

Подготовка к родам, школа подготовки к родам

Психопрофилактическая подготовка беременных к родам остается актуальной и в наши дни. Она разработана нашими учёными (И.З.Вельвовский, 1949г.) и во всём цивилизованном мире применяется как «русский» метод. В последние 15-20 лет физиопрофилактическая подготовка к родам претерпевает существенные изменения. Классический метод, с учетом больших достижений в психологии, дополнена психодиагностикой (анкетирование и тестирование психосоматического состояния беременной) и психокоррекцией (арттерапия, психорелаксация, аутотренинг). Цели и задачи подготовки к родам:

- ✓ воспитание у беременной морально волевых качеств;
- ✓ повышение сопротивляемости организма;
- ✓ адаптация к повышенным требованиям в новых условиях деятельности организма;
- ✓ антенатальная охрана плода;
- ✓ выработка у женщины сознательного отношения к беременности и восприятия родов как физиологического процесса;
- ✓ развитие и укрепление чувства материнства и ответственного родительства;
- ✓ создание в семье благоприятного эмоционального фона и уверенности в благополучном течении беременности и родов;
- ✓ обучение навыкам поведения в родах;
- ✓ совершенствование физического развития беременной с регламентацией образа жизни, режима дня, питания;
- ✓ знания о репродуктивном здоровье, контрацепции, о преимуществах грудного вскармливания, гигиены послеродового периода.

Занятия на курсах дородовой подготовки, улучшают состояние беременной женщины, ситуацию в семье, способствуют нормальному функционированию системы «Мать – дитя», течению беременности и родов, являются профилактикой гипогалактии, послеродовых невротических и психических расстройств.

Еженедельно в консультативно-диагностической поликлинике ГБУ РМЭ «Перинатальный центр» в 25 каб. проходят курсы подготовки к родам:

- Школа будущих родителей
- Школа «В Ожидании чуда»
- по субботам проходит Экспресс курс « Будущих пап».

Регулярно проводится День открытых дверей для будущих родителей, где проходят знакомства и лекции с разными специалистами ПЦ (анестезиологом, неонатологом, акушером и т.д.).

Актуальное расписание курсов можно узнать в поликлинике ПЦ на приеме у врача, на официальных страницах нашей организации в группе «ВК» (<https://vk.com/public217370287>) и телеграм-канале (<https://t.me/perinatalcentr>).