



惠欣婦產科107年媽媽教室課程表

日期	廠商	題目
1/5	優生	生產方式的選擇及待產包包的準備
1/19	S-26	媽咪寶貝快樂洗澎澎
2/9	亞培	產後應注意事項及自我照顧
2/23	優生	職場媽咪輕鬆哺餵母乳
3/9	S-26	超級嬰兒通~新生兒照顧及處理
3/23	亞培	孕期不適及腰酸背痛的處理
4/13	優生	拉梅茲呼吸生產法
4/27	S-26	新生兒預防注射
5/11	亞培	如何促進乳汁分泌及哺餵母乳技巧
5/25	優生	新生兒沐浴及臍帶護理
6/8	S-26	漂亮準媽咪-妊娠營養及體重控制
6/22	優生	狗年新生兒好姓名，實在有狗讚!!
7/13	S-26	上班族如何哺餵母乳
7/27	亞培	月子期間產婦常見問題
8/10	優生	新生兒沐浴及臍帶護理
8/24	S-26	認識產兆，臨盆不害怕
9/7	亞培	孕期生理及心理的變化
9/21	優生	拉梅茲呼吸生產法
10/12	S-26	1.待產包包的準備2.新生兒沐浴
10/26	亞培	如何成功哺餵母乳
11/9	優生	新手媽媽-新生兒照護技巧
11/23	S-26	認識新生兒疫苗
12/7	亞培	產後自我照顧及如何恢復窈窕身材
12/21	S-26	狗年好姓名，好運旺旺來

上課時間：晚上7:30 ~ 8:30

上課地點：惠欣一樓 媽媽教室