



ZDROWIE

W RĘKACH SPECJALISTÓW



SCANMED
multimedix



Szanowni Państwo,

zapraszamy do lektury najnowszego biuletynu **Zdrowie w rękach specjalistów**. Wychodząc naprzeciw Państwa oczekiwaniom i odpowiadając na potrzeby naszych Pacjentów zachęcamy do zapoznania się z tematem numeru – Programem Zdrowy Uczeń. Program został tak opracowany, by zapewnić najmłodszym Pacjentom kompleksową opiekę medyczną, ale i wspomagać rozwój intelektualny dzieci. Zdajemy sobie sprawę z tego, że pierwsze lata życia to okres intensywnego rozwoju każdego dziecka, w którym konieczna jest szczególna i profesjonalna opieka medyczna.

Ponadto w numerze znajdą Państwo również informacje na temat akcji profilaktycznych prowadzonych w naszych centrach medycznych. Przyszłych rodziców zapraszamy natomiast do przeczytania wywiadu z położną prowadzącą zajęcia w naszej Szkole Rodzenia.

Zapraszamy do lektury!

TEMAT NUMERU



Program Zdrowy Uczeń

Program **Zdrowy Uczeń** powstał z myślą o naszych najmłodszych Pacjentach, których od lat otaczamy kompleksową opieką medyczną. W naszych dwóch wielospecjalistycznych centrach medycznych oferujemy usługi 43 specjalistów dziecięcych oraz wykonanie niezbędnych badań.

EKSPERT RADZI



Poród – najpiękniejsza chwila w życiu?

Obawy związane z przyjściem dziecka na świat rosną wraz z brzuszkiem mamy. **Monika Markowska położna prowadząca zajęcia w Szkole Rodzenia** twierdzi, że nie ma się czego bać ani wstydzić - należy się przygotować zarówno fizycznie, jak i psychicznie do narodzin i bycia rodzicem.



SPIS TREŚCI

AKTUALNOŚCI

Scanmed Multimedis poszerza sieć placówek	4
Certyfikat Solidna Firma dla Scanmed Multimedis.....	4
Voluson - nowość w Poradni Ginekologicznej.....	4

CO NOWEGO

Leczenie żylaków – ta metoda tylko u nas!	5
Pracownia psychotechniczna.....	5
Indywidualny Program Odnowy Skóry	6

PROFILAKTYKA

Wykonując badanie mammograficzne możesz wygrać życie!.....	7
Szczepienia przeciwko meningokokom	7
Zrób bezpłatną cytologię – dbaj o swoją kobiecość	8
Postaw na zdrowie w swojej firmie!	8

TEMAT NUMERU

Program Zdrowy Uczeń.....	9
---------------------------	---

EKSPERT RADZI

Poród – najpiękniejsza chwila w życiu?	11
--	----

Scanmed Multimedis poszerza sieć placówek

Scanmed Multimedis pozyskała nowego partnera, jakim jest Medrun Sp. z o.o. Dla naszych Pacjentów oznacza to kolejne centrum medyczne, w którym mogą Państwo korzystać z opieki medycznej jeszcze liczniejszej grupy doświadczonych lekarzy. Centrum medyczne Medrun znajduje się w Warszawie przy al. Niepodległości 107/109 (róg ul. Odyńca). Medrun we współpracy z Scanmed Multimedis oferuje kompleksową opiekę zarówno dla dorosłych, jak i dzieci. 20 specjalności dostosowanych do potrzeb Małych Pacjentów to opieka pediatryczna na najwyższym poziomie w stolicy. Lekarze specjalności dziecięcych to doświadczona kadra medyczna, której praca gwarantuje bezpieczeństwo i zdrowie dzieci. Usługi te obejmują również szczepienia ochronne, bilanse oraz diagnostykę. Placówka jest nowoczesnie wyposażona i w pełni przystosowana do przyjęcia także Pacjentów niepełnosprawnych. W oczekiwaniu na wizytę najmłodszy Pacjenci mogą spędzić czas w specjalnie przygotowanym do tego miejscu zabaw.

