

		T.C.Sağlık Bakanlığı Tekirdağ İl Sağlık Müdürlüğü Tekirdağ Dr. İsmail Fehmi Cumaloğlu Şehir Hastanesi GEBE OKULU YILLIK EĞİTİM PLANI (2024)							Doküman No	EY.PL.25	
									Yayın Tarihi	10.01.2022	
									Revizyon No	0	
									Revizyon Tarihi		
									Sayfa No	1	
GÜNCELLEME TARİHİ: 05.01.2024											
Sıra No	Eğitimin Konusu	Eğitimin Alt Konusu Aşaması(Temel-İleri-Teorik ve Pratik)	Eğitimin İçeriği	Amaç ve Hedefler	Kimlere Verilmeli	Eğitimin Zamanı	Eğitim Süresi	Eğitim Yöntemi ve Materyali	Değerlendirme Yöntemi	Eğitimin Yeri	Eğitimci/ Ünvanı
1	1. HAFTA GEBELİK ÖNCESİ EĞİTİM	*Gebe kalmadan önce yapılması gerekenler *Gebelik Öncesi Bilgilendirme Teorik	*Gebelik öncesi yapılacak tahliller ve gebelik öncesi hastalık değerlendirmesi *Düzenli dengeli beslenme , kilo kontrolü *Gebe kalmayı etkileyen/etkilemeyen faktörler *Gebelik öncesi egzersiz, spor *Gebelik belirtileri	*Gebelik öncesi yapılacak tüm tahliller, spor ve egzersizin olumlu etkileri konusunda bilgi ve farkındalık kazanılması *Gebelik öncesi değerlendirilmesi gereken hastalıklar ile olumsuz durumların yönetilmesi hususunda bilgi ve farkındalık kazanılması *Gebelik öncesi düzenli, dengeli ve yeterli beslenme kurallarınıöğrenmesi ve davranış haline getirmesi *Akraba evliliği ile ilgili bilgi vefarkındalık kazanılması *Gebelik öncesi ve gebeliğin planlanmasına yönelik cinsel yaşam kurallarını öğrenmesi ve uyum sağlaması *Hamile kalmayı (gebeliği) etkileyenetkilemeyen faktör ve hastalıklar konusunda bilgi sahibi olunması *Kötü obstetrik öykü sürecinin bilinmesi ve olumsuz durumlara uyum sağlanması *Gebelik belirtilerinin ve gebelik tanısı yöntemlerinin tümü hakkında bilgi sahibi olunması	Kursa kayıt yaptırmış 20 hafta üstü gebeler	Her grup oluşturulduğunda	30 dk. Teorik	*Görsel Anlatım * Eğitim Slaytları	Soru-Cevap	Gebe Okulu Eğitim Odası	Nesibe SULAMIŞ Uzman Hemşire
	1. HAFTA DOĞUM ÖNCESİ EĞİTİM	*Erken gebelik haftalarında bilinmesi gerekenler *Üreme organları ve gebeliğin oluşumu *Gebelikte meydana gelen fizyolojik değişiklikler *Gebelikte davranışlar *Gebelikte tehlike belirtileri ve yapılması gerekneler *Riskli gebelikler *Gebelikte sık karşılaşılan sorunlar *Gebelik izlemleri, rutin yapılan tetkikler ve bağışıklama * Gebelikte egzersiz Teorik+Uygulamalı	*Kadın/erkek iç/dış üreme organlarının yapısı ve fonksiyonları hakkında bilgi *Döllenme ve gebeliğin oluşumu *Bebeğin anne karnında gelişimi ve fetal büyümeyi etkileyen faktörler *Gebelikte meydana gelen fizyolojik değişiklikler *Gebelikte günlük yaşam *Gebelikte sigara, alkol ve madde kullanımı *Gebelikte tehlike bulguları ve yapılması gerekenler *Gebelikte yüksek risk ve yapılması gerekenler *Tüm gebelik dönemlerinde sık karşılaşılan sorunlar *Gebelikte yapılacak tetkik, izlem ve muayene süreci *Gebelikte egzersizin önemş, yararları, sakıncalı olduğu durumlar, gebelikte güvenli egzersiz	*Kadın/Erkek iç/dış üreme organlarının yapısı ve fonksiyonları hakkında bilgi sahibi olunması ve farkındalık kazanılması *Bebeğin anne karnında gelişim aşamalarının tümü ve gebelikte fetal büyümeyi etkileyen faktörler hakkında bilgi sahibi olunması ve farkındalık kazanılması *Gebelikte üreme organlarında ve sistemlerde görülen fizyolojik değişiklikler konusunda bilgi ve farkındalık kazanılması *Gebelikte hijyen,genel bakım ve giyinme konusunda dikkat edilmesi gereken hususlar hakkında bilgi sahibi olunması *Gebelik döneminde anne ve fetusun sağlığını yükseltmek ve sürdürmek amacıyla bilgi ve farkındalık kazanılması *Gebelikte normalden sapma durumları ve olması halinde yapılacakların tüm yönüyle bilinmesi ve farkındalık kazanılması, *Riskli gebelikler, düşük riski ve düşük belirtilerinin tümünün bilinmesi ve normalden sapma durumlarında yapılacaklar hakkında bilgi ve farkındalık kazanılması *Tüm gebelik dönemlerinde karşılaşılabilecek sorunlar varlığında yapılabilecekler konusunda bilgi ve farkındalık kazanılması *Gebelikte yapılacak tetkik, izlem ve muayene süreci hakkında bilgi ve farkındalık kazanılması *Gebelikte güvenli egzersiz kurallarının tümü hakkında bilgi kazanılması	Kursa kayıt yaptırmış 20 hafta üstü gebeler	Her grup oluşturulduğunda	1,5 saat Teorik + 30 dk. uygulamalı	*Görsel Anlatım * Eğitim Slaytları * Egzersiz Malzemeleri * Maketler	Soru-Cevap	Gebe Okulu Eğitim Odası	Nesibe SULAMIŞ Uzman Hemşire Nihal Duran Fizyoterapist
	2. HAFTA DOĞUMA HAZIRLIK VE DOĞUM EĞİTİMİ	*Gebelikte beslenme *Doğum süreci *Doğum ağrısını azaltma ve doğumu kolaylaştırıcı yöntemler Teorik+Uygulamalı	* Gebelikte/özel durumlarda sağlıklı beslenme * Doğumun evreleri, normal-müdahaleli -özel durumlarda-sezaryen doğum, doğum eyleminin belirtileri, *Doğumu planlama, doğumda analjezi ve anestezi *Doğum ağrısıyla baş etmede ilaçsız yöntemler	*Gebelikte ve özel durumlarda yetersiz ve dengesiz beslenme durumunda bebekte ve annede görülebilecek sorunların tümü ile ilgili bilgi sahibi olunması *Normal doğum eyleminin faydaları, sezaryen doğumun dezavantajları ve sezaryen gereken durumlar konusunda bilgi ve farkındalık kazanılması *Gevşeme,solunum ve tensel uyarılma tekniklerinin etkisinin bilinmesi ve uygulanması *Doğum sonu dönemde lohusa ve bebek izlem *Lohusalığın tüm süreci hakkında bilgi ve *Hormonların doğumda işleyişi ve birbirini ile *Doğum planı hazırlaması	Kursa kayıt yaptırmış 20 hafta üstü gebeler	Her grup oluşturulduğunda	2 saat Teorik + 30 dk. uygulamalı	*Görsel Anlatım * Eğitim Slaytları * Maketler	Soru-Cevap	Gebe Okulu Eğitim Odası	Uzm.Dr.Simge Faydalı (Kadın DoğumUzman) Uzm.Dr.Ayganım Ahmetova (Anestezi Uzmanı) Melike Sarı (Diyetisyen) Nesibe SULAMIŞ Uzman Hemşire
