



دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی

دانشکده پرستاری و مامایی

دفتر توسعه آموزش

اطلاعات مربوط به درس

گروه آموزشی ارائه دهنده: مامایی و بهداشت باروری

نام درس: آمادگی برای زایمان و زایمان فیزیولوژیک

نوع و تعداد واحد: ۲ واحد (۱,۵) واحد نظری - ۰,۵ واحد عملی

نام مسئول درس: دکتر صدیقه صدیق

مدرسان همکار: دکتر سیده هانیه علم الهدی

پیش نیاز/هم نیاز: بارداری و زایمان (۲و۱) پیش نیاز- بارداری و زایمان (۳) هم نیاز

رشته و مقطع تحصیلی: کارشناسی مامایی

روز و ساعت کلاس: سه شنبه ۱۸-۱۵

اطلاعات اساتید همکار

پست الکترونیک اساتید: alamolhoda.h@gmail.com

زمان و محل ملاقات: گروه مامایی

تلفن تماس: ۸۸۶۵۵۳۶۷

اطلاعات مسئول درس

رتبه علمی: استادیار

رشته تحصیلی: مامایی-بهداشت باروری

محل کار: دانشکده پرستاری-مامایی

تلفن تماس: ۸۸۶۵۵۳۶۷

پست الکترونیک: sedighehsedigh@gmail.com

تاریخ آخرین ویرایش طرح درس: شهریور ۱۴۰۳

شرح درس: این درس به دانشجویان کمک می کند که همراه با مباحث نظری به طور عملی نیز با آموزش های لازم برای دوران بارداری و بعد از آن برای مادر، همسر و خانواده آشنا شود و کاربرد آن ها را عملاً فراگیرد.

هدف کلی:



۱- آشنایی با آموزش های دوران بارداری

۲- آشنایی با تکنیک های غیر دارویی مقابله با درد زایمان

۳- آشنایی با روش های آمادگی برای زایمان

۴- آشنایی با برنامه ریزی برای زایمان

۵- آشنایی با آماده کردن سایر اعضای خانواده

اهداف اختصاصی: (توانمندی های مورد انتظار)

پس از پایان درس انتظار می رود فراگیرنده بتواند:

- اهمیت آموزش در دوران بارداری و برگزاری کلاسهای دوران بارداری را شرح دهد.
- مداخلات ضروری و غیر ضروری در روند زایمان شرح دهد.
- نحوه ارائه آموزش های لازم به مادران و پدران را به اجرا بگذارد.
- کلاس های آمادگی دوران بارداری و زایمان برگزاری کنند.
- نقش هورمونها در روند بارداری و زایمان و تاثیر مداخلات غیر ضروری بر عملکرد هورمونها را شرح دهد.
- مادر، پدر و همراه را برای یک زایمان مطلوب و خوشایند آماده نماید.
- یک زایمان را با حفظ کرامت مادر و همراه مدیریت نماید.
- یک زایمان را بدون مداخلات غیر ضروری پیش ببرد.
- روش های غیر دارویی تسکین درد را برای مادران به اجرا بگذارد.
- در نقش دولا یک لیبر طبیعی را پیش ببرد.
- مادر و پدر را برای دوران بعد از زایمان آماده نماید.
- ورزش های دوران بارداری را انجام دهد.

رویکرد آموزشی:

مجازی

روش های یاددهی-یادگیری مرتبط:

- کلاس آنلاین همزمان کلاس آنلاین غیر هم زمان کلاس وارونه روش های شبیه سازی
- بازی وارسازی فروم های گفت و گو
- سایر (نام ببرید):



حضور

روش‌های یاددهی-یادگیری مرتبط:

- سخنرانی* بحث در گروه کوچک
- حل مسأله* یادگیری مبتنی بر سناریو
- یادگیری عملی* یادگیری مبتنی بر ارائه پروژه
- سایر (نام ببرید):

ترکیبی

لطفا روش بکار گرفته شده از مجموع روش‌های حضوری و مجازی را نام ببرید:

