«В ожидании чуда»: Здоровая мама – здоровый малыш

Проект «В ожидании чуда 2018» стартовал в мае в Тюмени и постепенно набирает обороты. Будущие мамы в рамках проекта получают знания, которые помогут родить и вырастить своего малыша.

Для беременной женщины главное – здоровые и максимально безболезненные роды. В июнемамы узнали, что тело прекрасно умеет рожать и у него есть отлаженные механизмы: как гормональные, так и физические. Речь шла о том, какие внешние факторы помогают процессу родов, а какие, напротив, могут затормозить его.

Участницы разобрали вопросы родовой боли: исследовали представления о ней, обсуждали, откуда она берется и как помочь себе справиться с сильными ощущениями.

На встрече с перинатальным психологом Анной Косцынич будущим мамам рассказали, как надуманные попытки и стремления стать идеальной мамой приводят к стрессам и депрессиям. Из них сложно выйти, и они отражаются напрямую не только на психологическом состоянии мамы, но и ее ребенка. Также разобрали теорию о том, что малыш еще в утробе мамы все чувствует и осознает, а это влияет на его формирование и психику.

И главное – малыш психологически зависим не только от мамы, но и от папы, который очень важен в раннем развитии малыша.Встречу посетили мамы, которые ждут первое «чудо», и очень оживленно задавали вопросы на эту тему.

Продолжая тему здоровья, врач акушер-гинеколог высшей категории, заведующая отделением патологии беременности Яна Лисовец рассказала присутствующим про беременность и инфекции, а именно о том, какие инфекции могут негативно сказаться на беременности и о том, как избежать негативных последствий.

Руководитель центра «4Life Восстановление иммунитета» Надежда Тубаева поведала будущим мамам о том, как веками формировалась и передавалась иммунная память. В современном мире данная тема очень актуальна, и тот, кто владеет информацией, -«вооружен».

Врач мануальной терапии, невролог, остеопат тюменского центра остеопатии и мануальной терапии «Остеомед» Денис Мухамедьяров рассказал, как предотвратить возможные проблемы в родах. Специалист наглядно показывал возможность устранения боли на больших сроках беременности и объяснил, что за 2 недели до родов желательно прийти к остеопату для правки деформированных беременностью участков позвоночника и таза, чтобы это помогло легко раскрыться тазовым костям при родах.

Врач также обратил внимание на то, что нужно приглядеться к малышу, так как определенные его позы и внешний вид позволяют различить родовые нарушения или гипертонус. Если не убрать их, то кроха будет беспокоен, и это отразится на развитии. При возникновении данных проблем остеопаты смогут легко помочь, а снятие гипертонуса позволит малышу раскрывать ладошки и спать спокойно.

Оживленно, заинтересованно ис множеством вопросов проходят встречи на проекте «В ожидании чуда». А главное – лекторы помогают мамам избежать части проблем со здоровьем, психическим состоянием и здоровьем малыша, добиться его гармоничного развития. Напоминаем, записаться на проект можно по телефону 8-9044-911-189. Подать заявку можно уже сейчас. #воджиданиичуда2018