

**Всероссийский конкурсный отбор
проектов «Женщины за здоровое
общество»**

*Путь родителей: программа
подготовки к родам
Материнство и детство*



Команда проекта: врач акушер-гинеколог Сотникова А.С., медицинский психолог Очнева Е.В. ГБУЗ «Тамбовская областная детская клиническая больница»
Перинатальный центр им. преп. Марфы Тамбовской

Актуализация проекта



1

Рост числа женщин детородного возраста и спрос на качественную подготовку к родам и уход за ребёнком в условиях российских перинатальных центров.



2

Повышение информированности населения о безопасных методах родов, грудном вскармливании и уходе за новорождённым.



3

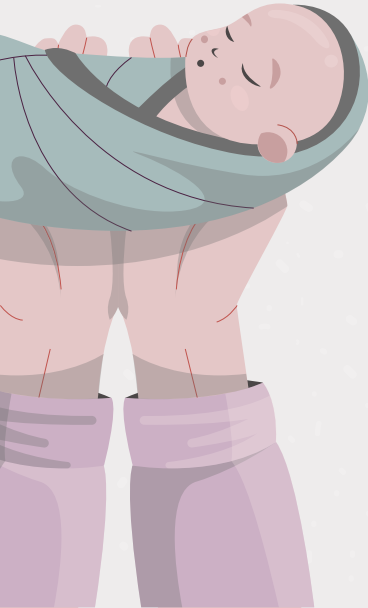
Необходимость поддержки рожениц в послеродовом периоде для снижения рисков осложнений и улучшения эмоционального благополучия.

Целевая аудитория

- ✓ Беременные получающие лечение и находящиеся на дородовой госпитализации в отделении патологии беременности.
- ✓ Беременные, находящиеся на диспансерном наблюдении в женской консультации.
- ✓ Семейные пары, планирующие семейно-ориентированные роды.



Цели и задачи проекта



Обеспечить систематическую подготовку будущих родителей к родам и уходу за новорождённым.

Снизить риски перинатальной стресса, осложнений во время беременности и в послеродовом периоде.

Сформировать устойчивую семейную систему после рождения ребенка и поддержать адаптацию к новой роли родителей.

Обеспечить интеграцию междисциплинарной команды акушеров-гинекологов, психологов, неонатологов и медперсонала перинатального центра.

Встроить в программу практические техники релаксации, дыхательные техники, упражнения Кегеля и навыки ухода за новорождённым.

Обеспечить мониторинг и оценку эффективности (анкетирование, тесты, контрольные упражнения, фидбек).

Обеспечить взаимодействие между акушером-гинекологом и психологом на протяжении всего цикла занятий и после него.

Разработать материальную базу: методические пособия, презентации, памятки, видеоматериалы, инструкции по безопасной практике.

Механика проекта

+

01

Предпроектная подготовка

- ✓ Формирование междисциплинарной команды: акушеры-гинекологи, психолог, неонатолог, медсестры, администраторы.
- ✓ Разработка детального поэтапного плана, календаря занятий и расписания.
- ✓ Разработка методических материалов: презентации, памятки, чек-листы, домашние задания.

03

Реализация цикла занятий

- ✓ Организация регулярных занятий в очном и онлайн формате.
- ✓ Организация работы консультантов: акушер-гинеколог и психолог проводят совместные модули и индивидуальные встречи.

+

02

Разработка материалов и пилотирование

- ✓ Создание сценариев занятий по каждый модулю.
- ✓ Разработка видеоконтента и демонстрационных материалов.
- ✓ Разработка методик оценки (до/после занятий, тесты).

+

04

Оценка и улучшение

- ✓ Сбор обратной связи участников.
- ✓ Анализ результатов тестов и практической подготовки.
- ✓ Корректировка контента и методов обучения на основе данных.

Тематический план занятий

Занятие №1. «Изменения, происходящие в организме женщины во время беременности.»

Занятие №2. «Взаимодействие с малышом во время беременности. Пренатальное воспитание.»

Занятие №3. «Предвестники родов. Что такое «схватка».»

Занятие №4. «Представление о родах. Периодизация родов. Поведение женщины в первом периоде родов.»

Занятие № 5. «Методы релаксации, дыхательные техники во время родов.»

Занятие № 6. «Поведение женщины во втором и третьем периодах родов. Правило потуги. Упражнение Кегеля.»

Занятие № 7. «Послеродовый период. Грудное вскармливание.»

Занятие №8. «Уход за новорожденным. Изменение семейной системы после рождения ребенка»

Занятие №9. «Психологическое развитие ребенка первого года жизни»

Занятие № 10. Подведение итогов.

**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К
РОДАМ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДА БИОЛОГИЧЕСКИ
ОБРАТНОЙ СВЯЗИ (ПРОГРАММА «АМАЛТЕЯ» СПБ**



**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАНЯТИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ К
РОДАМ С ПРИМЕНЕНИЕМ МЕТОДА
ФУНКЦИОНАЛЬНОГО БИОУПРАВЛЕНИЯ (БОС)**



ПРИМЕНЕНИЕ МЕТОДА КУКЛОТЕРАПИИ В РАБОТЕ С БЕРЕМЕННЫМИ



Кукла
"Утешница"



Кукла
"Приваление"



Основные качественные результаты проекта

- I. Снижение тревожности и стресса у участников: по шкале тревоги/дыхательных техник — значимое снижение по результатам опросников.
- II. Улучшение ухода за новорождённым: увеличение доли родителей, соблюдающих рекомендации по уходу и грудному вскармливанию.
- III. Формирование устойчивой междисциплинарной команды: улучшение коммуникаций между акушером-гинекологом и психологом, повышение эффективности совместной работы.
- IV. Укрепление семейной системы и психологической адаптации к новой роли.
- V. Формируется образ будущего ребенка, устанавливается связь с пренейтом, формируется помогающее поведение в процессе родов.

Ресурсы

Информационная поддержка:

- ✓ ВГТРК ГТРК «Тамбов»
- ✓ «Телеграмм»: «Тамбов
.Здоровье»
- ✓ Информационный сайт
ГБУЗ «ТОДКБ»
([http://www.odt.tambov.gov.
ru/](http://www.odt.tambov.gov.ru/))

Материальные ресурсы:

- ✓ методические пособия
- ✓ учебное оборудование
- ✓ технические средства
обучения
- ✓ компьютерная техника
- ✓ административные
помещения

**ПЕРИНАТАЛЬНЫЙ
ЦЕНТР**

ИМ. ПРЕП. МАРФЫ ТАМБОВСКОЙ

