**سمینار آموزشی 20 ساعته**

**تغذیه با شیرمادر، زیربنای زندگی سالم**

**روز اول: شنبه 24 شهریور**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ساعت** | **شرح** | **سخنران** |
| **8-8:15** | **افتتاحیه** | |
| **9:15 – 8:15** | **نقش شیرمادر در سلامت حال و آینده مادر** | **خانم دکتر فرزانه گلبنی**  **استادیار - دکترای تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت/**  **کارشناس ارشد مامایی** |
| **10:45 – 9:15** | **چالش های تغذیه با شیرمادر** | **خانم دکتر فرحناز صنیعی**  **متخصص کودکان** |
| **10:45-11** | **استراحت** | |
| **12:15 - 11** | **تغذیه نوزادان نارس با شیرمادر** | **آقای دکتر پرویز قدم لی**  **استادیار – متخصص کودکان** |
| **13:30 – 12:15** | **بهترین زمان قطع بندناف و مزایای KMC** | **آقای دکتر پرویز قدم لی** |

**روز دوم: یکشنبه 25 شهریور**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ساعت** | **شرح** | **سخنران** |
| **9 - 8** | **دارو و شیرمادر / بیماری های مادر و شیردهی** | **آقای دکتر علی اصغر حلیمی اصل**  **دانشیار - متخصص کودکان** |
| **9-9:45** | **ناکافی بودن شیرمادر** | **آقای دکتر علی اصغر حلیمی اصل** |
| **9:45-10:30** | **علل امتناع شیرخوار از گرفتن پستان و راه کارها** | **آقای دکتر علی اصغر حلیمی اصل** |
| **10:30-11** | **استراحت** | |
| **12 - 11** | **وضعیت های صحیح شیردهی**  **نمایش فیلم** | **خانم دکتر مژگان مظلوم**  **پزشک عمومی/**  **مربی ارشد کشوری شیرمادر و مشاور شیردهی** |
| **12:40 - 12** | **مشکلات احتمالی پستان در شیردهی** | **خانم دکتر مژگان مظلوم** |
| **13:10 – 12:40** | **استفاده از ابزار در شیردهی** | **خانم دکتر مژگان مظلوم** |
| **13:10-13:30** | **نحوه از شیرگرفتن شیرخوار** | **خانم دکتر مژگان مظلوم** |

**روز سوم: دوشنبه 26 شهریور**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ساعت** | **شرح** | **سخنران** |
| **9 - 8** | **مزایای تغذیه ای و ایمونولوژیکی شیرمادر** | **آقای دکتر محمود راوری**  **متخصص کودکان**  **مربی ارشد کشوری شیرمادر و مشاور شیردهی** |
| **9:45 - 9** | **نقش شیرمادر در سلامت حال و آینده کودک** | **آقای دکتر محمود راوری** |
| **9:45-10:30** | **اهمیت تماس و تغذیه در ساعت اول زندگی** | **آقای دکتر محمود راوری** |
| **11 – 10:30** | **استراحت** | |
| **11:30 - 11** | **بیمارستان های دوستدار کودک و ده اقدام برای شیردهی موفق** | **آقای دکتر محمود راوری** |
| **12 – 11:30** | **کد بین المللی و جانشین شونده های شیرمادر** | **آقای دکتر محمود راوری** |
| **13 - 12** | **دوشیدن و ذخیره کردن شیرمادر**  **نمایش فیلم** | **خانم دکتر مژگان مظلوم** |
| **13:30 - 13** | **تفاوت شیرمادر و شیرهای مصنوعی و مضرات پستانک** | **خانم دکتر مژگان مظلوم** |

**روز چهارم: سه شنبه 27 شهریور**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ساعت** | **شرح** | **سخنران** |
| **9 - 8** | **تغذیه مادر در دوران شیردهی** | **خانم دکتر مرجان محمدنوری**  **استادیار- متخصص کودکان** |
| **9:45 - 9** | **تولید شیر و شیرافزاها** | **خانم دکتر مرجان محمدنوری** |
| **10:30 – 9:45** | **منحنی رشد کودکانی که شیرمادر می خورند** | **خانم دکتر مرجان محمدنوری** |
| **11 – 10:30** | **استراحت** | |
| **11:30 - 11** | **اصول تغذیه در سال دوم زندگی** | **خانم دکتر مرجان محمدنوری** |
| **11:30-12:30** | **زردی،آلرژی و ریفلاکس شیرخواران** | **آقای دکتر پرویز قدم لی** |
| **12:30-13:30** | **نکات جدید در تغذیه تکمیلی کودکان** | **آقای دکتر پرویز قدم لی** |

**آقای دکتر پرویز قدم لی (استادیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، متخصص کودکان) خانم دکتر فرزانه گلبنی (استادیار دانشگاه علوم پزشکی شهید بهشتی، دکترای تخصصی آموزش بهداشت و ارتقای سلامت)، خانم دکتر فرحناز صنیعی (متخصص کودکان، ) آقای دکتر علی اصغر حلیمی اصل (دانشیار دانشگاه علوم پزشکی ، متخصص کودکان)، خانم دکتر مژگان مظلوم ( پزشک عمومی/ مربی ارشد کشوری شیرمادر و مشاور شیردهی)، آقای دکتر محمود راوری (متخصص کودکان، مربی ارشد کشوری شیرمادر و مشاور شیردهی)، خانم دکتر مرجان محمدنوری**

**استادیاردانشگاه علوم پزشکی ، متخصص کودکان)**