



BALIKESİR ATATÜRK ŞEHİR HASTANESİ
GEBE OKULU 2021 YILI AYLIK EĞİTİM PLANI

Kod No: EY.HST.PL.04		Yayın Tarihi: 28.12.2017					Revizyon Tarihi/No: 05.01.2021/03					Sayfa No: 1/1	
Sıra	Eğitimin Konusu	Eğitimin Alt Konusu	Eğitim Amaç ve Hedefleri	Planlanan Eğitim Tarihi	Eğitimci Adı Soyadı Ünvanı	Eğitim Alacak Grup / Ünvan	Planlanan Eğitimi Alacak Kişi Sayısı	Eğitim Yöntemi	Eğitim Aşamaları	Eğitim Yeri	Planlanan Eğitim Süresi	Eğitim Materyalleri	Eğitim Etkinliğini Değerlendirme Yöntemleri
1	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ KAYIT ve DANIŞMANLIK	Kayıt ve danışmanlık-Gebe Okulu eğitimleri hakkında bilgilendirme-Gebelikte beslenme-Gebelikte kontroller ve tetkikler-Anne sütü ve emzirme-Gebelikte yaşanan değişiklikler-Gebelikte günlük yaşam Gebelikte egzersizin önemi	Gebe Okuluna başvuran annelerin eğitimler hakkında bilgilendirmek.Kapalı grup eğitimlerine katılacak anne baba adayların eğitimlerini planlamakKapalı grup eğitimlerine katılmayacak olanlara danışmanlık hizmeti verebilmek	Hafta içi her gün saat 08:30- 17:30 arası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Açık grup Hamilelik planlayan eşler Hamileler ve hamile yakınları	2-3 kişi	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	F Blok Zemin Kat Gebe Okulu Kayıt ve Danışmanlık Odası	15-20 dakika	Eğitim Atlası Afiş Broşür Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap
2	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ	Birinci hafta 1. Ders:Gebeliğin oluşumu-Üreme sistemi-Gebelikte meydana gelen fizyolojik ve psikolojik değişiklikler- Gebelikte sık karşılaşılan sorunlar ve çözüm önerileri-Gebelikte tehlike bulguları ve yapılması gerekenler-Riskli gebelikte eğitim-Bağımlı gebelikte eğitim-Doğum yöntemleri- Alternatif doğum yöntemleri-(Su da doğum Epidural le vajinal doğum)-Sезeryan gerektiren durumlar- Nefes ve gevşeme Egzersiz uygulama	Gebenin kendi bedenini tanımamasın sağlanması Haftalara göre gebelik gelişimi hakkında bilgi sahibi olunmamasın sağlanması Gebelikte karşılaşılan sorunlara çözüm bulmalarına yardımcı olmak.Doğum yöntemleri hakkında bilgilendirme Vajinal doğumun yapılamayacağı durumlar hakkında bilgilendirmek	Her ayın ilk haftası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Kapalı grup Kayıt yapıp eğitimleri planlanan gebe ve yakınları	10-15 Kişi Grup veya birebir	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	EFGH Blokları 2. kat Gebe Okulu Eğitim ve Egzersiz Odası	4 Saat	Bilgisayar tv sunum yazı tahtası Maketler afiş broşür. Egzersiz matı Pilates topu Minder Yastık vs Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap Uygulama
3	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ	İkinci Hafta 2. DersNormal (Vajinal) doğumun fizyolojisi-Doğumun başlangıç belirtileri-Doğumda hormonların önemi-Doğumun evreleri- Doğum süreci-Doğumda kasılmalarla baş etmede ilaçsız yöntemler-Doğumda analjezi ve anestezi- Doğumda acil durumlar- Nefes ve gevşeme Egzersiz uygulama	Gebenin kendi bedenine güvenmesine Normal doğumun başlangıç belirtilerini bilmesi Doğum sürecinde kasılmalarla başedebilmeyi öğrenmesi ve mutlu bir doğum süreci geçirmelerini sağlamak.	Her ayın 2. haftası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Kapalı grup Kayıt yapıp eğitimleri planlanan gebe ve yakınları	10-15 Kişi Grup veya birebir	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	EFGH Blokları 2. kat Gebe Okulu Eğitim ve Egzersiz odası	4 Saat	Bilgisayar tv sunum yazı tahtası Maketler afiş broşür. Egzersiz matı Pilates topu Minder Yastık vs Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap Uygulama
4	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ	Üçüncü hafta 3.Ders -Gebelik ve lohusalıkta egzersizin önemi - Gebelik ve lohusalık ta beslenme- Doğum sonu anne - Doğum sonu günlük yaşam -Aile planlaması yöntemleri - Doğum sonrası anne ve babaya destek -Nefes ve gevşeme Egzersiz uygulama	Lohusalıkta annenin kendisini bekleyen durumlar hakkında bilgi sahibi olmasını sağlamak Kişilerin kendilerine uygun aile planlaması yöntemi bulmalarına yardımcı olmak Anne ve babanyeni yaşantılarına uyum sağlamlarına yardımcı olmak	Her ayın 3. haftası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Kapalı grup Kayıt yapıp eğitimleri planlanan gebe ve yakınları	10-15 Kişi Grup veya birebir	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	EFGH Blokları 2. kat Gebe Okulu Eğitim ve Egzersiz Odası	4 Saat	Bilgisayar tv sunum yazı tahtası Maketler afiş broşür. Egzersiz matı Pilates topu Minder Yastık vs Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap Uygulama
