



Минздрав Республики Коми



Служба  
здоровья

# НЕДЕЛЯ ЗДОРОВЬЯ МАТЕРИ И РЕБЕНКА



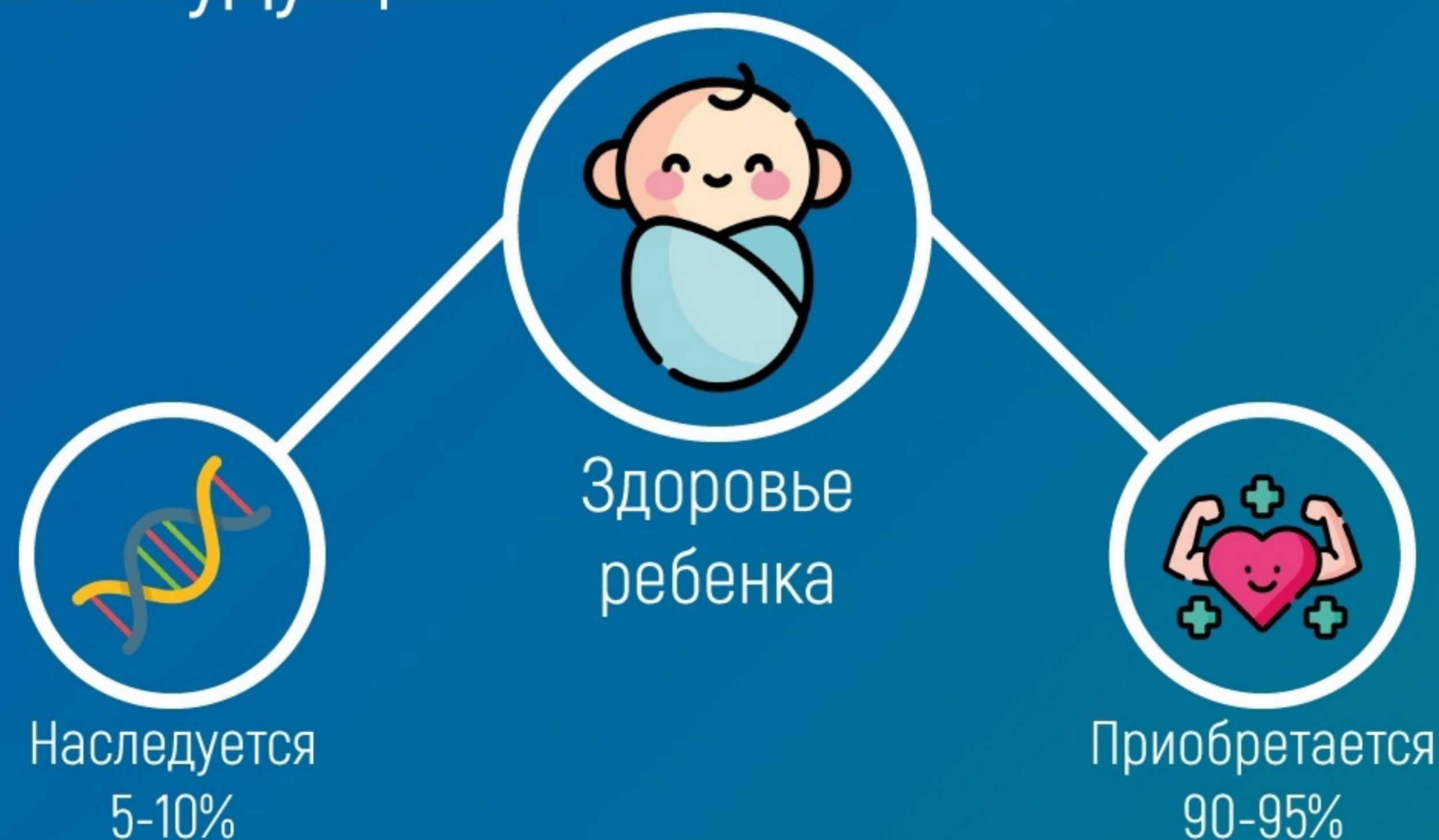
31 марта - 6 апреля



# Почему важно заботиться о здоровье матери и ребенка?

Здоровье матери напрямую влияет на:

- ◆ возникновение осложнений во время беременности и родов;
- ◆ здоровье ребенка, начиная с внутриутробного периода;
- ◆ физическое и умственно развитие ребенка в будущем





# Как поддержать здоровье будущей мамы?



Правильное питание



Отказ от вредных привычек



Спорт и прогулки на свежем  
воздухе



Достаточный отдых



Регулярное посещение врача  
и обследования



Психологическое  
благополучие



# Сохраним здоровье ребенка!



## Неонатальный скрининг

позволяет своевременно в первые дни жизни ребенка диагностировать врожденные и наследственные заболевания



