



ZDRAVSTVENI DOM TREBNJE

DRUŠTVO ZA ZDRAVJE IN SOŽITJE

V DRUŽINAH TREBNJE

## **PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO**

V ZD Trebnje organiziramo

## **PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO**

ki je sestavljena iz

- Predavanja za zgodno nosečnost
- Priprave na porod in nego dojenčka

## **PREDAVANJE ZA ZGODNJO NOSEČNOST**

Nanj so povabljene nosečnice po dopoljenem 14. tednu nosečnosti. Na predavanju jih seznanimo:

- s potekom nosečnosti,
- z zdravim življenjskim slogom v nosečnosti,
- s težavami in boleznimi v nosečnosti.
- Organiziramo tudi telesno vadbo za nosečnice.

## **PRIPRAVA NA POROD**

V zadnjem tromesečju nosečnosti so nosečnice povabljene na nadaljevanje priprave na porod in starševstvo, kjer dobijo informacije o:

- pripravi na porod,
- poteku poroda in vlogi spremljevalca pri porodu,
- poporodnem obdobju,
- kontracepciji po porodu,
- negi dojenčka,
- dojenju in drugih načinih prehrane dojenčka,
- skrbi za zdravje zob.
- Ponovno organiziramo tudi telesno vadbo za nosečnice.

Izvajalci priprave na porod in starševstvo so zdravstveni delavci – diplomirane medicinske sestre s področja ginekologije in porodništva, pediatrije in patronažne dejavnosti, zobna asistentka in diplomirana fizioterapevtka. Vključeni pa so tudi zunanji sodelavci (diplomirana socialna delavka, diplomirana psihologinja in družina), ki predavajo o:

- komunikaciji med partnerjema,
- zdravih medčloveških odnosih,
- psihičnem razvoju otroka,
- doživljanju starševstva,
- pravicah staršev v zvezi z rojstvom otroka.

Priprava na porod in starševstvo poteka v sejni sobi ZD Trebnje. Obvestila o začetku predavanj lahko dobite v dispanzerju za ženske, na glasni deski in na spletni strani ZD Trebnje.

Nosečnice, ki obiskujejo dispanzer za ženske v ZD Trebnje, bodo na pripravo na porod in starševstvo tudi pisno povabljene.

**BODOČE MAMICE IN  
BODOČI OČETJE, LEPO  
VABLJENI !**