

# СРС: Әйелдер консультациясы және отбасын жоспарлау орталықтарында жас ата- аналар мектебінің жұмысына қатысып есеп жазу



ДАЙЫНДАҒАН: ДАУЫЛХАНОВА ЖАЙНА  
ДОСКАЛИЕВА РАУШАН  
САПАРАЛЫ АЙДАНА  
ШАКИРОВ ОЛЖАС  
504 ОМ

ӘК – әйелдерге акушерлік-гинекологиялық көмек көрсететін амбулаторлы-емханалық типті арнайы ұйым

Жеке ұйым ретінде болуы мүмкін

Балалар босану үйі мен перинатальді орталық құрамында болуы мүмкін

Учаскелік және аудандық аурухананың құрамында болуы мүмкін

Мед-санитарлық бөлімше құрамында



# Әйелдер консультациясының міндеттері

Ақпараттық патологияны профилактикасы, босану мен омыраумен емдеуге дайындау

Әйелдерге, жасөспірім мен әйелдерге квалификациялық амбулаториялық көмек



Әйелдерді диспансеризациялау, профилактикалық тексерулер

Ана мен баланы қорғау заңнамасы бойынша әйелдерге социалды қорғанысты қамтамасыз ету



Репродуктивті денсаулық аймағында білімді жетілдіру бойынша ағарту жұмыстарын жүргізу

Аналардың және перинатальді аурушаңдық пен өлімді алдын алу

Жас ата-аналар мектебі – жүкті әйелдер мен жас аналарға балаға күтім жасау және тәрбиелеу бойынша коллективтә түрде үйрететін санитарлы-ағартулық жұмыстардың формасы. Келесі ұйымдардың құрамында болады:



# Жас ата-аналар мектебі ЖҰМЫСЫНЫҢ НЕГІЗГІ МАҚСАТЫ:

Баланың физикалық және моралді даму тәрбиесіне жауапкершілікке үйрету

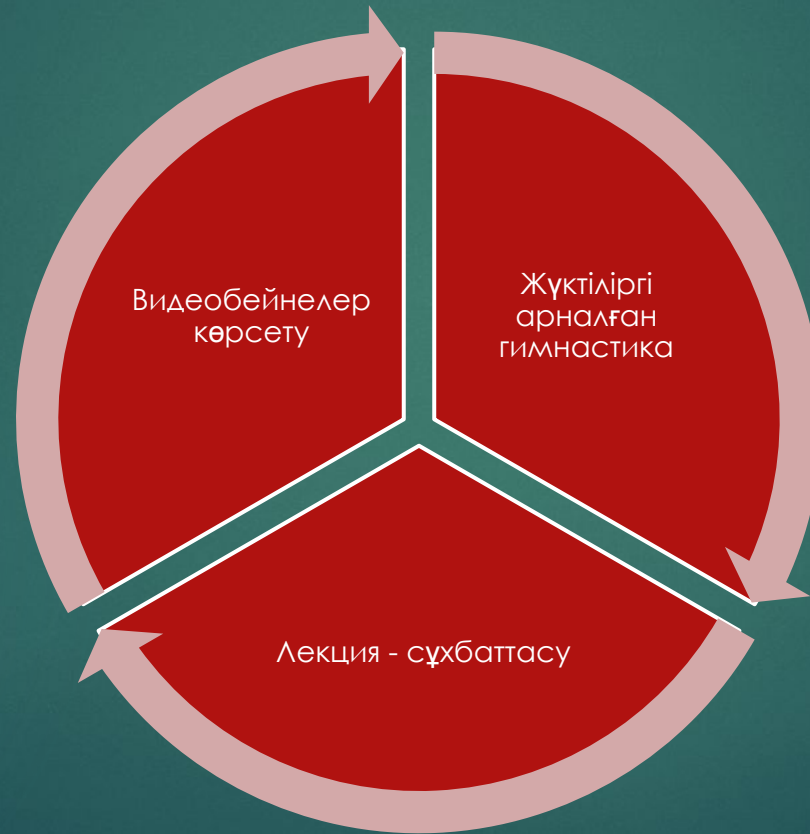
Баланың денсаулығына ата-ананың активтілігіне шақыру

Босанудан кейінгі кезеңде ата-анаға медико-психологиялық көмек көрсету

Ата-анаға медико-психологиялық, гигиеналық шараларды ағартуды пропагандалау

Жас ата-ана мектебінің оқытылу жоспары 6 апта бойы жүргізіледі.

Құрылымы:



# Дүйсенбі күні – педиатр дәрігер

Жанатуған баланың физиологиялық ерекшеліктері

Баланы омыраумен емізу жайлы мәлімет

Баланы тамақтандыру, серуенге шығу және шынықтыру

# Сейсенбі, бейсенбі - психотерапевт

Өз-өзінді қалай тынштандыру керек?

A white rectangular box with a red border and a red arrow pointing to the right, used for text input.

Дұрыс тыныс алу

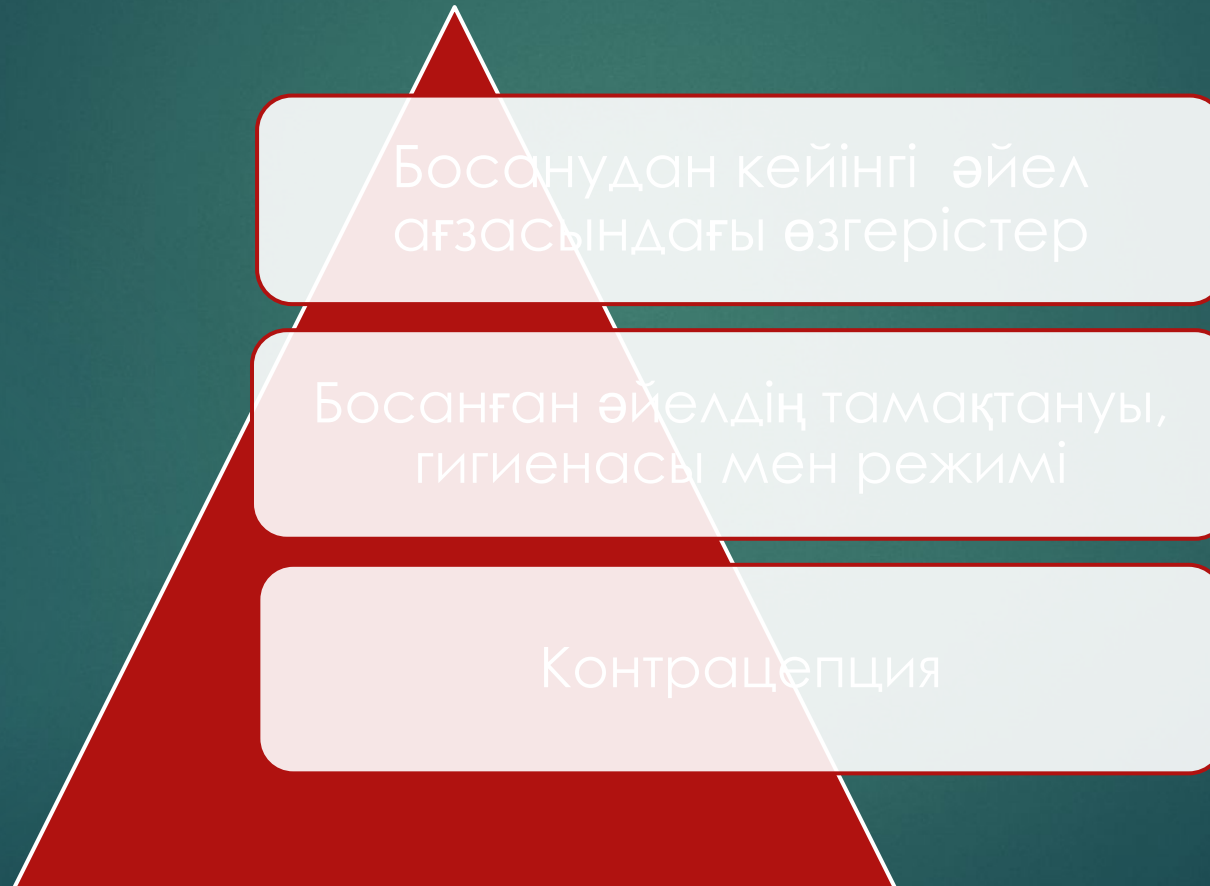
A white rectangular box with a red border and a red arrow pointing to the right, used for text input.