## Грудное вскармливание

идеальное питание для новорожденного, обеспечивающее его всеми необходимыми питательными веществами



## Регулярные осмотры у педиатра

своевременная вакцинация и профилактические осмотры



## Ежедневная гигиена

профилактика возникновения инфекций



# Советы для родителей

Спорт и прогулки на свежем воздухе могут стать отличным способом провести время вместе с ребенком и укрепить его здоровье

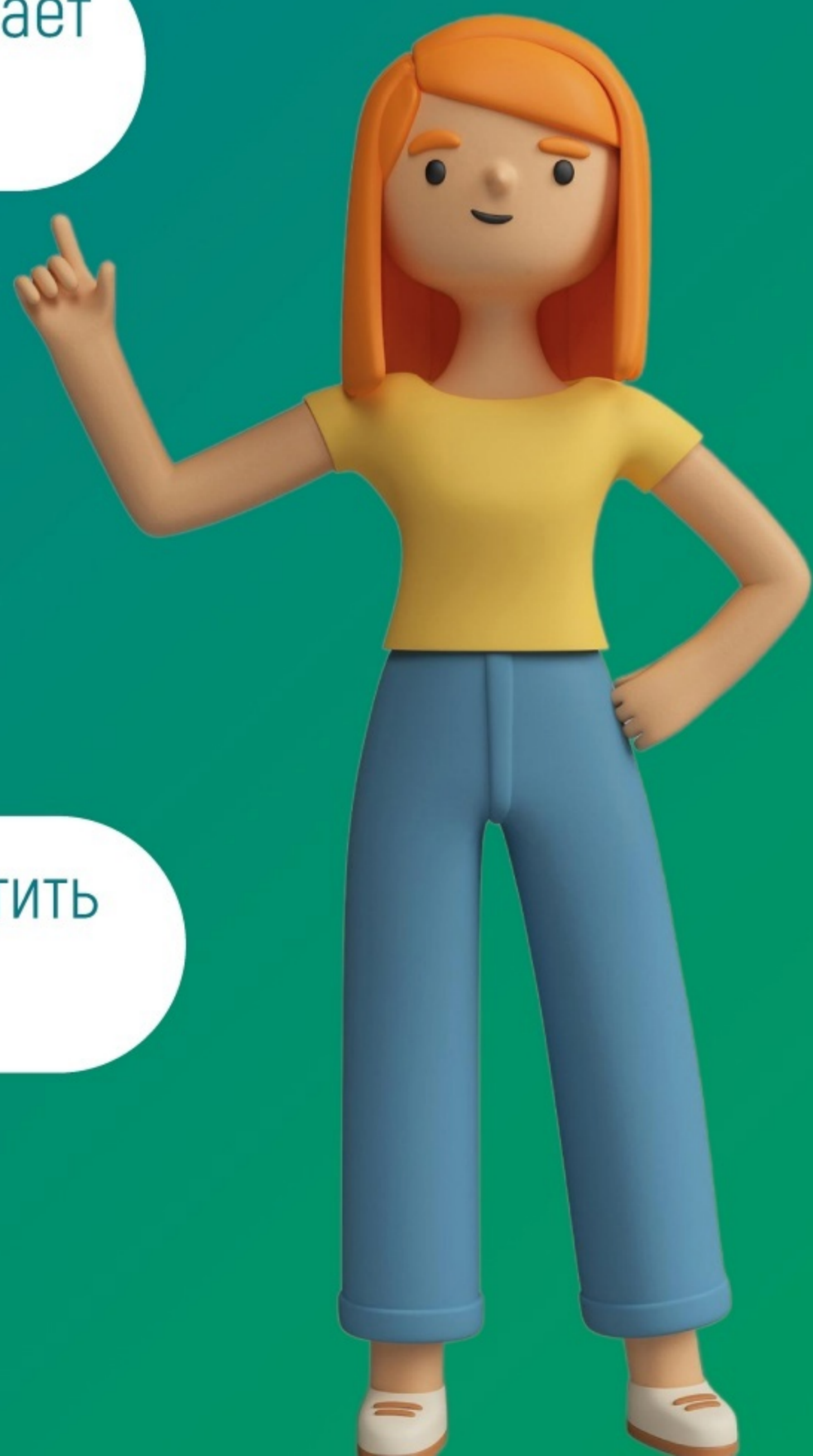
Регулярные прививки помогают защитить ребенка от множества заболеваний

Спокойная и поддерживающая атмосфера дома помогает ребенку чувствовать себя уверенно и комфортно

Здоровое питание – важная часть полноценного развития

Режим дня способствует гармоничному развитию и снижает уровень стресса

Профилактические осмотры помогают вовремя заметить возможные проблемы со здоровьем





**Беречь здоровье матери  
и ребенка - растить  
здоровую нацию!**

