

ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ  
ΔΙΕΥΘΥΝΣΗ ΝΟΣΗΛΕΥΤΙΚΩΝ ΥΠΗΡΕΣΙΩΝ  
ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ «ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΣ ΜΑΚΑΡΙΟΣ ΙΙΙ» ΛΕΥΚΩΣΙΑ

**ΔΙΑΦΩΤΙΣΤΙΚΕΣ ΔΙΑΛΕΞΕΙΣ  
ΓΙΑ ΜΕΛΛΟΝΤΕΣ ΓΟΝΕΙΣ  
ΚΑΙ ΕΓΚΥΟΥΣ**



ΚΥΚΛΟΣ Α  
12/01/2023 - 15/06/2023

**ΣΥΝΤΟΝΙΣΜΟΣ – ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ**  
**«ΚΕΝΤΡΟ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΜΗΤΡΟΤΗΤΑΣ ΚΑΙ ΕΥΗΜΕΡΙΑΣ ΠΑΙΔΙΟΥ»**  
**ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΣ ΜΑΚΑΡΙΟΣ ΙΙΙ, ΛΕΥΚΩΣΙΑ**

## **ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΥΝΑΝΤΗΣΕΩΝ**

### **ΟΙ ΔΙΑΛΕΞΕΙΣ ΘΑ ΠΡΑΓΜΑΤΟΠΟΙΟΥΝΤΑΙ ΣΤΗΝ ΑΙΘΟΥΣΑ ΔΙΑΛΕΞΕΩΝ ΤΟΥ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟΥ ΑΡΧΙΕΠΙΣΚΟΠΟΣ ΜΑΚΑΡΙΟΣ ΙΙΙ ΛΕΥΚΩΣΙΑΣ ΚΑΘΕ ΠΕΜΠΤΗ ΣΤΙΣ 17.00**

#### **12/01/2023 ΜΕΡΟΣ Α : (ΘΕΑ ΘΕΟΔΟΥΛΙΔΟΥ – ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΙ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

1. Εισαγωγή του διαφωτιστικού προγράμματος διαλέξεων για μέλλοντες γονείς και εγκύους
  2. Λειτουργία Τμήματος Προστασίας Μητρότητας - Ευημερίας Παιδιού και Εμβολιασμών
- #### **ΜΕΡΟΣ Β: (ΦΩΤΟΥΛΑ ΧΑΡΙΔΗΜΟΥ – Ν.Λ – ΜΑΙΑ & ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΠΑΡΑΣΧΟΥ ΜΑΙΑ)**

1. Λειτουργία Κλινικής Προγεννητικής Φροντίδας
2. Σύλληψη – Σημεία και συμπτώματα εγκυμοσύνης
3. Ανάπτυξη εμβρύου – Προγεννητικός έλεγχος

#### **19/01/2023 (ΦΩΤΟΥΛΑ ΧΑΡΙΔΗΜΟΥ-Ν.Λ –ΜΑΙΑ & ΣΤΕΦΑΝΙΑ ΠΑΡΑΣΧΟΥ - ΜΑΙΑ)**

1. Προετοιμασία γονέων στη Προγεννητική περίοδο
2. Υγιεινή της εγκύου
3. Διατροφή της εγκύου

#### **26/01/2023 (ΕΛΕΝΗ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ – Ν.Λ.Α´ – ΜΑΙΑ & ΗΛΙΑΝΑ ΛΑΣΕΤΤΑ -Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

1. Ψυχοπροφυλακτική της εγκύου.
2. Προετοιμασία για φυσιολογικό τοκετό
3. Ασκήσεις αναπνοές και χαλάρωση

#### **02/02/2023 (ΔΡ. ΘΑΛΕΙΑ ΠΑΠΑΔΟΥΡΗ – Β. ΔΙΕΥΘΥΝΤΡΙΑ -ΠΑΙΔΙΑΤΡΟΣ-ΝΕΟΓΝΟΛΟΓΟΣ)**

1. Βλαπτικοί παράγοντες κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης που επηρεάζουν την ανάπτυξη του εμβρύου

#### **09/02/2023 ( ΧΡΥΣΩ ΧΡΥΣΟΣΤΟΜΟΥ –Ν.Λ.Α – ΜΑΙΑ, ΙΩΑΝΝΑ ΚΑΝΝΑΒΟΥ- ΜΑΙΑ)**

1. Πότε και πως θα προσέλθει η επίτοκος στο Μαιευτήριο
2. Φυσιολογικός τοκετός. Άλλοι μέθοδοι τοκετού
3. Ξενάγηση στους χώρους του Μαιευτηρίου

