

<https://news.usm.my>

Berita Mutakhir

# 28 OCT

## KELAS ANTENATAL BANTU PASANGAN TIMANG CAHAYA MATA

KUBANG KERIAN, 28 Oktober 2015 – Persatuan Jururawat Malaysia (PJM) Cawangan Hospital USM bersama-sama dengan Jabatan Obstetrik dan Ginekologi menganjurkan Kelas Antenatal Mega untuk jururawat yang hamil dan staf Kampus Kesihatan USM untuk memberi pengetahuan dan kemahiran kepada pasangan untuk menyambut kehadiran ahli baru dalam keluarga. Di samping penerangan dan demonstrasi untuk meningkatkan kemahiran peserta, panduan kesihatan tentang ibu-ibu hamil bermula sebelum kehamilan sehingga kelahiran bayi juga diberikan.

Penolong Pengarah Kanan Unit Kejururawatan, Raudzah Haji Mohd Ariffin berkata, kelas ini memberikan pendidikan berkaitan dengan diet seimbang, senaman semasa hamil serta selepas bersalin dan teknik meneran.

“Kelas persediaan kehamilan ini diadakan untuk jururawat Hospital USM dan staf Kampus Kesihatan bersama-sama pasangan mereka dengan mengadakan aktiviti di luar persekitaran hospital untuk memberi keselesaan kepada para peserta di samping mewujudkan suasana yang lebih seronok,” kata Raudzah yang juga Ahli Jawatankuasa Bahagian Pendidikan PJM, Cawangan Hospital USM.

Tambah Raudzah, kelas ini diadakan bertujuan memberi galakan kepada para peserta untuk mengamalkan cara hidup sihat semasa peringkat kehamilan dan pengambilan diet yang seimbang semasa hamil.

“Kelas ini juga melibatkan sesi praktikal mengenai senaman antenatal untuk ibu-ibu mengandung oleh Pensyarah Program Sains Sukan dan Jurupulih Anggota Pusat Pengajian Sains Kesihatan sebagai pendedahan kepada bakal ibu serta bapa mengenai cara-cara untuk membuat senaman yang selamat semasa hamil dan selepas bersalin,” ujarnya lagi.

Teks: Wan Salizawati Wan Ismail

Foto: Nazirah Johar (Sekretariat Laktasi)



Share This

**Pusat Media dan Perhubungan Awam / Media and Public Relations Centre**

Level 1, Building E42, Chancellory II, Universiti Sains Malaysia, 11800 USM, Pulau Pinang Malaysia

Tel : +604-653 3888 | Fax : +604-658 9666 | Email : [pro@usm.my](mailto:pro@usm.my) (<mailto:pro@usm.my>)

Laman Web Rasmi / Official Website : [Universiti Sains Malaysia \(http://www.usm.my\)](http://www.usm.my)

[Client Feedback / Comments \(http://web.usm.my/smbp/maklumbalas.asp\)](http://web.usm.my/smbp/maklumbalas.asp) | USM News Portal. Hakcipta Terpelihara USM 2015