Certyfikat Solidna Firma dla Scanmed Multimedis

Zostaliśmy wyróżnieni prestiżowym certyfikatem SOLIDNA FIRMA 2011, przyznany przez Kapitułę Programu Gospodarczo - Konsumentkiego Solidna Firma. Certyfikat Solidna Firma to wyróżnienie dla firm, które poświadczą ich rzetelność i wiarygodność. Biorąc udział w Programie poddaliśmy się dobrowolnie ocenie. Ponadto firma Scanemd Multmiedis przeszła trzyetapowy proces weryfikacji prowadzony przez ekspertów, konsumentów i partnerów gospodarczych. Tym samym po raz kolejny potwierdziliśmy, iż jako przedsiębiorstwo jesteśmy marką godną zaufania, działającą zgodnie z zasadami poszanowania wolnej konkurencji i praw konsumenta.



Voluson – nowość w Poradni Ginekologicznej

Aparat Voluson 730 Expert to najwyższej światowej klasy aparat przeznaczony do badań prenatalnych. Urządzenie jest wykorzystywane przez zespół lekarzy ginekologów-położników w naszych poradniach ginekologicznych.

Posiadany przez nas aparat Voluson posiada cztery głowice umożliwiające badania ginekologiczne oraz położnicze, badania 3D i 4D. Z kolei głowica liniowa pozwala wykonywać badania piersi. Aparat posiada wszystkie najnowocześniejsze funkcje w tym Dopler mocy, Dopler spektralny oraz Dopler tkankowy. Poradnie ginekologiczne zapewnia zarówno najbezpieczniejszą, jak i najbardziej zaawansowaną technologicznie diagnostykę w zakresie badań płodu.

Leczenie żylaków – ta metoda tylko u nas!

Zabieg usuwania żylaków metodą bipolarnego zespolenia naczyń (RFITT Celon) to obecnie najnowocześniejszy sposób leczenia żylaków. Metoda jest dostępna w Małopolsce tylko w centrum medycznym Scanmed Multimedis. Zabieg RFITT Celon to innowacyjne leczenie niewydolności żylniej, które może być stosowane w każdym wieku i w każdym stopniu niewydolności żylniej. Leczenie żylaków tą metodą jest bezbolesne. Ponadto zabieg stanowi alternatywę dla chirurgicznych metod leczenia, gdyż nie pozostawia blizn na nogach i nie wymaga pobytu w szpitalu – Pacjent bezpośrednio po zabiegu może się udać do domu i powrócić do codziennej aktywności.



Pracownia psychotechniczna

Pracownia psychotechniczna, znajdująca się w centrum medycznym przy ul. Armii Krajowej 5 w Krakowie, zajmuje się diagnostyką psychologiczną w obszarze psychologii transportu. Posiadamy wymagane zezwolenia konieczne do prowadzenia badań psychotechnicznych. Pracownia wystawia odpowiednie orzeczenia oraz opinie. Dysponujemy zarówno profesjonalnym wyposażeniem, jak i doświadczoną kadrą psychologiczną. Badania psychotechniczne są świadczone w ramach medycyny pracy przy spełnieniu wymogów prawnych stawianych polskim pracodawcom. W naszym centrum są wykonywane pełnoprofilowe badania medycyny pracy: konsultacje specjalistyczne, badania analityczne w tym sanitarno-epidemiologiczne i badania diagnostyczne.