	3. HAFTA DOĞUM SONU DÖNEM EĞİTİMİ	*Yenidoğanın beslenmesi * Doğum sonu dönemde yeni doğanın ilk bakımı * Doğum sonu dönemde anne bebek bağlanması Teorik+Uygulamalı	*Anne sütü ve emzirme *Yenidoğanın ilk bakımı,yenidoğan bebeğin bakımı *Yenidoğanda görülebilecek özel durumlar *Bağlanmayı destekleyen uygulamalar *Yenidoğana doğum sonu hastanede uygulanan aşılar ve ilaçlar *Yenidoğana doğum sonu uygulanan taramalar	* Yenidoğanın doğumdan sonraki ilk beslenme zamanı ve önemi, doğru emzirme tekniği, süresi ve emzirme pozisyonlar, anne sütü ve emzirmenin yararları ve önemi konusunda bilgi sahibi olunması *Anne sütünün sağılması, *Laktasyon *Bebek muhafazası ve kullanılması problemleri konusunda bilgi sahibi olunması *Bebek bakımında dikkat edilmesi gerekenler hakkında bilgi kazanılması ve karşılaştığı sorunları çözebilme yetisinin gelişmesi *Yenidoğan bebekte görülebilecek özel durumlar hakkında bilgi beceri kazanılması *Yenidoğana doğum sonu uygulanan taramalar ve aşılar konusunda bilgi sahibi olunması, *Anne-bebek/aile etkileşimi ve bağlanmanın önemi konusunda bilgi ve farkındalık kazanılması	Kursa kayıt yaptırmış 20 hafta üstü gebeler	Her grup oluşturulduğunda	2 saat Teorik + 30 dk. uygulamalı	*Görsel Anlatım * Eğitim Slaytları * Maketler	Soru-Cevap	Gebe Okulu Eğitim Odası	Nesibe SULAMIŞ Uzman Hemşire
	4. HAFTA DOĞUM SONU DÖNEM EĞİTİMİ	* Doğum sonrası annede meydana gelen fizyolojik değişiklikler *Gebelikte ve lohusalıkta oluşan psikolojik değişiklikler, lohusa davranışları *Doğum sonu gebelikten korunma Teorik	*Gerileyici fizyolojik değişiklikler *İlerleyici fizyolojik değişiklikler *Doğum süresince ve sonrası annede meydana gelen psikolojik rahatsızlıklar *Doğum sonrası günlük yaşam *Doğurganlığın düzenlemesi	*Loşi, uterus involüsyonu, genital sistem değişiklikleri, karın kaslarında ve tüm sistemlerde meydana gelen değişiklikler hakkında bilgi sahibi olunması ve kendi bedenindeki değişikliklere yönelik farkındalık kazanılması *Gebelik süresince psikolojik değişikliklerin öğrenilmesi, kabul edilmesi ve uyum sağlanması *Doğum sonu anne psikolojisine ve lohusalık rolüne uyum sağlanması *Postpartum hüznün/depresyon ve doğum sonu psikozun belirti ve bulguları hakkında bilgi sahibi olunması *Doğum sonrası günlük *Emziren kadınların yaşama uyum sağlayabilme kullanabileceği gebeliği önleyici yöntemlerin bilinmesi	Kursa kayıt yaptırmış 20 hafta üstü gebeler	Her grup oluşturulduğunda	2 saat Teorik	*Görsel Anlatım * Eğitim Slaytları	Soru-Cevap	Gebe Okulu Eğitim Odası	Nesibe SULAMIŞ Uzman Hemşire Esra ALBAYRAK Psikolog

Uzm.Dr.Duygu KOCATÜRK
Başhekim Yardımcısı

Yasemin KESKİN
Sağlık Bakım Hizmetleri Müdürü

Uzm.Dr.Simge FAYDALI
Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı

Nesibe SULAMIŞ
Uzman Hemşire