

嘉義市 112 年度孕產婦身心共同照護專業人力培力訓練 活動簡章

壹、活動目的：

懷孕是人生中很重要的經驗，但在準備歡迎新生命的同時，準爸媽也將需要適應彼此關係的改變和學習如何照顧新生命，因此懷孕不僅僅是喜悅，也是一種壓力，在生活壓力事件量表中，懷孕的壓力分數就高達 40 分、新生兒降臨的分數也有 39 分。

根據世界衛生組織的資料顯示，10%的孕婦和 13%的產婦患有精神障礙，在臺灣曾有研究統計，產後憂鬱症發生率約為 10%，平均產後 4 週出現徵兆，第 3 個月邁入高峰，可長達 1 年。

為提升本市孕產婦心理健康，擬辦理產後憂鬱相關知能推廣，透過體驗活動及媒體推播，將婦女心理健康意識扎根心中。其次，針對孕產婦及家屬辦理產後新生兒照護及生活適應等多元講座，以期增進周邊支持系統功能，並協助產後婦女順利返回職場；最後，辦理孕產婦身心共同照護專業人員培力訓練，以提升專業人員對於產後憂鬱敏感度及轉介能力，及時提供孕產婦適切協助。

貳、主辦單位：嘉義市政府衛生局

協辦單位：嘉義市護理師護士公會

參、承辦單位：戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院

肆、活動日期：112 年 9 月 22 日

伍、報名網址：<https://reurl.cc/M8mmdX>

陸、活動地點：戴德森醫療財團法人嘉義基督教路加堂 B03 第二講堂

柒、參加對象：雲嘉南地區任職於產後護理之家與設有婦產專科之醫療院所、執行相關業務之醫事人員優先錄取，其他有興趣之醫事人員名額上限 100 人。

捌、備註：本課程已申請醫師、護理師、諮商心理師、臨床心理師、職能治療師、助產士繼續教育積分。



玖、活動流程：

(一)9月份

9月22日 08:00-16:00		
時間	課程內容	講師
8:00-8:20	報到、前測	-
8:20-10:20	產後憂鬱症的危險因子之辨識及照顧	戴德森醫療財團法人嘉義基督教醫院/ 附設產後護理之家/ 蘇美雪/經理
10:20-10:30	休息	
10:30-12:30	孕產期的情緒調適	新田心理治療所/臨床心理師/ 曾心怡/心理師
12:30-13:30	休息	
13:30-15:30	幫助孕產婦身心健康的技巧	新田心理治療所/臨床心理師/ 曾心怡/心理師
15:30-16:00	填寫回饋、後測	-
~賦歸~		