سرفصل و تقویم ارائه درس

شماره جلسه	سرفصل	روش یاددهی-یادگیری	تاریخ جلسه	مدرس
۱	بیومکانیک لگن، تغییر پوسچور در بارداری، مشکلات اسکلتی عضلانی در بارداری، اصلاح وضعیت در بارداری	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۶/۲۷	دکتر صدیقه صدیق
۲	نقش پدر در بارداری و زایمان-حضور همراه حین لیبر	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۷/۴	دکتر صدیقه صدیق
۳	تئوری‌های درد- روش‌های تسکین درد دارویی	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۷/۱۱	دکتر صدیقه صدیق
۴	وضعیت‌های مختلف قرارگیری در مرحله اول و دوم زایمان	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۷/۱۷	دکتر صدیقه صدیق
۵	طب فشاری و ماساژ در بارداری، لیبر و زایمان	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۷/۲۴	دکتر صدیقه صدیق
۶	مراقبت حمایتی، TENS، تزریق آب مقطر	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۸/۱	دکتر صدیقه صدیق
۷	سرما و گرمادرمانی، هیدرتراپی-تکنیک‌های تنفس	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۸/۸	دکتر صدیقه صدیق
۸	توانبخشی بعد از زایمان	سخنرانی، پرسش و پاسخ، حل مسئله، یادگیری عملی	۱۴۰۳/۸/۱۵	دکتر صدیقه صدیق



دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۸/۲۲	سخنرانی، پرسش و پاسخ،	اهمیت برگزاری کلاس های آمادگی دوران بارداری	۹
دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۸/۲۹	سخنرانی، پرسش و پاسخ،	زایمان فیزیولوژیک و مداخلات ضروری و غیر ضروری در روند زایمان	۱۰
دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۹/۶	سخنرانی، پرسش و پاسخ،	نقش هورمونها در روند بارداری و زایمان	۱۱
دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۹/۱۳	سخنرانی، پرسش و پاسخ،	مفاد آموزشی در هر یک از جلسات کلاس های آمادگی برای زایمان	۱۲
دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۹/۲۰	سخنرانی، پرسش و پاسخ،	نحوه آموزش به بزرگسالان و اهمیت آن	۱۴
دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۹/۲۷	سخنرانی، پرسش و پاسخ،	مدیریت ذهن و راههای کاهش استرس در بارداری	۱۵
دکتر علم الهدی	۱۴۰۳/۱۰/۴	یادگیری عملی	ورزش های دوران بارداری و پس از زایمان	۱۶

انتظارات از دانشجو/قوانین دوره:

- دانشجو در تمام جلسات حضور به موقع در کلاس داشته باشد.
- دانشجو در هر جلسه با پیش مطالعه در کلاس حضور یابد.
- دانشجو در هر جلسه با مطالعه درس جلسه گذشته در کلاس حضور یابد.
- بخش های عملی را اجرا نموده و تسلط یابد

روش ارزیابی:

- ارزیابی تکوینی
- ارزیابی تراکمی



ردیف	روش ارزشیابی	سهم روش در نمره نهایی دانشجوی
۱	حضور و مشارکت در بحث کلاسی	۱۰ درصد نمره
۲	امتحان عملی	۴۰ درصد نمره
۳	امتحان پایان ترم	۵۰ درصد نمره

منابع درس: (آخرین ویرایش)

- Cunningham GF, Leveno KJ, Dashe JS, Hoffman BL, Spong CY, Casey BM. Williams Obstetrics. McGraw Hill Education; 2022.
- King TL, Brucker MC, Osborne K, Jevitt CM. Varney's Midwifery. Jones & Bartlett Publishers; 2019.
- Lowdermilk DL, Perry SE, Cashion K, Alden KR, Olshansky EF. Maternity & Women's Health Care. Elsevier; 2020.
- Macdonald S, Johnson G. Mayes' Midwifery E-Book. Elsevier Health Sciences; 2017.
- Slone ME, Rowen JS, Smith MS, Ann NK, Weiler AJ. Maternal-Child Nursing. Elsevier; 2018.
- سیمبر معصومه و همکاران (۱۴۰۲). مجموعه چهار جلدی بارداری و زایمان، انتشارات جامعه نگر