威海市妇幼保健院

2025年8月份孕妇学校课程表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期 | 时间 | 课程 | 主讲人 | 适合人群 | 备注 |
| 8月1日 | 9:30-10:00 | **★**助力母乳喂养—产后头几天初乳少怎么办 | 张新颖 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**助力母乳喂养—宝宝含接的技巧 | 李世言 | 孕期 | 孕妇学校 |
| **8月3日** | **9:30-11:00** | **母乳喂养周活动** | **唐红霞** | 孕期 | **预约10名** |
| 8月4日 | 9:30-10:00 | 产后妈妈应该注意哪些问题 | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 盆底超声在产后康复中的应用 | 毕旻昊 | 孕期 | 线上线下 |
| 8月6日 | 9:30-10:00 | **★**助力母乳喂养—肌肤接触让宝宝有爱有未来 | 任春华 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 科学“孕’动 | 刘燕 | 孕期 | 线上线下 |
| 8月8日 | 9:30-10:00 | 分娩过程中问题解答 | 丛龙青 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | **★**守护妈妈心灵晴天-预防产后抑郁症 | 张喆宇 | 孕期 | 线上线下 |
| 8月9日 | 9:00-10:00 | 叶酸-孕育健康宝宝的守护神 | 李世言 | 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 |
| **8月10日** | **9:30-11:00** | **新生儿智护训练**  **准爸爸福利-分娩疼痛体验** | **周先飞**  **唐红霞** | **孕期**  **准爸爸** | **预约10名** |
| 8月11日 | 9:30-10:00 | **★**如何预防孕期便秘与痔疮 | 唐红霞 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 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 |
| 8月12日 | 14:30-15:00 | **★**如何预防出生缺陷 | 傅静 | 孕期 | 多功能厅 |
| 8月13日 | 9:30-10:00 | **★**助力自然分娩—分娩中的体位与呼吸 | 刘红英 | 孕期 | 孕妇学校 |
| 14:30-15:00 | **★**助力自然分娩—麻醉医生带你了解无痛分娩 | 高军宁 | 孕期 | 线上线下 |
| 8月14日 | 9:00-10:00 | 糖妈妈的饮食与运动 | 韦飞飞 | 孕期 | 多功能室 |
| 8月15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 | **★**新手爸妈养成记 | 刘海霞 | 孕期 | 线上线下 |
| **8月17日** | **9:30-11:00** | **周末活动-新生儿沐浴** | **滕丽** | 孕期 | **预约10名** |
| 8月18日 | 9:30-10:00 | 如何预防宝宝意外伤害 | 唐红霞 | 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 |
| 8月20日 | 9:30-10:00 | 做胎教时孕妈注意什么？ | 唐红霞 | 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 |
| 8月21日 | 15:00-16:00 | 孕期常见不适及处理 | 吴琼琼 | 孕期 | 线上线下 |
| 8月22日 | 14:30-15:00 | **★**孕期营养—谁掌握了“生”与“剖”大权 | 杨丽娟 | 孕期 | 线上线下 |
| **8月24日** | **9:30-11:00** | **周末活动-新生儿抚触** | **马媛媛** | 孕期 | **预约10名** |
| 8月25日 | 9:30-10:00 | **★**助力自然分娩—什么情况下需要住院分娩 | 刘红英 | 孕期 | 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 |
| 8月27日 | 9:30-10:00 | **★**助力母乳喂养—如何判断妈妈有足够的乳汁 | 唐红霞 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | 孕期中药进补的禁忌症 | 于源源 | 孕期 | 线上线下 |
| 8月29日 | 9:30-10:00 | 疫苗接种—宝宝的保护伞 | 曲慧丽 | 孕期 | 线上线下 |
| 14:30-15:00 | **★**走出月子误区，拥抱健康新生活 | 隋丽丽 | 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。**