

## 歡迎報名參加生產教育課程！

### 機會難得 名額只有八對夫妻！

親愛的準父母們：

首先恭喜您們即將擁有自己心愛的寶貝，面對人生中的第一次即將為人父母，心中必定充滿興奮與不安，因為這是您一輩子中最重要的人生轉折與角色轉換。為了能減少您的不安，以及使您更加了解自己(或伴侶)在懷孕、生產與產後的各種身、心變化與可能發生情況，特別安排此4周的生產教育課程，課程中參加的準父母們能一起分享感受、交換意見，以及獲得相關的準備與建議，希望於完成此課程後，每位參加的準父母們皆能獲得正確知識與技能，了解自己的情境做出最適合自己的抉擇，以及能以較輕鬆及了解的態度與心境面對寶寶的出生，進而能接受與適應為人父母的角色。

主持人目前任教於國立臺北護理健康大學護理助產所，並教授「生產教育」課程，具多年豐富的臨床與教學經驗，於課程中將能解答準父母親們對懷孕、待產、生產、及初為人父母的相關問題與疑惑，讓您們更有能力與把握面對為人父母的新角色與嶄新的人生任務。

參加本課程的準父母必須符合下列六項條件：

1. 此次懷孕為第一胎，第一次上課時為懷孕 26-28 周以後，且預產期為 5 月 16 日以後者
2. 夫妻兩人必須一起參加本課程
3. 願意嘗試自然分娩
4. 4 次課程能盡量全程參與
5. 完成上課過程被全程錄音及錄影之同意書
6. 帶著愉悅及期待的心情

本課程上課時間為 105 年 4 月 9 日(六)、16 日(六)、23 日(六)、30 日(六)，共四次課程，每次上課時間為 9:00-12:00

上課地點：國立臺北護理健康大學(台北市北投區明德路 365 號)

報名費用：新台幣 6,000 元整(每對夫妻四次課程)

報名方式：請將下方報名表填妥後 mail 至 [midwife.tw@gmail.com](mailto:midwife.tw@gmail.com)

或傳真至 02-28263974 台灣助產學會

再次歡迎您的參加，期待我們的相遇~

台灣助產學會 敬上 TEL:02-2827-9265 FAX:02-2826-3974

生產教育上課內容：

- 懷孕期的身體不適與處理
- 身體機轉與適合生產的運動
- 生產疼痛的討論與疼痛的處理
- 呼吸技巧
- 懷孕、待產、生產的姿勢與運動
- 放鬆技巧
- 分娩的支持
- 產兆
- 分娩徵象
- 分娩期的分期及身心變化
- 母乳哺餵
- 新生兒的外觀、能力與需要
- 麻醉與止痛藥的優缺點
- 生產的選擇與生產計畫
- 不預期的結果
- 剖腹產
- 溝通技巧

生產教育課程報名表

105.2

資料	內容
母親資料	姓名：
	年齡：
	教育程度：
	工作單位及職稱：
	預產期：
	未來打算生產的地點：
	連絡電話：
	e-mail address:
父親資料	姓名：
	年齡：
	教育程度：
	工作單位及職稱：
	連絡電話：
	e-mail address:
對此次課程的期待（篇幅如不足夠可將意見寫於背面處）	