

## ATURCARA PROGRAM

MASA	TAJUK	PENCERAMAH
0830-0900	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pendaftaran</li> <li>Taklimat</li> </ul>	Urusetia
0900-1000	Proses Bersalin	Pensyarah Kanan DU54 Jabatan Obstetrik & Ginekologi
1000-1030	Minum Pagi	
1030-1130	Penyusuan Susu Ibu	Kaunselor Penyusuan Susu Ibu / Jururawat Laktasi
1130-1230	Penjagaan Ibu dan Bayi Selepas-Bersalin	Kaunselor Penyusuan Susu Ibu / Jururawat Laktasi
1230-1300	Penilaian Kursus	Urusetia
1300	Bersurai	



## AKTIVITI - AKTIVITI




**UNIVERSITI MALAYA**  
**PUSAT PERUBATAN UM**



## KELAS PENDIDIKAN KESIHATAN IBU MENGANDUNG

**TARIKH :** 27 Februari 2016  
 26 Mac 2016  
 30 April 2016  
 28 Mei 2016  
 23 Julai 2016  
 27 Ogos 2016  
 24 September 2016  
 22 Oktober 2016  
 26 November 2016  
 10 Disember 2016

**HARI :** Sabtu

### ANJURAN

Unit Laktasi  
 Jabatan Obstetrik & Ginekologi  
 Kompleks Kesihatan Wanita dan Kanak-Kanak  
 Pusat Perubatan Universiti Malaysia  
 Lembah Pantai  
 59100 Kuala Lumpur

## PROGRAM PENDIDIKAN KESIHATAN IBU MENGANDUNG

## POLISI PENYUSUAN SUSU IBU KEBANGSAAN

## AKTIVITI - AKTIVITI KELAS

### PUSAT PERUBATAN UNIVERSITI MALAYA

Tahniah! Anda bakal menjadi ibu dan ayah. Pasti ia merupakan pengalaman yang menyeronokan.

Walaubagaimanapun pasti banyak persoalan yang bermain di fikiran anda. Oleh itu kami telah menyediakan program pendidikan kesihatan khusus untuk anda, di mana kami yakin ianya bermanfaat serta berguna buat anda sekeluarga.

### MATLAMAT KELAS

Di akhir sesi ibu dan pasangan dapat:

1. Pengetahuan untuk persediaan mental dan fizikal bagi melalui saat kehamilan, semasa proses bersalin dan selepas bersalin.
2. Kemahiran:
  - Teknik penyusuan yang terbaik,
  - Senaman pernafasan semasa bersalin
  - Mandi bayi dan Penjagaan Tali Pusat Bayi.
  - Senaman Khusus selepas Bersalin.
  - Penggunaan alatan Perancang Keluarga.
  - Membantu isteri semasa di Wad Bersalin.
3. Pendedahan sebenar situasi di lokasi yang bakal ibu -ibu alami.
4. Mengaplikasikan segala ilmu dan kemahiran yang diperolehi dari kelas untuk situasi sebenar.

SEMUA IBU DIGALAKAN MENYUSUI ANAKNYA DENGAN SUSU IBU SAHAJA DARI LAHIR SEHINGGA BERUMUR 6 BULAN DAN MENERUSKANNYA SEHINGGA MENCAPAI UMUR 2 TAHUN. MAKANAN PELENGKAP PERLU DIMULAKAN SEMASA ANAK BERUMUR 6 BULAN

### Maklumat lanjut :

#### Jadual program

Hari : Sabtu

Jam : 0830pagi—1300 petang

#### Jumlah peserta setiap sesi

Minimum : 10 pasangan

Maksimum : 25 pasangan

Para suami perlu turut serta kerana sokongan suami amat diperlukan.

### Pendaftaran

Sekiranya anda berminat untuk mengikuti program ini atau sebarang pertanyaan, sila hubungi ditalian:

Unit Laktasi PPUM 03-79493172

### Bayaran pendaftaran

Pasangan suami isteri, RM 106.00 (Termasuk caj GST).

Bayaran tidak akan dikembalikan

Minum pagi disediakan.



Tahniah  
Kerana hadir

