

КОМАНДА СПЕЦИАЛИСТОВ ПРИГЛАШАЕТ БЕРЕМЕННЫХ СО СРОКОМ ОТ 30 НЕДЕЛЬ,
НЕЗАВИСИМО ОТ ПРИКРЕПЛЕНИЯ, НА БЕСПЛАТНЫЕ ЛЕКЦИИ

РАСПИСАНИЕ ЛЕКЦИЙ В ЯНВАРЕ – ФЕВРАЛЕ 2023 ГОДА

28.01

10:30

2 часа

МАРИЯ УФИМЦЕВА

врач акушер-гинеколог,
консультант по ГВ



ЛЕГКИЕ РОДЫ

КАК РОДИТЬ ЛЕГКО, БЫСТРО И БЕЗ РАЗРЫВОВ

Физиология родов. 2 варианта начала родов, алгоритм действий при отхождении околоплодных вод. 12 признаков того, что роды начнутся со дня на день. Как отличить тренировочные схватки от истинных родовых. Когда ехать в роддом. Правило 3 «Т». Что можно и чего нельзя делать на схватках. Рецепт «родового» чая. Физиологические потуги и контролируемые. Как правильно тужиться. Как избежать разрывов. Вертикальные роды и др.

31.01

10:30

2 часа

ИРИНА ЕРШОВА

консультант по ГВ,
член АКЕВ



МАМА В РОДДОМЕ И ПОСЛЕ

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА УСПЕШНОГО ГВ

Почему важно кормить грудью. Какие изменения происходят с молочной железой и почему. «Золотой час», его особенности и ценность. Молозиво, его состав и свойства. Приход молока. Самопоцъ при нагруднице. Если мама и малыш разлучены, как сохранить ГВ. Как сделать грудное вскармливание успешным.

01.02

14:30

2 часа

**КСЕНИЯ
ЗАОСТРОВНЫХ**

врач-педиатр, специалист
по моторному онтогенезу



НОВОРОЖДЕННЫЙ МАЛЫШ

Малыш в роддоме. Транзиторные состояния. Колики – причины, критерии проявления, помощь при коликах. Фиолетовый плач – что это такое? Опасно ли для здоровья малыша? Современный подход к моторному развитию: навыки по месяцам. Почему важны маленькие навыки. Когда можно заподозрить задержку моторного развития и что делать. Навыковая гимнастика: несколько простых упражнений для физиологического развития. Неправильные позы для кормления и ношения. Ранняя вертикализация: чем опасна и как избежать. Опасные девайсы – что стоит покупать своему малышу, а что нет. Нефизиологические упражнения – топ-3 самых вредных упражнений для детей до года. Отсутствие среды для двигательной активности – как правильно организовать пространство для ребенка

02.02

10:30

2 часа

ОКСАНА БАДИСОВА

перинатальный психолог

ЯРОСЛАВНА ГОРШЕНИНА

Репродуктивный, клинический психолог



КАК ОСТАВАТЬСЯ РЕСУРСНОЙ МАМОЙ ПОСЛЕ РОДОВ

Как оставаться в ресурсе после родов. Где брать силы. Как помочь себе. Состояния после родов – норма и отклонения. Как узнать послеродовую депрессию, что делать, можно ли ее избежать? Профилактика. Психология младенца.

Формат встречи: вопрос – ответ, небольшая мини-лекция.

У каждой участницы встречи будет возможность задать свой вопрос и получить ответ.

ЛЕКЦИИ БЕСПЛАТНЫЕ, ОБЯЗАТЕЛЬНА ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСЬ



РЕГИСТРАЦИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ

+7 (908) 573-58-78

(МАРИЯ. VIBER, WHATSAPP)



ЛЕКЦИИ ПРОХОДЯТ

БРАТЬЕВ КАШИРИНЫХ, 130А

«ПОЛИМЕДИКА», АКТОВЫЙ ЗАЛ

