威海市妇幼保健院

2025年7月份孕妇学校课程表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 时间 | 课程 | 主讲人 | 适合人群 | 备注 |
| 7月1日 | 14:30-15:00 | 婴幼儿常见问题及应对 | 于翠娟 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月2日 | 9:30-10:00 | 宝宝肚脐的小秘密 | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**新手爸妈养成记 | 石海霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月3日 | 9:30-10:00 | **★**促进自然分娩-分娩的呼吸与体位 | 刘红英 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:00-14:30 | **★**涨奶后如何“自救” | 雷小娟 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月4日 | 9:30-10:00 | 孕期自我监护，肚子胀气难受怎么办 | 李世言 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 科学“孕”动 | 刘燕 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月6日 | 9:00-11:00 | **周末实操课-新生儿抚触** | 马媛媛 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 7月7日 | 9:30-10:00 | 孕期怎样做胎教 | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 胎儿超声解读 | 郑新 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月8日 | 14:30-15:00 | 麻醉医生带您了解无痛分娩 | 高军宁 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月9日 | 9:30-10:00 | **★**助力母乳喂养—新生儿的母乳喂养 | 张新颖 | 孕产期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 孕产期口腔保健 | 王鑫 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月10日 | 15:30-16：00 | 孕期漏尿正常吗？ | 高雪飞 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月11日 | 9:30-10:00 | **★**促进自然分娩—顺利分娩的措施 | 崔爱秋 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 胎儿的语言-胎动 | 杨新红 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月14日 | 9:30-10:00 | 孕中晚期生活问题解答 | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**守护妈妈的心灵晴天-科学预防孕产期抑郁症 | 张喆宇 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月15日 | 11:30-12:00 | 维生素D的补充 | 刘玲 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**如何预防出生缺陷 | 傅静 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月16日 | 9:30-10:00 | **★**助力母乳喂养-宝宝睡眠 | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**做好产前检查，助力孕期无忧 | 王丽丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月17日 | 9:30-10:00 | 科学补碘，健康一生 | 尹美尚 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**孕期健康“信号灯”，五色管理助力安心妊娠 | 赵乐 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月18日 | 9:30-10:00 | 脐带绕颈，爸妈不用慌 | 韦飞飞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**走出坐月子误区，拥抱健康新生活 | 隋丽丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月20日 | **9:00-11:00** | **周末实操课-分娩球操** | 刘宇 | 孕期 | 预约10名 |
| 7月21日 | 9:30-10:00 | **★**母乳喂养姿势与含接技巧 | 唐红霞 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | **★**助力父母，成功母乳喂养 | 姜媛婧 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月22号 | 9:30-10:30 | **★**促进自然分娩-聊聊顺产那些事儿 | 崔爱秋 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | 孕期就诊常见问题解答 | 刘燕丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月23日 | 9:30-10:00 | 宝宝肠胀气怎么办？ | 唐红霞 | 孕产期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**“艾梅乙”单阳家庭的防护 | 赵乐 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月24日 | 9:30-10:00 | 职场妈妈必看，平稳度过孕期的秘籍 | 李世言 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**孕期营养— 体重掌握了“生”与“剖”大权 | 杨丽娟 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月25日 | 9:30-10:00 | ★宝宝保护伞-疫苗接种 | 曲慧丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 顺产与剖宫产利与弊 | 常靖 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月28日 | 9:30-10:00 | 从孕早期到孕晚期，孕妇睡觉姿势的科学变迁 | 李世言 | 孕期 | 线上线下 |
| 15:30-16:00 | **★**助力母乳喂养—打开母乳喂养的正确方式 | 任春华 | 孕产期 | 线上线下 |
| 7月30日 | 9:30-10:00 | **★**促进自然分娩—分娩的信号有哪些 | 刘宇 | 孕期 | 线上线下 |
| 7月31日 | 14:30-15:00 | 为什么新生儿需要做疾病筛查 | 李兰秀 | 孕期 | 线上线下 |

**备注:带★的为孕妇必听课，请关注课程表及微信群内公告。**