W Pracowni psychotechnicznej prowadzimy badania:

- kierowców zawodowych (ciężarówki, autobusy, TAXI, przewóz osób, rzeczy, itp.)
- kierowców pojazdów służbowych
- instruktorów i egzaminatorów nauki jazdy
- kandydatów na instruktorów i egzaminatorów nauki jazdy
- operatorów maszyn (m.in. operatorów wózków jezdnych, widłowych, spalinowych, operatorów koparek, spycharek, dźwigów)
- kandydatów na operatorów maszyn



Indywidualny Program Odnowy Skóry

Nasze Centrum Medyczne wraz z Centrum Medycyny Estetycznej tworzą szeroką ofertę usług zarówno medycznych, jak i tych związanych z medycyną estetyczną. W Indywidualnym Programie Odnowy Skóry opieramy się zatem o badania, które pomagają ocenić stan zdrowia Pacjenta w szerokim spectrum. W ten sposób działania skierowane na odnowę skóry twarzy uwzględniają wszystkie czynniki – te związane z funkcjonowaniem organizmu i te związane z codziennym życiem Pacjenta. Zabiegi dla Pacjentów dobierane są indywidualnie w zależności od wieku, problemów skóry oraz innych zdrowotnych aspektów.

Na stan naszej skóry wpływa wiele czynników:

- poziom hormonów
- poziom pierwiastków
- schorzenia metaboliczne
- stan odżywienia
- styl życia

Kosmetolog – inżynier chemii, w zależności od indywidualnych predyspozycji dobiera zabiegi oraz kosmetyki.

Badania dodatkowe podczas konsultacji przed zabiegiem

Realizacja Programu łączy usługi medycyny estetycznej z medycyną tradycyjną, co pozwala ocenić funkcjonowanie organizmu. Specjalny pakiet badań umożliwiający prawidłową diagnozę skóry został opracowany przez specjalistów z różnych dziedzin, m.in.: endokrynologii, ginekologii, dermatologii, kosmetologii we współpracy z magistrem chemii. Ponadto Pacjent udaje się także do internisty. Program stwarza zatem szansę wykonania kompleksowych badań.



Wykwalifikowany personel dobiera najbardziej optymalny program pielęgnacji skóry w oparciu o:

- dokładną analizę skóry
- badania analityczne
- badania lekarskie

Klienci objęci indywidualnym programem odnowy skóry otrzymują **25% rabatu na zabiegi kosmetyczne i badania analityczne oraz 5% na zakup kosmetyków marki GERNETIC**. Program ustalany jest na najbliższe pół roku. Częstotliwość wizyt ustalana jest wraz z Pacjentem, w zależności od Państwa dyspozycyjności.

Zapraszamy do centrum przy ul. Podgórskiej 36 w Krakowie.

Zainteresowane osoby prosimy o rejestrację telefoniczną pod numerem: 669 051 500

Wykonując badanie mammograficzne możesz wygrać życie!

Bezpłatne badanie mammograficzne można wykonać w Pracowni Scanmed Multimedis (w budynku Szpitala Św. Rafała), znajdującej się przy ul. Bochenka 12 w Krakowie. Więcej informacji oraz rejestracja na badania dostępna jest pod numerem: 12 370 26 01. Bezpłatne badania mammograficzne przysługuje kobietom w wieku 50-69 lat, które w ciągu ostatnich 2 lat nie wykonywały tego badania w ramach programu profilaktycznego. Badania są bezpłatne, gdyż są finansowane w ramach umowy z Narodowym Funduszem Zdrowia. Wczesne wykrycie nowotworu jest kluczowe dla procesu leczenia. Badania profilaktyczne to zatem szansa na wykrycie nowotworu we wczesnych stadiach, co zwiększa szansę na wyleczenie oraz zachowanie piersi. Najwięcej zachorowań odnotowuje się u kobiet będących w grupie wiekowej 50-70 lat.

Więcej informacji oraz rejestracja na badania dostępna jest pod numerem: 12 370 26 01



Szczepienia przeciwko meningokokom

Od 9 stycznia 2012 roku w centrum medycznym Scanmed Multimedis przy ul. Armii Krajowej 5 są wykonywane bezpłatne szczepienia przeciwko meningokokom. Program szczepień jest realizowany we współpracy z Biurem ds. Ochrony Zdrowia Urzędu Miasta Krakowa. Program bezpłatnych szczepień przeciwko meningokokom obejmuje dzieci:

- między 1. a 3. rokiem życia
- sześciolatnie (urodzone w 2006 roku)

Bezpłatne szczepienie przysługuje dzieciom, których miejscem zamieszkania jest Kraków - są zameldowane na pobyt stały lub czasowy, trwający przez okres, co najmniej trzech miesięcy w dniu szczepienia. Natomiast 1 września 2012 roku program zostanie rozszerzony na pozostałe dzieci w wieku przedszkolnym.

