

کلاس های آمادگی برای زایمان

فضای فیزیکی مورد نیاز

- ۱- اتاقی به مساحت حداقل ۲۵ متر مربع (برای هر مادر و همراه حداقل ۴ متر مربع فضا در نظر گرفته شود).
- ۲- رنگ دیوارها سبز یا آبی روشن
- ۳- رختکن مناسب
- ۴- دستشوئی نزدیک به اطاق
- ۵- پرده برای پوشش پنجره ها

تجهیزات:

- ۶- ویدئو- تلویزیون
- ۷- پوسترهای آموزشی
- ۸- وایت برد
- ۹- صندلی راحتی برای مادران
- ۱۰- مولتاژهای لگن یا رحم یا جنین، جفت و ...
- ۱۱- حلقه هولاهوپ
- ۱۲- توپ تولد
- ۱۳- تشک و بالش ، ملحفه به تعداد (در صورتی که امکان تهیه نیست بالش و ملحفه می تواند توسط مادر آورده شود)
- ۱۴- دستگاه فشارسنج و گوشی (Optional)
- ۱۵- سونیکید یا گوشی مامایی

زایمان در آب

فضای فیزیکی مورد نیاز:

- ۱- اتاقی به مساحت حداقل ۱۲ متر مربع در بخش زایمان
- ۲- دیوارها کاشی کاری به رنگ های سبز دریایی ، سبز بسیار روشن، آبی بسیار روشن
- ۳- کف سرامیک به رنگ های روشن هماهنگ با رنگ دیوارها (سرامیک از نوعی باشد که امکان لیز خوردن وجود نداشته باشد)
- ۴- وجود یک دوش حمام و سرویس بهداشتی در اتاق یا مجاورت اتاق
- ۵- لوله کشی روکار برای نصب وان
- ۶- دسترسی به لوله فاضلاب برای تخلیه آب وان
- ۷- مهتابی سقفی
- ۸- پرده برای پوشش پنجره ها (در صورتیکه اتاق دارای پنجره باشد).
- ۹- در صورت لزوم نصب تابلوهای زینتی مانند منظره، دریا

تجهیزات مورد نیاز برای راه اندازی یک عدد وان زایمان در آب

- ۱- وان زایمان در آب به رنگ سفید با ابعاد حداقل ۱۵۰*۱۵۰ سانتی متر و حداکثر ۱۵۰*۱۸۰ و ارتفاع ۸۰-۶۵ سانتی متر دارای میله در اطراف به عنوان دستگیره، از جنس قابل شستشو (ترجیحا" کف وان طوری باشد تا مادر به راحتی پای خود را در آن قرار دهد)
- ۲- پمپ تخلیه آب ۲ عدد
- ۳- ترمومتر آکواریوم ۲ عدد
- ۴- آبگرمکن دیواری ۱ عدد (در صورتیکه امکان استفاده از آبگرمکن مرکزی وجود نداشته باشد).
- ۵- پنکه دیواری یا فن
- ۶- هواکش برای تهویه هوای اتاق
- ۷- پله پای وان
- ۸- صندلی برای عامل زایمان
- ۹- تخت زایمان در کنار وان وجود داشته باشد.
- ۱۰- ست زایمان

- ۱۱- کات نوزاد
- ۱۲- چراغ پایه دار
- ۱۳- ترالی اورژانس (احیای مادر و نوزاد)
- ۱۴- کپسول اکسیژن
- ۱۵- وسایل مصرفی مانند: دستکش (دستکش های پلاستیکی بلند تا آرنج)، لباس پلاستیکی برای عامل زایمان
- ۱۶- سونیکید ترجیحا " ضد آب (سونیکیدهای معمولی به شرط استفاده از روکش پلاستیکی یا ضد آب قابل استفاده می باشد).
- ۱۷- کمد- لاکر
- ۱۸- لوله های فاضلاب پلاستیکی یک بار مصرف با دریچه یک طرفه
- ۱۹- دستکش های بلند یک بار مصرف
- ۲۰- صافی دسته دار
- ۲۱- حوله برای پوشاندن مادر پس از خروج از آب
- ۲۲- دستگاه پخش صوت قابل حمل برای امکان پخش موسیقی

محل گذاشتن وان

وان را در یک قسمت اتاق طوری قرار دهید تا اطراف آن آزاد باشد یا فقط یک طرف آن به دیوار ثابت شود. در صورت عدم دسترسی به آبگرم مرکزی، آبگرمکن در جایی نصب و لوله کشی شود تا امکان استفاده از آب گرم فراهم شود. فاصله فاضلاب تا چاه تخلیه آب وان ترجیحا "از لوله های پلاستیکی و قابل تعویض باشد. در محل وصل شدن لوله فاضلاب حتما " دریچه یکطرفه داشته باشد. ترمومتر نزدیک وان روی دیوار نصب شود .