



**T.C. SAĞLIK BAKANLIĞI**  
**Gediz Devlet Hastanesi**  
**GEBE BİLGİLENDİRME SINIFI EĞİTİM PLANI**

Kod:EY.PL.03

Yayın Tarihi: 06.06.2018

Revizyon No:04

Revizyon Tarihi:05.01.2022

S.N:1/1

**GEBE BİLGİLENDİRME SINIFI EĞİTİM PLANI**

	<b>1. OTURUM</b>	<b>2. OTURUM</b>	<b>3. OTURUM</b>
<b>EĞİTİMİN KONUSU</b>	<b>GEBELİK SÜRECİ</b>	<b>DOĞUM SÜRECİ VE DOĞUM AĞRISIYLA BAŞETME</b>	<b>DOĞUM SONU DÖNEM VE YENİDOĞAN BAKIMI</b>
<b>EĞİTİMİN İÇERİĞİ</b>	<b>TANIŞMA EĞİTİMİNİN AMACI</b> - Üreme Organları ve Gebeliğin Oluşumu - Gebelikte Beslenmemiz ve Nutrisyonel Destek - Gebelikte Günlük Yaşam - Gebelikte Oluşan Fizyolojik ve Psikolojik Değişiklikler - Tehlike Belirtileri ve Yapılması Gerekenler - Sık Karşılaşılan Sorunlar ve Çözüm Önerileri - Gebelik İzlemleri	- Doğum Korkusu - Doğum Eylemin Belirtileri - Travay ( Doğum Süreci ) - Normal Doğum ve Evreleri - Müdahaleli Doğum - Sezaryen ve Nedenleri - Doğum Ağrısı ile Başa Çıkma Yöntemleri - Aromaterapi - Hidroterapi - Masaj - Doğum Çantası Hazırlama	- Lohusalık Döneminde Yönetim - Doğum Sonrası Annede Meydana Gelen Fizyolojik ve Psikolojik Değişiklikler - Doğum Sonrası Günlük Yaşam - Yenidoğanın İlk Bakımı - Yenidoğanın Beslenmesi - Yenidoğanda Görülebilecek Özel Durumlar Aşısı ve Travması - Aile Planlaması ( Kadınların ve Emzirmeyen Kadınların kullanabileceği Gebeliği Önleyici Yöntemler )
<b>EGZERSİZ VE NEFES EĞİTİMLERİ</b>	EGZERSİZ (KEĞEL)	EGZERSİZ + NEFES ( KEGEL + GEVŞEME HAREKETLERİ )	EGZERSİZ ( KEGEL )
<b>UYGULAMA</b>	GEBE EĞİTİM SINIFI EĞİTİMCİSİ İLE UYGULAMA	GEBE EĞİTİM SINIFI EĞİTİMCİSİ İLE UYGULAMA	GEBE EĞİTİM SINIFI EĞİTİMCİSİ İLE UYGULAMA
<b>TARİH</b>	HAFTADA İKİ KEZ ( Pazertesi - Salı )	ONBEŞGÜNDE İKİ KEZ ( Çarşamba - Perşembe	HAFTADA BİR GÜN ( Cuma )