. 03.	22. 05.	11. 09.	06. 11.
3. lekce	24. 01.	20. 03.	29. 05.	18. 09.	13. 11.
4. lekce	31. 01.	27. 03.	05. 06.	25. 09.	20. 11.
5. lekce	07. 02.	03. 04.	12. 06.	02. 10.	27. 11.
6. lekce	14. 02.	10. 04.	19. 06.	09. 10.	04. 12.
7. lekce	21. 02.	17. 04.	26. 06.	16. 10.	11. 12.
8. lekce	28. 02.	24. 04.	03. 07.	23. 10.	18. 12.

1. Cíl psychoprofylaktické přípravy těhotných, termín porodu, tělesné a psychické změny v těhotenství, výživa, oblékání, životospráva v těhotenství
2. Příprava na kojení, péče o prsa, výhody mateřského mléka oproti umělé výživě, výhody plně kojeneckých dětí
3. Předporodní období, vnímání bolesti, kdy do porodnice, příjem v porodnici, první doba porodní (návlek dýchání, masáže a akupresury)
4. Druhá doba porodní včetně návleku polohy a zadržení dechu, operativní porod, třetí doba porodní, doba poporodní, úloha otce u porodu
5. Šestinedělí z hlediska matky, tělesné a psychické změny v šestinedělí, kojení, šestinedělí po císařském řezu, hygiena a životospráva v šestinedělí, sexuální život po porodu
6. Šestinedělí z hlediska dítěte, vývoj vazby matka a dítě- rooming-in, hygiena dítěte
7. Manipulace s novorozencem, Baby masáže
8. Přednáška lékaře anesteziologa – epidurální analgezie, prohlídka porodního sálu (pokud to dovolí provoz na porodním sále)

**Místo konání:** Přednášky – úterý od 14:00 hod.

Cvičení (sudý týden), plavání (lichý týden) – úterý od 15:30 – 16:30 hod

➤ přednášky, cvičení - hlavní budova, 6. patro ➤ plavání - bazén oddělení rehabilitace

**Cena:** ➤ celý kurz 1500 Kč  
➤ jednotlivá lekce 120 Kč

➤ pouze přednášky 750 Kč  
➤ pouze plavání, cvičení 750 Kč