威海市妇幼保健院

2025年9月份孕妇学校课程表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 时间 | 课程 | 主讲人 | 适合人群 | 备注 |
| 9月1日 | 9:30-10:30 | 新生儿抚触、排气操 | 唐红霞 | 孕期 | 实操课 |
| 16:00-16:30 | 婴幼儿常见问题及应对 | 于翠娟 | 孕期 | 线上线下 |
| 9月2日 | 14:30-15:00 | **★**新手爸妈养成记 | 石海霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 9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 |
| 9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 | 产后避孕 | 宋冰冰 | 孕期 | 线上线下 |
| 9月7日 | 9:00-11:00 | **周末实操课-新生儿抚触** | 马媛媛 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 9月8日 | 9:30-10:00 | 孕早期生活问题解答 | 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 |
| 9月10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 |
| 9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 |
| 9月12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 |
| 9月16日 | 14:30-15:00 | **★**孕期常见不适及处理 | 傅静 | 孕期 | 线上线下 |
| 9月17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 |
| 9月18日 | 9:30-10:00 | 新生儿肚脐护理 | 于燕男 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 怎样判断新生儿便便是否正常 | 李兰秀 | 孕期 | 线上线下 |
| 9月19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 |
| 9月21日 | **9:00-11:00** | **周末实操课-分娩球操** | 刘宇 | 孕期 | 预约10名 |
| 9月22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 |
| 9月23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 |
| 9月24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 |
| 9月25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 |
| 9月26日 | 14:30-15:00 | 顺产与剖宫产利与弊 | 常靖 | 孕期 | 线上线下 |
| 9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 |
| 9月29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 |
| 15:30-16:00 | **★**助力母乳喂养—打开母乳喂养的正确方式 | 任春华 | 孕期 | 线上线下 |
| 9月30日 | 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 |

 **备注:带★的为孕妇必听课，请关注课程表及微信群内公告。**