

Izvajalke Priprave na porod in starševstvo so diplomirane medicinske sestre s področja ginekologije in porodništva, pediatrije, patronažne dejavnosti in zdravstvene vzgoje, mag. dietetik, diplomirana fizioterapevtka in mag. psihologije.

Priprava na porod in starševstvo poteka kombinirano - v predavalnici ZD Trebnje ali preko aplikacije ZOOM. Obvestila o začetku in lokaciji predavanj lahko dobite v dispanzerju za ženske, na oglasni deski in na spletni strani ZD Trebnje.



ZDRAVSTVENI DOM TREBNJE

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

**PRIPRAVA NA
POROD IN
STARŠEVSTVO**

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

V ZD Trebnje organiziramo

PRIPRAVA NA POROD IN STARŠEVSTVO

ki je sestavljena iz

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

PREDAVANJE ZA ZGODNJO NOSEČNOST

Nanj so povabljene nosečnice po dopolnjenem 14. tednu nosečnosti.

Na predavanju jih seznanimo:

- s potekom nosečnosti,
- z zdravim življenjskim slogom v nosečnosti,
- s težavami in boleznimi v nosečnosti,
- z zdravstveno obravnavo v nosečnosti

V sklopu predavanja za zgodnjo nosečnost je tudi predavanje dietetičarke o prehrani v nosečnosti.

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
- psihičnem razvoju otroka
- organiziramo tudi telesno vadbo za nosečnice.