**Informacje oraz rejestracja pod numerem telefonu:
12 629 88 00**

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom rodziców małych Pacjentów, proponujemy 20% zniżki na szczepienia przeciwko meningokokom dla dzieci w grupie wiekowej (1-6 lat), które nie kwalifikują się do Programu. **Promocja obowiązuje do końca marca 2012 r.**



Zrób bezpłatną cytologię – dbaj o swoją kobiecość

Do końca kwietnia w naszych centach medycznych we Wrocławiu i Poznaniu można wykonać, podczas konsultacji ginekologicznej, bezpłatne badanie cytologiczne oraz skorzystać z rabatów. Akcja skierowana jest do wszystkich kobiet, które chcą kompleksowo sprawdzić stan swojego zdrowia. Według różnych statystyk aż około 30% polskich kobiet nigdy w życiu nie miało wykonanej cytologii! Przyjdź do nas i zrób badanie oraz korzystaj z rabatów:

- 20% zniżki na badanie USG ginekologiczne
- 20% zniżki na USG piersi
- 10% rabatu na pakiet Zdrowa Mama

Więcej informacji wraz z możliwością umówienia się na wizytę pod numerem telefonu: 801 462 988



Postaw na zdrowie w swojej firmie!

Propagując ideę dbania o zdrowie i dobre samopoczucie Pracowników i zdając sobie sprawę z tego, że są oni ważnym kapitałem każdej firmy, przygotowaliśmy ofertę dotyczącą organizacji i przeprowadzenia akcji

profilaktycznych w miejscu pracy. Dzięki połączeniu naszego doświadczenia, chęci Pracodawcy i gotowości Pracowników, przyczyniamy się do podnoszenia świadomości zdrowotnej, zapobiegania chorobom, jak i do wykrywania ich we wczesnych stadiach. W ramach medycyny pracy oprócz badań i czynności związanych z wydaniem odpowiednich zaświadczeń dopuszczających do pracy, na życzenie naszych Klientów realizujemy również usługi takie jak:

- rozpoznanie czynników szkodliwych
- udział lekarza w komisjach BHP
- udzielanie porad w zakresie fizjologii i ergonomii pracy
- wizytacje stanowisk pracy
- organizacja badań medycyny pracy w siedzibie Klienta

Dbając o Państwa wygodę oraz o dostępność czasową proponujemy również realizację programu szczepień w siedzibie Państwa firmy oraz przeprowadzenie koordynacji całej akcji. Ponadto w trosce o zapewnienie ciągłego i bezpośredniego dostępu do wszelkich badań z zakresu medycyny pracy stworzyliśmy **sieć przychodni przyzakładowych**, funkcjonujących na terenie firm naszych Klientów. Dla dużych zakładów pracy, zlokalizowanych poza centrum miasta lub w mniejszych miejscowościach, tworzymy indywidualną ofertę opieki medycznej, zapewniającą realizację usług w zakresie medycyny pracy, profilaktyki, diagnostyki i leczenia na terenie firmy.



Program Zdrowy Uczeń

Program Zdrowy Uczeń powstał z myślą o naszych najmłodszych Pacjentach, których od lat otaczamy kompleksową opieką medyczną – prowadząc ich przez cały zamknięty cykl leczenia: od konsultacji lekarskich, poprzez diagnostykę w tym diagnostykę obrazową, badania analityczne po wizyty domowe. Najmłodszym Klientom i ich rodzicom zapewniamy łatwą ścieżkę dostępu do naszych świadczeń, miłą i przyjazną atmosferę, wykwalifikowaną kadrę medyczną, która czuwa nad dobraniem odpowiedniej formy wsparcia dla każdego dziecka, jak i wysoką jakość oraz bezpieczeństwo świadczonych przez nas usług.