Депрессиядан қалай шығуға болады?

A white rectangular box with a red border and a red arrow pointing to the right, used for text input.



# Сәрсенбі – акушер-гинеколог ЛЕКЦИЯСЫ



жұма

ЛФК  
инструкторы

Клиникалық  
лаборант  
консультациясы

Жана туған  
баланың  
массажі

Жаңа туған  
баланың  
гимнастикасы

# Клиникалық лаборант түсіндіреді:

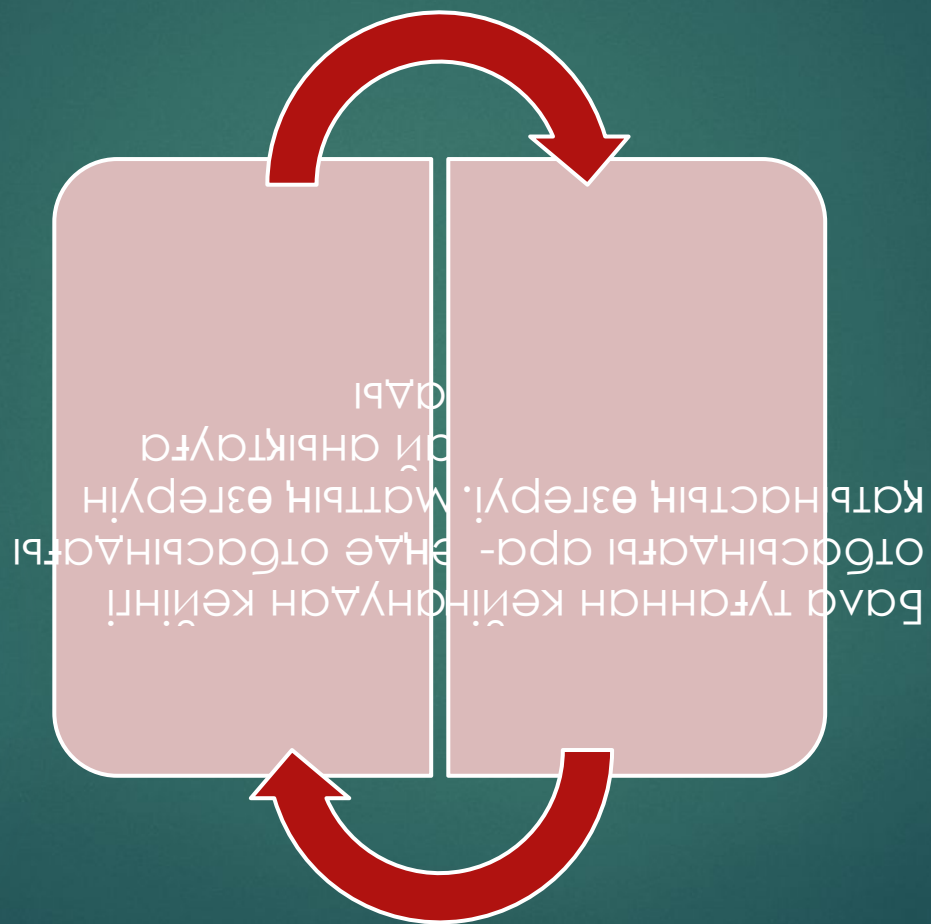
Зәр және қан анализдерін жинау ерекшеліктері. Оған әсер ететін факторлар

Қан анализіне дайындалу ерекшеліктері (жалпы қан анализі, биохимиялық анализ)

Гинекологиялық жұғындарды тапсыру жайында не бәлу керек

Зерттеу нәтижелерінің интерпритациясы жайында сұхбаттасу

Жас әкелер үшін сабақтар айына бір  
екі рет сенбі күндері жүргізіледі





## Школа материнства

При подготовке к родам будущей маме стоит узнать много важной и полезной информации: умение «владеть телом» во время родового процесса и использовать различные комфортные позиции, сознательное отношение к боли и выполнение всех предложенных мер психопрофилактики боли, психологическая подготовка, информация о процессе родов.

### Я и ребенок

Психологическое сопровождение женщин от начала беременности до 30 недель гестации. Вы приобретёте навыки общения со своими ещё не рожденными малышами, узнаете о способах воспитания до рождения. Комплексы физических упражнений, разработанных для беременных, музыкотерапия, арттерапия, релаксация помогут вынашивать беременность с удовольствием.



### Роды без страха

Психопрофилактическая подготовка к родам беременных женщин с 30 недель гестации. Обучение способам дыхания для благополучного течения родов, приёмы релаксации, значимость естественных родов, влияние эмоций на роды.

## Школа отцовства

### Курс молодого отца

Программа предназначена для мужчин, готовящихся стать отцами, и направлена на развитие навыков ухода за детьми.

### Первый месяц

Говорим о послеродовой депрессии. Как мужчине стать опорой отношений мама – ребенок, чтобы мама могла без проблем начать грудное вскармливание. Помочь отцам найти собственный путь установить отношения близости с ребенком.

### Папины заботы

Большинство пап сегодня принимают более активное участие в уходе за своими детьми и в их воспитании, чем это делали прежние поколения мужчин. Это важно и для папы, и для ребенка, потому что именно в этот период мужчина вживается в родительскую роль. На этом занятии мы обсуждаем роль отца в жизни ребенка.

### Новая жизнь родителей

Мы говорим о новой сложившейся семье, о распределении семейных обязанностей, о жизни без конфликтов.



## Семейные роды

Рождение ребенка – это удивительное событие в жизни всей семьи, и все больше мужчин хотят участвовать в родах, для того чтобы помочь ребенку и любимой женщине в этот важный момент. Но довольно часто встречается ситуация, когда желание помочь есть, но не хватает знаний о том, что нужно делать во время родов, и в чем именно заключается помощь. Если папа в родах теряется, чувствует себя неловко и скованно, не знает что ему делать, то его внутреннее напряжение сказывается на всей атмосфере родов. Поэтому, кроме желания присутствовать и помогать в родах, для будущего папы необходимы знания и навыки. Об этом мы говорим на занятиях «Партнерские роды»

### Партнерские роды

Психопрофилактическая подготовка супружеских пар к совместным родам. Вокруг партнерских родов витает много мифов и предрассудков, есть масса вопросов, на которые следует получить ответ. Обучение техникам массажа, роль партнера в родах. Партнерами в родах могут быть не только муж, но и мама, один из родственников, подруга.



# Босануға физио- психопрофилактикалық дайындық

Босану кезіндегі ауырсыну сезімінің себебін түсіндіру (жатырдағы нерв ұштарының тітіркенуі, екінші сигналды жүйегі шартты-рефлекторды компоненттің әсер етуі. т.б.)

Босану актісінің қалыпты ағымында ауырсыну сезімі босанушы әйелдің нерв жүйесіне байланыстылығын түсіндіру

# Әйелдерді босануға психо- профилактикалық дайындықтың мақсаты:

Босану кезіндегі ауырсыну сезімінің психогенді компонентін болдырмау.

