|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\sayfam\Desktop\sembol.png | **NUSAYBİN DEVLET HASTANESİ**  **GEBE OKULU İŞLEYİŞ PROSEDÜRÜ** | | | | C:\Users\sayfam\Desktop\sembol.png |
| Dök No: DH.PR.02 | Yayın Tar:Mart 2017 | Revizyon No: 00 | Revizyon Tar.: 00 | Sayfa No: 2/1 | |

1.0 AMAÇ

Nusaybin Devlet Hastanesi Gebe Okulunda sağlıklı gebe sağlıklı bebek anlayışıyla, hastanemizden hizmet alan gebelerin katılımı ile gebeliklerinin, doğumlarının, bebek bakımlarının daha bilinçli, daha sağlıklı şartlarda gerçekleşmesini sağlamak. Ebelerin sağlık eğitimcisi rollerine nitelik kazandırılması bir eğitmen olarak ebe ve hemşirelerin doğuma hazırlık sınıfı kurma ve yürütebilme becerilerinin artırılması amaçlanmıştır.

2.0 KAPSAM

Gebe okulu kurs programını (eğitici eğitimi almış olarak) yürütmesi.

3.0 KISALTMALAR

GO: Gebe Okulu

4.0 SORUMLULAR

Kadın hastalıkları ve Doğum uzmanı ve görevlendirilen Sağlık Personeli.

5.0 TANIMLAR

Gebe Okulu: Anne ve baba adaylarına gebelik süresinde verilen, gebelik, doğum, doğum sonu dönem, emzirme ve bebek bakımı konularını kapsayan teorik eğitimlerdir. Eğitimler sontrası katılan gebelere “katılım belgesi” verilir.

Teorik eğitimler: Barkovizyon kullanılarak yapılan slayt ile hazırlanmış interaktif anlatıma dayalı eğitimlerdir.

6.0 FAALİYET AKIŞI:

Gebe Okulu Yürütülmesinin duyurulması: Gebe Okulu yürütme dönemlerinde broşür dağıtılarak uygun yerlere dağıtılır. Hastanemizin web sayfasından duyuru yapılır.

**Gebe Okulu hedef Kitlesi:** hastanemizde takip olan ve olmayan tüm gebeler hedef kitlemizi oluşturmaktadır.

**Gebe Okuluna katılacak gebelerin Belirlenmesi:** Gebe polikliniğine gelen, web sayfasından duyan ilan ya da broşür sayesinde bilgisi olan gebeler başvurularını ilgili birime yaparlar. İlgili birimde saha sorumlusu eğitimi yürüten ebeler tarafından ön değerlendirme anketi uygulanır ve gebelere eğitim planlanır.

**Gebe Okuluna Alınan Gebelerin Özellikleri**: 20 ve üzeri gebelik haftasında olan, sistemik bir hastalığı olmayan kadın doğum doktorunun onayından geçen ve gebe okuluna katılmak için onay veren gebeler alınır.

**Gebe Okulu eğitime Katılan gebelerin gruplandırılması**: Eşleri ile katılmak isteyenler eşli gruba alınır, eşler ile katılmak istemeyip eşli gruba dahil olmak istemeyenler bayan yakınlarıyla gruba alınır.

**Kısa Süreli eğitim Planlaması**: Gebelerden gelen talep doğrultusunda 4 haftalık eğitimi bitmeden gebeliği sonlanacak olan (36±2 Gebelik haftasında olanlar) gebeler için sıkıştırılmış yoğun program uygulanır. 4 haftalık süreçte alacakları teorik eğitimleri gebeler ve haftalarına uygun olarak kısaltıp yoğun eğitim programı düzenlenir.

**Gebe Okuluna Katılacak gebelerin yapması gerekenler**:

-Gebe Okuluna Katılmak isteyen gebeler Hastanenin Gebe İzlem Odasına başvururlar.

-Katılımcının düzenlenen eğitim programından kendisine uygun olan gruba kaydı yapılır.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| HAZIRLAYAN | KONTROL EDEN | YÜRÜRLÜK ONAYI |
| AZİZE TÜRK |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\sayfam\Desktop\sembol.png | **NUSAYBİN DEVLET HASTANESİ**  **GEBE OKULU İŞLEYİŞ PROSEDÜRÜ** | | | | C:\Users\sayfam\Desktop\sembol.png |
| Dök No: DH.PR.02 | Yayın Tar:Mart 2017 | Revizyon No: 00 | Revizyon Tar.: 00 | Sayfa No: 2/2 | |

-Katılımcı, kurs zamanı Kadın Doğum Polikliniğinde bilgisayar fişi alır ve eğitime katılır.