Program Zdrowy Uczeń zawiera:

- Opiekę pediatryczną
- Opiekę wyjazdową
- Opiekę specjalistyczną
- Badania diagnostyczne i badania ambulatoryjne
- Opiekę stomatologa dziecięcego
- EEG-Biofeedback – treningi mózgu
- Rehabilitację dla dzieci i młodzieży
- Profilaktykę
- Szkolenia z I pomocy przedmedycznej – Mały Ratownik

Dbając o prawidłowy rozwój dzieci zapewniamy im kompleksową opiekę medyczną. Poprzez realizację wizyt domowych przez lekarzy pediatrów troszczymy się o dzieci także całodobowo, codziennie w dni robocze oraz w dni wolne od pracy oraz święta. Dodatkowo dzieciom chwilowo lub trwale niezdolnym do samodzielnego przemieszczania się zapewniamy usługę transportu medycznego umożliwiającą bezpieczny i komfortowy przewóz do szpitali, miejsc zamieszkania lub pomiędzy jednostkami medycznymi.



Nasi specjaliści dziecięcy

Oferujemy usługi 43 specjalistów dziecięcych oraz wykonanie niezbędnych badań w jednym miejscu, co znacznie ułatwia postawienie diagnozy, jak i skracając czas, który może zaważyć na wynikach leczenia. Oprócz opieki lekarzy pediatrów i lekarzy pierwszego kontaktu, oferujemy także konsultacje specjalistyczne w zakresie:

- alergologii
- chirurgii
- dermatologii
- endokrynologii
- hematologii
- kardiologii
- kardiochirurgii
- laryngologii
- nefrologii
- neurologii
- okulistyki
- ortopedii
- rehabilitacji
- urologii

Opieka stomatologa dziecięcego

Zdajemy sobie sprawę z tego, jak ważne jest dbanie o zęby od najmłodszych lat naszego życia. Równie istotne jest budowanie prawidłowych nawyków związanych z higieną jamy ustnej. W związku z tym wśród lekarzy specjalistów znaleźli się także stomatolodzy dziecięcy, którzy pracując na co dzień z dziećmi, mają swoje sprawdzone sposoby na to, by dzieci chętnie odwiedzały gabinety stomatologiczne i chciały dbać o zęby. Usługi realizowane są w Centrum Stomatologii w placówce przy ul. Armii Krajowej 5.

EEG Biofeedback – trening mózgu

EEG Biofeedback to nowoczesna metoda podnoszenia efektywności pracy naszego mózgu poprzez wykorzystywanie biologicznego sprzężenia zwrotnego, na podstawie którego Pacjent uczy się w świadomy i kontrolowany sposób. Trening odbywa się poprzez interaktywną współpracę z komputerem w postaci gry komputerowej sterowanej jedynie pracą umysłu dziecka (bez pomocy myszki czy klawiatury), co w przypadku najmłodszych Pacjentów stanowi nie tylko efektywną, ale i atrakcyjną formę terapii. Dzieci mogą samodzielnie wybierać formę prezentacji sygnału - może to być gra, animacja lub ulubiona bajka DVD. Regularne treningi Biofeedback dają dziecku możliwość rozpoznawania, zapamiętania, utrwalenia a następnie wykorzystania własnych reakcji, jak i wyćwiczonych umiejętności w życiu codziennym. Osiągana z biegiem czasu poprawa w codziennym funkcjonowaniu sprawia, że dziecko zaczyna wierzyć w siebie jak i w możliwość kontroli swoich zachowań oraz emocji.

Szkolenia z I pomocy przedmedycznej – Mały Ratownik

Proponowane kursy są ściśle dostosowane do grupy wiekowej, a czas ich trwania wynosi 2h. Szkolenia prowadzone są przez dwóch ratowników medycznych dla grup 25 - 30 osobowych. Każdy mały uczestnik otrzymuje fachową wiedzę i umiejętności, a potwierdzeniem ukończenia kursu jest imienny certyfikat „Małego Ratownika”. Mali bohaterowie mogą uratować życie swoich najbliższych, stąd też pomysł, aby uczyć dzieci zasad udzielania pierwszej pomocy oraz umiejętności zachowania się w niebezpiecznych sytuacjach.

Uczymy dzieci najprostszych zasad udzielania pierwszej pomocy w zakresie:

- wykręcania telefonu alarmowego 999
- robienia podstawowych opatrunków
- nauki wołania na pomoc sąsiadów, osób postronnych, świadków zdarzenia
- rozpoznawania osób nieprzytomnych
- poznania potencjalnych zagrożeń w najbliższym otoczeniu (ostre przedmioty, gniazdko elektryczne, gorący garnek etc.)
- nauki podstaw sztucznego oddychania (ćwiczenia na fantomach)
- bezpieczeństwa samych dzieci - dlaczego: warto ubrać kask jeżdżąc na rowerze? należy być uważnym przechodząc przez ulicę? nie wolno wchodzić na parapety i okna? nie należy wygłupiać się przy spożywaniu posiłków?



Program Zdrowy Uczeń realizowany jest na terenie Krakowa w dwóch wielospecjalistycznych centrach medycznych, znajdujących się przy ul. Armii Krajowej 5 oraz ul. Podgórskiej 36. Ponadto w placówce przy ul. Wrocławskiej 53 i ul. Bochenka 12 realizowane są badania diagnostyki obrazowej.

Poród – najpiękniejsza chwila w życiu?

Szkoła rodzenia, sformułowanie, które wielu parom daje nadzieję... Obawy związane z przyjściem dziecka na świat rosną wraz z brzuszkiem mamy. Przyszli rodzice odkrywają, że ich życie ulegnie zmianie, ale i boją się samych narodzin dziecka – pojawia się coraz więcej pytań. **Monika Markowska** *położna prowadząca zajęcia w Szkole Rodzenia Scanmed Multimedix* twierdzi, że nie ma się czego bać ani wstydzić - należy się przygotować zarówno fizycznie, jak i psychicznie do narodzin i bycia rodzicem.



Poród bez mamy nie może się odbyć...

To oczywista sprawa! Lecz ma w sobie pewną dozę niepewności. Kobieta musi uczestniczyć w porodzie, ponieważ to ona nosi przez 9 miesięcy pod swoim sercem małego człowieka. Z drugiej strony kobieta powinna świadomie podejść do narodzin dziecka. Opowiada Monika Markowska: *ciało kobiety zostało*

Poród to zwieńczenie wielkiego oczekiwania. To ogromny wysiłek dla kobiety. Mężczyzna staje się ojcem. Wiele zależy od przygotowania się na finał ciąży i wiedzy przyszłych rodziców. Uczestnictwo w zajęciach szkoły rodzenia pomaga przygotować się do macierzyństwa. Ułatwia odkrywanie pokładów sił oraz miłości i zrozumienia pomiędzy partnerami.

stworzone, by rodzić. Psychika także posiada odpowiednie mechanizmy, które ułatwiają kobiecie rozumienie, akceptowanie zmian, ale i pozwalają jej instynktownie opiekować się maluszkiem. Warto jednak zaznaczyć, że niektóre procesy psychiczne należy pobudzić, by zwiększyć poczucie bezpieczeństwa, ale i świadomości. Szkoła rodzenia to doskonałe miejsce, by pod okiem specjalistów i w towarzystwie innych ciężarnych kobiet przygotowywać się do narodzin dziecka. Poród naprawdę może być wspaniałym wydarzeniem w życiu zarówno kobiety – przyszłej mamy, jak i mężczyzny, który zostaje ojcem – będzie pełnić nową rolę, musi on odnaleźć swoje miejsce w świecie z noworodkiem. Poza tym podczas porodu rodzinnego mężczyzna staje się czynnym uczestnikiem – wspierając i pomagając kobiecie. Zajęcia pozwalają mu rozumieć proces narodzin. Finał porodu to ostatnia faza, która jest poprzedzona innymi elementami przygotowującymi ciało kobiety na rodzenie.