Одан қашып құтылудың жолы жоқ туралы ойдан арылту. Босану қалыпты өтетін физиологиялық процесс ретінде түсіндіру және онда ауырсыну сезімі болмауы да мүмкіндігін айту. Сонымен қатар, босану туралы жаңа жақсы эмоциялар, ойлар қалыптастыру

Босанушы әйелге психо-профилактикалық дайындық кезіндегі тәсілдерді дұрыс орындаған жағдайда, босану ағымы ауырсынусыз өтетінін түсіндіру.



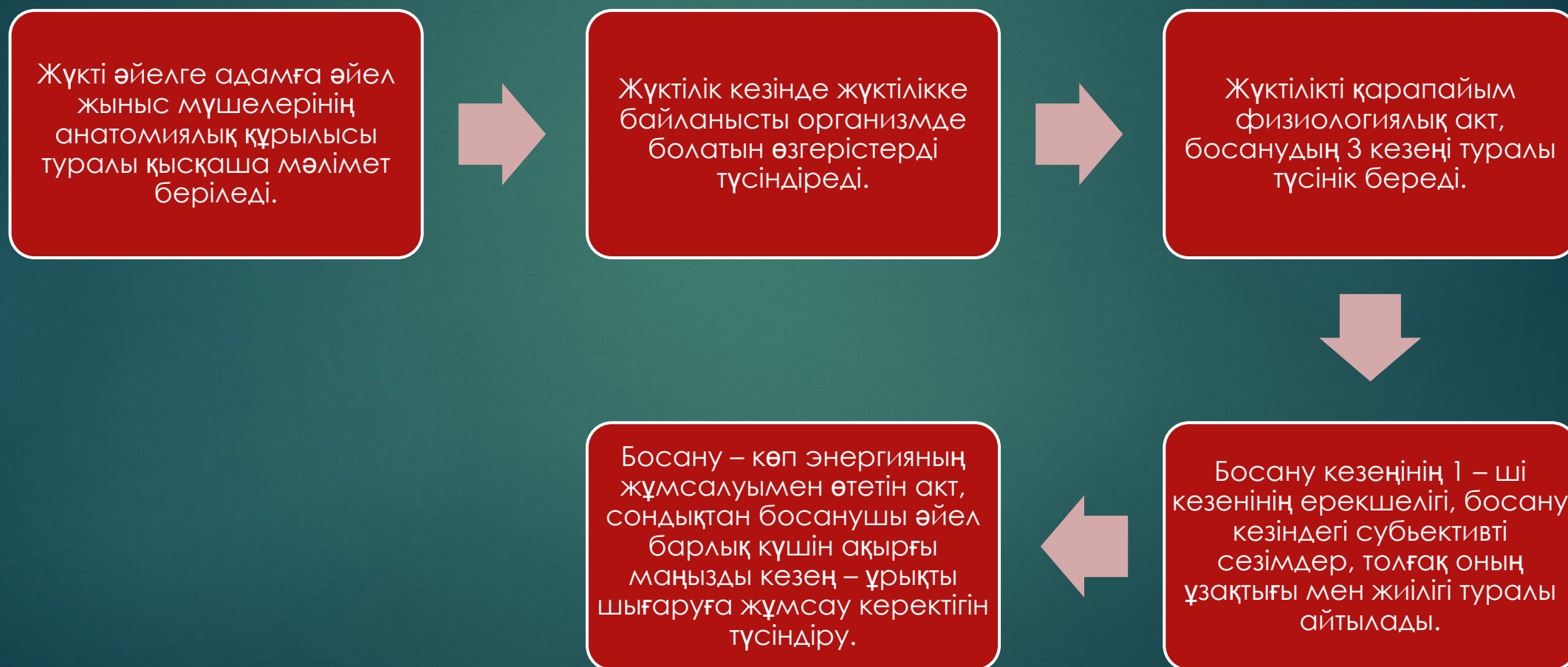
Бұл әдістердің негізіне эмоционалды жағдайларды төмендету және босану актісі ағымындағы соматикалық қызметтердің тиімді орындалуына нервтік энергияны белсендіру жатады. Аутотренинг курсы – 9 -10 сабақтан және әрбір сабақтың ұзақтығы 25-30 минуттан тұрады:

- ▶ 1. Ауырсыну сезімінің табалдырығы жоғарлайды.
- ▶ 2. Ауырсыну сезімінің ұзақтығы және күшін төмендетеді.
- ▶ 3. Моторлы қозуды басады.