**GEBE OKULU EĞİTİMLERİ**:

Teorik eğitimler toplamda 4 haftayı içeren gebe okulunda teorik eğitimler bu 4 haftaya yayılarak verilir. Her hafta 1 saatlik teorik eğitim bulunmaktadır. Eğitimler öncesi tanışma aşaması bulunmaktadır. Gebeler, yakınları ve eğitimci kendilerini tanıtarak eğitime başlanır. İnteraktif yetişkin eğitimi şeklinde olmaktadır eğitimler.

**Birinci Hafta**: 4 Haftalık planlanan bir eğitimdir. Haftada 1 saat olmak üzere toplamda 4 saat eğitim verilmektedir. İlk hafta kadın ve erkek üreme organlarının yapısı, çalışması ve gebeliğin oluşumunu içeren eğitimler verilir. Gebelik sürecinde annede oluşan fizyolojik ve psikolojik değişiklikler, annenin yapması gerekenler, gebelikte ilaç, sigara ve alkol kullanımı anlatılır.

Aynı zamanda gebelikte seyahat, cinsel yaşam ve çalışma hayatında yapması gerekenler ve önerilerden bahsedilir. Bebeğin gelişimi, gebelikte yapılması gereken tetkikler, gebelikte izlem, gebelikte beslenme ve dikkat etmesi gerekenler anlatılır.

**İkinci Hafta:** Doğum çantasında bulunması gerekenler, doğumun başlama belirtilerinden bahsedilir. Doğum sürecinde ve hastanedeneler ile karşılaşacaklar ve yapması gerekenler anlatılır. Doğum ağrısı ile baş etme, doğumun evrelerive yapması gerekenler, planlı ve plansız sezeryanler anlatılır.

**Üçüncü Hafta:**  Emzirme ve Bebek Bakımı: 1 saatlik ve 1 haftalık bir programı içerir. Anne sütünün faydaları emzirme teknikleri, meme bakımı ve süt salınımı için beslenmeyi içeren bir saatlik bir eğitim verilir. İkinci saatte yenidoğan bebeğin bakımı, bebek masajı ve yeni doğan tarama testleri anlatılır. Aynı zamanda ev kazaları ve bağışıklamayı da içerir eğitimler.

**Dördüncü Hafta:** Bir haftalık ve bir saatlik bir eğitim sürecidir. Loğusallıkta görülen psikolojik, fizyolojik değişiklikler ve uyumu içerir. Hastaneden taburculuk, loğusallıkta beslenme ve dikkat edilmesi gerekenler diğer eğitimlerdir. Ayrıca aile planlaması hakkında bilgilendirilir.

Gebelikte Yapılması Gereken Egzersizler.

**Gebelikte Yapılması Gereken Egzersizler:** Gebelikte yapılması gereken egzersizlerin faydaları ve dikkat edilmesi gerekenler anlatılarak başlanır. Isınma eğersizleri, kegel egzersizleri, pelvisi hareket ettiren egzersizler, germe egzersizleri, sırt egzersizleri, göğüs ve boyun egzersizleri, karın kas gücünü arttıran egzersizler, bacak ve ayak egzersizlerinden bahsedilir. Evde fırsat buldukça uygulamaları önerilir.

**Doğum Ağrısı Ġle BaĢ Etmek Ġçin Yapılması Gereken Egzersizler:** Doğum ağrısı ile baş etmede ilaçsız yöntemlerden bahsedilir. Hayal kurması, müzik dinlemesi ve bir noktaya odaklanması anlatılır. Gevşeme metinleri ile gebelere müzik dinletilerek gevşemeleri sağlanır. Gebelik sürecinde ve doğumda bunu nasıl kullanacağı anlatılır. Doğum esnasında uygulanan tekniklerin ve egzersizlerin yararları anlatılır ve dikkat etmesi gerekenler vurgulanır. Doğumun hangi evresinde hangi solunum egzersizi yapması gerektiği anlatılır. Doğum anında ıkınma sırasında yapması gerekenler mutlaka anlatılır.

**Bebek Masajı, Bebek Banyosu ve Emzirme:** Bebek masajının faydaları ve uygulama için gerekli malzemeler anlatılarak başlanır. Maketlerle uygulamalı yapılır. Bebek banyosu anlatılır, emzirme teknikleri gösterilir.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| HAZIRLAYAN | KONTROL EDEN | YÜRÜRLÜK ONAYI |
| AZİZE TÜRK |  |  |