Strach przemijający

Zajęcia w szkole rodzenia rozpoczynają się około 6-7 miesiąca ciąży. Kobieta ma za sobą trudniejszy okres związany z porannymi mdłościami i wrażliwością na zapachy. Wtedy też brzusek przyszłej mamy zaczyna być na tyle widoczny, że namacalnie czuje ona obecność dziecka. *Zmienia się jakby status z „ciąża” na „dziecko”, które się rusza, które widać podczas badań USG. Stąd też zajęcia w szkole rodzenia w tym okresie mają największy sens. Zresztą przyszli rodzice często już wtedy wiedzą, jak na imię będzie miało dziecko i mówią o nim i do niego.*

Okres ten pozwala pozbyć się strachu, ponieważ zaczyna dominować radość – mówi położna ze Szkoły Rodzenia.

Podczas zajęć przyszli rodzice mogą zapoznać się z pielęgnacją dziecka. Warsztaty pielęgnacyjne przede wszystkim pozwalają się oswoić rodzicom z faktem, że już niebawem w ich domu pojawi się nowy członek rodziny. Przyszli rodzice uczą się podnosić, przewijać, dbać o higienę, karmić, rozpoznawać potrzeby małego człowieka. Inną kwestią jest karmienie dziecka. Akt karmienia jest postrzegany jako obowiązek nałożony przez naturę na kobiety. Pragniemy pomóc mamom podchodzić do niego jak do przywileju, który ma być również udziałem taty. Powinien on w tym uczestniczyć nie tylko ze względu na pomoc kobiecie, ale i nawiązywanie więzi z dzieckiem – opowiada położna Monika Markowska.



Dlaczego warto uczyć się narodzić?

Szkoła Rodzenia pozwala zrozumieć procesy narodzin oraz daje wsparcie psychologiczne przyszłym rodzicom. Monika Markowska: *zajęcia praktyczne w szkole obejmują ćwiczenia podczas ciąży, które mają na celu zarówno naukę gospodarowania energią podczas porodu, jak i umiejętnego jej spożytkowania w kulminacyjnym momencie parcia. Dzięki ćwiczeniom oddechowym, relaksacyjnym, nauce kontrolowania napięcia mięśniowego kobieta nabywa umiejętność panowania nad własnym ciałem, a tym samym czynnie uczestniczy w porodzie. Techniki łagodzenia bólu zdają świetnie egzamin podczas pobytu w szpitalu – kobieta mając świadomość własnego ciała sama sobie może pomóc.*

Na zajęciach w szkole rodzenia poruszane są tematy związane z fizjologią oraz emocjami, które towarzyszą rodzicom przed narodzinami dziecka, ale i w trakcie i po porodzie. Stają się one okazją do poznania pielęgnacji i opieki nad dzieckiem w jego pierwszych miesiącach życia oraz ukazują, że nie koniecznie musi to być ciężka praca połączona z wyrzeczeniami. A jeśli się pojawią kłopoty to rodzice zawsze mogą liczyć na nasze wsparcie i pomocną dłoń. Szkoła Rodzenia Scanmed Multimedix to spotkania w niedużych, kameralnych grupach. W miłej i przyjaznej każdemu atmosferze. Cud narodziny wymaga należytego przygotowania, ale to przede wszystkim czas radosnego oczekiwania – kończy Monika Markowska.

Zajęcia w Szkole Rodzenia są prowadzone w placówce Scanmed Multimedix przy ul. Armii Krajowej 5, w postaci cyklicznych spotkań o charakterze edukacyjnym prelekcji tematycznych z elementami pokazu, prezentacji oraz ćwiczeń praktycznych w kameralnych grupach i miłej atmosferze. Osoby zainteresowane mogą się kontaktować poprzez Telefoniczne Centrum Obsługi: 12 629 88 00 lub dzwoniąc bezpośrednio do pokoju położnych: 12 629 88 49.