

دانشکده پرستاری و مامائی
قالب نگارش طرح درس ترمی

عنوان درس: بارداری، زایمان ۲-زایمان طبیعی،ایمن و فیزیولوژیک و روشهای کاهش درد زایمان
مخاطبان: دانشجویان ترم چهارم کارشناسی مامائی
تعداد واحد: (یا سهم استاد از واحد): ۲ واحد تئوری (سهم استاد ۱ واحد)
ساعت پاسخگویی به سوالات فراگیر: چهارشنبه ها ۸-۱۰
زمان ارائه درس: نیمسال دوم ۹۶-۹۵، چهارشنبه ها ۱۲-۱۰ (۸ هفته دوم)
مدرس: مژگان خلیلی
درس و پیش نیاز: بارداری زایمان ۱-کارآموزی بارداری طبیعی

هدف کلی درس:

- ۱- آشنایی با زایمان فیزیولوژیک، آمادگی های قبل از زایمان و دوره بعد از زایمان
- ۲- آشنایی با روشهای دارویی و غیردارویی کاهش درد زایمان

جلسه اول:

اهداف کلی:

- ۱- آشنایی با اصول بیمارستانهای دوستدار مادر
- ۲- آشنایی با اهداف کلاسهای آمادگی برای زایمان
- ۳- آشنایی با خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- اصول ده گانه بیمارستانهای دوستدار مادر را برشمارد.
- ۲- هدف از تشکیل کلاسهای آمادگی برای زایمان را توضیح دهد.
- ۳- نحوه برگزاری کلاسهای آمادگی برای زایمان را شرح دهد.
- ۴- جدول زمانبندی کلاسهای آمادگی برای زایمان را رسم نماید.
- ۵- مطالب آموزشی در هر جلسه از کلاس را به تفکیک جلسات ذکر نماید.
- ۶- خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان را لیست کند.
- ۷- مکان کلاسهای آمادگی برای زایمان را ذکر کند.
- ۸- اجزای کلاسهای آمادگی برای زایمان را برشمارد.

جلسه دوم:

هدف کلی:

- ۱- آشنایی با روشهای دارویی و غیردارویی کاهش درد زایمان

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- انواع روشهای دارویی و غیردارویی کاهش درد زایمان را لیست کند.
- ۲- روشهای دارویی کاهش درد زایمان را به تفکیک شرح دهد.
- ۳- روشهای غیردارویی کاهش درد زایمان را به تفکیک بیان نماید.
- ۴- عوارض و فواید هر یک از روشها را جداگانه ثبت نماید.

جلسه سوم:

هدف کلی: آشنایی با اختلالات وضعیتی و اصلاح وضعیت در بارداری

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- آناتومی و عملکرد عضلات شکم و کف لگن را شرح دهد.
- ۲- وضعیهای صحیح نشستن، ایستادن، خوابیدن و ... در بارداری را نشان دهد.
- ۳- انواع کمر درد و راهکارهای برطرف نمودن آنها را به تفکیک توضیح دهد.
- ۴- علل درد سمفیز پوبیس و راهکارهای برطرف نمودن آن را ذکر نماید.
- ۵- علل دیاستاز رکتوس و راهکارهای برطرف نمودن آن را بیان نماید.

جلسه چهارم:

هدف کلی: آشنایی با وضعیتهای مختلف در لیبر طبیعی

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- پوزیشن های مناسب مادر زمانی که جنین در تنگه فوقانی لگن قرار دارد را نشان دهد.
- ۲- پوزیشن های مناسب مادر زمانی که جنین در تنگه میانی لگن قرار دارد را نمایش دهد.
- ۳- پوزیشن های مناسب مادر زمانی که جنین در تنگه تحتانی لگن قرار دارد را اجرا کند.

جلسه پنجم: (امتحان میان ترم)

جلسه ششم:

هدف کلی: آشنایی با پوزیشن های مختلف در اختلالات لیبر و زایمان

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- پوزیشن های مناسب برای مادرانی که جنین آنها در وضعیت OP قرار دارد را برشمارد و نمایش دهد.
- ۲- پوزیشن های مناسب برای مادرانی که انقباضات زایمانی موثر ندارند را ذکر کرده و اجرا نماید.
- ۳- پوزیشن های مناسب برای مادرانی که دچار ادم سرویکس شده اند را ذکر نموده و نشان دهد.
- ۴- پوزیشن های مناسب برای مادرانی که مبتلا به آسنکلیتسم شده اند را شرح داده و نمایش دهد.
- ۵- راهکارهای مناسب برای مقابله با مادری که دچار استرس و اضطراب است را توضیح دهد.

جلسه هفتم: (این جلسه بصورت مجازی برگزار میگردد)

هدف کلی:

۱- آشنایی با تکنیک های تنفسی در بارداری و زایمان

۲- آشنایی با تن آرامی در بارداری و زایمان

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- فواید تکنیک های تنفسی در بارداری و زایمان را شرح دهد.
- ۲- انواع تکنیک های تنفسی را توضیح دهد.
- ۳- تکنیک تنفسی مناسب در هر مرحله از زایمان را به تفکیک بیان کند.
- ۴- فواید و اثرات تن آرامی در بارداری و زایمان را گزارش دهد.
- ۵- انواع تن آرامی را برشمارد.
- ۶- نحوه انجام تن آرامی را ذکر نماید.

جلسه هشتم:

هدف کلی: آشنایی با نقش همراه و آمادگی برای پدر شدن

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- وظایف همراه و اثرات آن را برشمارد.
- ۲- انواع عکس العمل پدرها را در مواجهه با زایمان لیست کند.
- ۳- وظایف پدر را حین زایمان و بعد از زایمان ذکر نماید.

جلسه نهم: (این جلسه بصورت مجازی برگزار میگردد)

هدف کلی:

۱- آشنایی با معاینات پس از زایمان

۲- آشنایی با ورزشهای پس از زایمان

اهداف ویژه: دانشجو در پایان جلسه قادر باشد:

- ۱- معاینات پس از زایمان و زمان مناسب انجام آن را شرح دهد.
- ۲- مراقبت مناسب در هر جلسه را توضیح دهد.
- ۳- ورزشهای مناسب بعد از زایمان به مادر را آموزش دهد.
- ۴- نکات بهداشتی مناسب بعد از زایمان را بنویسد.

منابع:

- جزوات و CD زایمان فیزیولوژیک تهیه شده توسط وزارت بهداشت درمان و آموزش پزشکی

روش تدریس: سخنرانی، پرسش و پاسخ، نمایش اسلاید و فیلم، بحث گروهی

وسایل آموزشی: مولاژ، ویدیو پرژیکتور (پاورپوینت- فیلم)، استفاده از وایت برد

سنجش و ارزشیابی

آزمون	روش	سهم از نمره کل (بر حسب درصد)	تاریخ	ساعت
کوئیز	پرسش شفاهی	۱۰%	هر جلسه	در ابتدای شروع کلاس
آزمون میان ترم	کتابی	۳۰%	۹۵/۱۲/۱۸	-

حضور و غیاب	هر جلسه	۱۰٪	حضور و غیاب	حضور فعال در کلاس
	طبق برنامه امتحانی آموزش دانشکده	۵۰٪	کتبی	آزمون پایان ترم

مقررات کلاس و انتظارات از دانشجو:

- ۱- حضور به موقع در کلاس
- ۲- رعایت نظم کلاس
- ۳- عدم استفاده از گوشی همراه در کلاس
- ۴- شرکت در بحث های گروهی

نام و امضای مدرس:
نام و امضای مدیر گروه:
نام و امضای مسئول EDO دانشکده:

تاریخ تحویل:
تاریخ ارسال:
تاریخ ارسال:

جدول زمانبندی درس مشاوره و آموزش در بارداری، زایمان طبیعی و پس از زایمان

روز و ساعت جلسه: چهارشنبه ۱۲-۱۰ (۸ هفته دوم)

جلسه	تاریخ	موضوع هر جلسه	مدرس
۱	۹۵/۱۱/۲۰	آشنایی با خصوصیات کلاسهای آمادگی برای زایمان - آشنایی با اصول بیمارستانهای دوستدار مادر - آشنایی با اهداف کلاسهای آمادگی برای زایمان	خلیلی
۲	۹۵/۱۱/۲۷	آشنایی با روشهای دارویی و غیردارویی کاهش درد زایمان	خلیلی
۳	۹۵/۱۲/۴	آشنایی با اختلالات وضعیتی و اصلاح وضعیت در بارداری	خلیلی
۴	۹۵/۱۲/۱۱	وضعیتهای مختلف در لیبر طبیعی	خلیلی
۵	۹۵/۱۲/۱۸	امتحان میان ترم	
۶	۹۶/۱/۱۶	پوزیشن های مختلف در اختلالات لیبر و زایمان	خلیلی
۷	۹۶/۱/۲۳	تکنیک های تنفسی در بارداری و زایمان - تن آرامی در بارداری و زایمان	خلیلی-کلاس مجازی
۸	۹۶/۱/۳۰	نقش همراه و آمادگی برای پدر شدن	خلیلی
۹	۹۶/۲/۶	معاینات و ورزشهای پس از زایمان	خلیلی-کلاس مجازی
۱۰		امتحان پایان ترم	