5	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ	Dördüncü hafta 4. Ders Doğum çantasının hazırlanması - Yenidoğan bebeğin özellikleri-Yenidoğan bebeğin bakımı - Yenidoğan bebek banyosu masajları -Yenidoğanın aşılari Tarama testleri -Yeni doğanın kontrolleri- Anne bebek bağlanması uygulamaları (Ten teması) - Anne sütü emzirmenin önemi - Emzirme pozisyonları- Emzirme süresi - Emzirme sorunları ve çözüm önerileri Süt sağma ve saklama koşulları- Doğum odası ve servis tanıtımı- Katılım belgesi verilmesi- Nefes ve gevşeme Egzersiz uygulama	Doğum çantasının hazırlanmasına yardımcı olmak Anne ve babaların yenidoğan bebeğin bakımına hazırlanmalarını sağlamak.Anne sütü emzirmenin önemini ve doğru emzirmeyi kavramalarını sağlamak. Annelerin doğum yapacakları ve doğum sonrası misafir olacakları alanı görebek rahatlamalarını sağlamak	Her ayın 4. haftası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Kapalı grup Kayıt yapıp eğitimleri planlanan gebe ve yakınları	10-15 Kişi Grup veya birebir	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	EFGH Blokları 2. kat Gebe Okulu Eğitim ve Egzersiz odası	4 Saat	Bilgisayar tv sunum yazı tahtası Maketler afiş broşür. Egzersiz matı Pilates topu Minder Yastık vs Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap Uygulama
6	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ	Doğum Yöntemleri, Doğumun başlangıç belirtileri, Acil durumlar,Gebeliğin getirdiği değişiklikler,Egzersizler, Masajlar, Lohusalık, Bebek bakımı, Bebek masajı, Banyosu, Anne sütü ve Emzirme Aile planlaması,Doğum çantası	Eşlerin doğum ve bebek bakımı, değişen yeni hayata uyum sağlamlarını konusunda yardımcı olmak	Her ayın 4. haftası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Kapalı grup Kayıt yapıp eğitimleri planlanan gebe ve yakınları, Baba adayları	Eşli Eğitim (Talep'e göre) 10-15 Kişi	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	EFGH Blokları 2. kat Gebe Okulu Eğitim ve Egzersiz Odası	4 Saat	Bilgisayar tv sunum yazı tahtası Maketler afiş broşür. Egzersiz matı Pilates topu Minder Yastık vs Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap Uygulama
7	GEBE OKULU EĞİTİMLERİ ANNE SÜTÜ ve EMZİRMENİN ÖNEMİ	Emzirmenin yararları (kolostromum yararları,) Emzirmenin anne ve bebek açısından önemi.Emzirme sıklığı ve süresidoğru -Emzirme tekniği,-tutuş pozisyonu.süt salgılamasının fizyolojisi ve yararları.bebeğin her istediğinde istediği kadar emzirilmesi.Bebeğe emzik ve biberon verilmemesi(ek gıdalar kaşık veya bardakla). Anne ve bebeğin aynı odada kalmasını, her istediğinde emzirmenin önemi.Süt sağma gereksinimi ve yöntemleri, Anne sütü saklama koşulları.Memeleri boşaltıncaya kadar emzirmenin nedeni.Yetersiz süt belirtileri. Ten teması önemi, gece boyunca emzirmenin önemi. Tıbben gerekli görülmedikçe yeni doğan bebeklere ilk 6 ay anne sütünden başka yiyecek ve içecek verilmemesi. -6. ayından sonra ek gıdalar hakkında bilgi.Bebeği en az 2 yaş ve sonrasında kadar emzirmenin önemi meme başı çatlakları ve bakım. Doğumdan sonra hemen emzirmenin önemi (ilk yarım saat içinde). Anne sütünün yeterli olması için yapılması gerekenler.Emziren annenin kendi beslenmesi, hijyeni, vücut ve meme bakımı, dinlenmesi, psikolojik durumu. Aile planlaması	Gebelikte annelerin anne sütü ve emzirmenin önemini kavratmalarını sağlamak. Lohusalık ve emzirme sürecinde anne sütü ve emzirmeyi desteklemek. Doğru emzirmeyi öğretmek. annelerin ten temasının önemini kavramasını sağlamak.gebelik ve lohusalıkta beslenmeyi anlatmak. aile planlaması ile ilgili bilgilendirmek.	Hafta içi her gün st: 08:30-17:30 arası	Ebe Aslı KUVANCI Ebe Kadriye SAKA Ebe Nur TANRIVERDİ Ebe Ayşen USLU	Gebe okulunda danışmanlık alan gebeler. NST odasına gelen gebeler. Doğum servisinde yatan gebeler. Lohusa servisinde yatan anneler. YDYBÜ bebeği olan anne otelinde kalan anneler. Emzirme Danışmanlığına başvuran anneler.	10-15 Kişi Grup veya birebir	Sözlü anlatım Online anlatım Telefon ile iletişim	Temel Eğitim	Gebe okulu. NST. Yenidoğan Ünitesi. Doğum Servisi Lohusa ve Gebe. YDYBÜ	Afiş , Broşür. Maket. Enjektör vs.Bilgisayar, Telefon	Gözlem Görüşme Soru Cevap Uygulama	