



Служба
здоровья



ТЕРРИТОРИЯ
ЗДОРОВЬЯ

**ЗДОРОВАЯ
МАМА -
ЗДОРОВЫЙ
МАЛЫШ**

**Еще до зачатия,
на этапе планирования беременности
женщине следует отказаться от:**



курения



наркотиков



алкоголя

**Первый триместр (12 недель) -
является самым важным периодом.
Именно в это время идет формирование
всех органов и систем будущего ребенка!**

**ДЛЯ ПРАВИЛЬНОГО РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА
ВАЖНО:**

- постоянное снабжение клеток кислородом
- нормальный обмен веществ в организме матери

**БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА ДОЛЖНА СОБЛЮДАТЬ
ПРАВИЛЬНЫЙ РЕЖИМ:**

- труда и отдыха
- питания
- физической активности



**Служба
здоровья**



**Грудное вскармливание - сформированная
самой природой система питания,
и лучшая основа для формирования
здоровья малыша
на всю последующую жизнь!**

ПРЕИМУЩЕСТВА ГРУДНОГО ВСКАРМЛИВАНИЯ:

ДЛЯ МАМЫ

- ПОМОГАЕТ ПРЕОДОЛЕТЬ ПОСЛЕРОДОВУЮ ДЕПРЕССИЮ
- СНИЖАЕТ РИСК РАЗВИТИЯ ЗЛОКАЧЕСТВЕННЫХ НОВООБРАЗОВАНИЙ МОЛОЧНЫХ ЖЕЛЕЗ И ЯИЧНИКОВ
- ПРЕДУПРЕЖДАЕТ ПОСЛЕРОДОВЫЕ КРОВОТЕЧЕНИЯ И РАЗВИТИЯ МАСТОПАТИИ
- ГАРАНТИРУЕТ БЕЗОПАСНОСТЬ: МОЛОКО ВСЕГДА СВЕЖЕЕ И ОПТИМАЛЬНОЙ ТЕМПЕРАТУРЫ
- ПОЗВОЛЯЕТ НАКОРМИТЬ МАЛЫША В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ!

ДЛЯ РЕБЕНКА

- СПОСОБСТВУЕТ ГАРМОНИЧНОМУ РОСТУ И РАЗВИТИЮ РЕБЕНКА
- ИДЕАЛЬНО СООТВЕТСТВУЕТ ПОТРЕБНОСТЯМ РЕБЕНКА И ВОЗМОЖНОСТЯМ ЕГО ПИЩЕВАРЕНИЯ
- ЯВЛЯЕТСЯ ПРОЯВЛЕНИЕМ ТЕСНОГО ТАКТИЛЬНОГО КОНТАКТА С МАМОЙ И ДАЕТ ЧУВСТВО БЕЗОПАСНОСТИ
- СПОСОБСТВУЕТ ПРАВИЛЬНОМУ РАЗВИТИЮ ЗУБОВ И ЧЕЛЮСТИ
- ОБЕСПЕЧИВАЕТ ХОРОШЕЕ САМОЧУВСТВИЕ

ОТВЕТСТВЕННОЕ РОДИТЕЛЬСТВО - СОВОКУПНОСТЬ ФАКТОРОВ

- СВОЕВРЕМЕННАЯ ВАКЦИНАЦИЯ - ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЕНКА**
- РЕГУЛЯРНЫЕ МЕДОСМОТРЫ У ПЕДИАТРА**
- ПРИМЕР ОТВЕТСТВЕННОГО ОТНОШЕНИЯ К СВОЕМУ ЗДОРОВЬЮ**
- ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА**