

**ANNELİK DÖNEMİNDE OLMASI
GEREKEN
SAĞLIK OKURYAZARLIK
BECERİLERİ**

Gebelik Döneminde Olması Gereken Sağlık Okuryazarlık Becerileri

- Gebelik dönemindeki testler ve tarama sonuçlarını anlama yeteneği
- Dengeli beslenmenin, egzersizin ve düzenli tıbbi kontrollerin öneminin farkına varılması

Not: Belirtilen bilgiler hakkında size ilgili bölümlerde içerikler sunulacaktır. Bakınız Gebelik Döneminde Fiziksel ve Psikolojik Gereksinimler Modülleri

Doğuma İlişkin Olması Gereken Sağlık Okuryazarlık Becerileri

- Doğum belirtilerini ve doğum tiplerini (örneğin, doğal doğum ve sezaryen) anlamak
- Doğum sırasında ağrı yönetimi stratejilerini bilmek

Not: Belirtilen bilgiler hakkında size ilgili bölümlerde içerikler sunulacaktır. Bakınız Doğuma Fiziksel ve Psikolojik Hazırlık Modülleri

Doğum Sonu Döneme İlişkin Olması Gereken Sağlık Okuryazarlık Becerileri

- Vücudun iyileşme sürecini ve doğum sonrası bakım rutinlerini anlamak
- Emzirme, aşılama ve hijyen gibi yeni doğan bakımı hakkında bilgi edinmek

Not: Belirtilen bilgiler hakkında size ilgili bölümlerde içerikler sunulacaktır. Bakınız Doğum Sonrası Fiziksel ve Psikolojik Hazırlık Modülü