# Босануға 4-5 апта қалғанда жүргізілетін сабақтың реттілігі мен мазмұны:

## 1-ші сабақта:



2 –ші сабақта: Әйелдің толғағы басталған кезде және босанудың 1 – ші кезеңінде өзін қалай ұстау керектігін түсіндіреді. Жүкті әйелдерді дұрыс ағымды босану және ауырсыну сезімін төмендету мақсатында арнайы мынадай физикалық тәсілдерге үйретеді:

Тыныш жату. Толғақ кезінде терең және ырғақты дем алу.

Тыныс алу мен тыныс шығаруда іштің төменгі бөлігін екі қолдың саусақтарының ұшымен сипалап, үйлестіріп жасау;

Тыныс шығару кезінде сегізкөз аймағын сипау;

- а) Екі жақ мықынның алдыңғы –жоғарғы қырларына үлкен бармақпен басу.
- б) бел сегізкөз ромбысының сыртқы ұштарын басу.

Толғақты санау . Толғақ арасындағы үзілістерде дем алу немесе ұйықтау

# 3 – ші сабақта:

Босанушы әйелдерге босанудың екінші және үшінші ағымымен таныстырады.

Толғақ кезінде тынысты қалай ұстау керектігін үйретеді.

Терең тыныс алғаннан кейін тынысты 10 – 15 секундқа ұстап, әр толғақ сайын бұл тәсілді 2 – 3 рет қайталауды түсіндіреді.

# 4 – ші сабақта:

Өткен сабақтады қысқаша қайталау, әйелдердің үйретілген тәсілдерді қашалықты меңгергенің тексереді

Босану кезіндегі міндетті түрде және болуы мүмкін манипуляцияларымен таныстырады (сыртқы және қынаптық тексеру, көк тамырлық дәрі жіберу, O<sub>2</sub> –мен дем алуы т.б)

Медициналық персоналардың нұсқауын міндетті түрде орындап, дұрыс тамақтануын түсіндіру.

Егер өткен консультацияларда психопрофилактикалық дайындық қажетті деңгейде өткізілмесе және дайындық жүктіліктің 35 – 36 шы аптасында алғаш жүргізілсе, өткізілетін сабақ саны (4 сабақ) жеткізіліксіз.

Мұндай жағдайда 5 – 6 сабақ жүргізілуі тиіс. Егер 6 сабақ жүргізілетін болса, онғың мазмұны мынандай болады.

- 1 – ші сабақта: Жүкті әйелді қарқынды тексереді, қорқыныш сезімдерін алдын алады.
- 2 – ші сабақта: Босанудың физиологиялық негіздері және оның ауырсынусыз өтуіне жағдай жасау керектігін түсіндіреді.
- 3 – ші сабақта: 1 – ші кезеңнің ерекшеліктерімен жатыр мойының ашылуындағы ауырсынуды басу тәсілдеріне үйретеді.
- 4 – ші сабақта: Босанудың II және III кезеңдеріне арналады.
- 5 – ші сабақта: Аналық қызметің түсіндіреді.
- 6 – шы сабақта: Босанудың басталу белгілерін, перзентхана режимімен таныстырып өткен сабақтарды қайталаумен жүргізіледі.

▶ Психопрофилактикалық дайындықты физикалық жаттығулармен ілестіріп жүргізу өте нәтижелі болып келеді. Оған: арнайы гимнастикалық жаттығулар, ультрофиолет сәулесің қабылдау, санитарлы – гигиеналық ережелерге үйрету жатады.