#### **16/02/2023 (ΝΙΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ-Π.Ν.Λ-ΜΑΙΑ & ΑΝΤΡΗ ΣΟΦΡΩΝΙΟΥ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

1. Φυσικός Τοκετός- Στάσεις και Φυσικές μέθοδοι διαχειρίσεις του πόνου
2. Δερμική Επαφή Μητέρας Νεογέννητου (Skin to Skin)

#### **23/02/2023 (ΣΤΥΛΙΑΝΗ ΟΡΦΑΝΙΔΟΥ-ΜΑΙΑ & ΗΛΙΑΝΑ ΛΑΣΕΤΤΑ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

1. Φροντίδα Λεχώνας και Νεογέννητου
2. Οι πρώτες μέρες στο σπίτι και η καθημερινή φροντίδα
3. Το πρώτο μπάνιο

**02/03/2023 (ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ ΣΤΡΑΤΗ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ & ΣΤΥΛΙΑΝΗ ΟΡΦΑΝΙΔΟΥ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

- 1.Προτερήματα Μητρικού Θηλασμού, προτερήματα μητέρας -νεογέννητου
- 2.Τεχνική Μητρικού Θηλασμού και διαχείριση προβλημάτων
- 3.Πολιτικές Μητρικού Θηλασμού και δικαιώματα μητέρας

**09/03/2023 ΜΕΡΟΣ Α : (ΔΡ. ΣΑΒΒΑΣ ΑΡΓΥΡΙΔΗΣ – ΓΥΝΑΙΚΟΛΟΓΟΣ –ΜΑΙΕΥΤΗΡΑΣ)**

- 1.Καισαρική τομή – Ενδείξεις και επιπλοκές

**ΜΕΡΟΣ Β (ΔΡ. ΣΤΑΛΩ ΠΑΝΑΟΥΡΗ – ΑΝΑΙΣΘΗΣΙΟΛΟΓΟΣ)**

- 1.Επισκληρίδιος Αναισθησία στο Τοκετό.

**16/03/2023 (ΜΑΡΙΑ ΝΙΚΟΛΑΙΔΟΥ – Ν.Λ – ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

- 1.Σχέσεις βρέφους – παιδιού γονέων. Οι πρώτες δύσκολες φάσεις.

**ΜΕΡΟΣ Β (ΝΙΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ ΠΝΛ-ΜΑΙΑ & ΧΕΠΑ ΙΩΑΝΝΑ ΚΕΔΗΣ-ΜΑΙΑ)**

- 1.Καισαρική Τομή ή Φυσιολογικός Τοκετός

**23/03/2023 (Δρ. ΣΤΕΛΛΑ ΚΑΝΝΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ-ΕΜΠΕΙΡΟΓΝΩΜΟΝΑΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΤΟΞΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ- ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ)**

- 1.Μπορείτε να προφυλάξετε το έμβρυο και το παιδί σας από αθέατους κινδύνους της ασύρματης τεχνολογίας φτάνει να μάθετε πως.

**30/03/2023 (ΝΙΚΗ ΠΑΝΑΓΙΩΤΟΥ – ΠΝΛ – ΜΑΙΑ, & ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΠΑΝΑΓΗ - Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

- 1.Ψυχοπροφυλακτική της εγκύου.
- 2.Προετοιμασία για φυσιολογικό τοκετό
3. Ασκήσεις αναπνοές και χαλάρωση

**06/04/2023 ΜΕΡΟΣ Α : (ΕΡΙΚΑ ΠΕΡΙΚΛΕΟΥΣ– ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

1. Εμβολιασμοί – Σχήμα εμβολιασμών

**27/04/2023 ΜΕΡΟΣ Α : (ΙΟΥΣΤΙΝΗ ΛΟΥΚΑ – Ν.Λ.Α´ - ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

1. Περιποίηση του βρέφους
2. Διατροφή βρέφους- Εισαγωγή στη στερεά τροφή

**ΜΕΡΟΣ Β : ΔΡ.ΧΡΥΣΤΑΛΛΑ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ -ΟΔΟΝΤΙΑΤΡΟΣ**

1. Στοματολογικά προβλήματα κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης-Πρόληψη και αντιμετώπιση τους
2. Αγωγή στοματικής υγείας από την πρώτη παιδική ηλικία

**4/05/2023 ΜΕΡΟΣ Α: (ΝΑΤΑΣΑ ΧΡΙΣΤΟΦΗ – ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

1. Ψυχοκινητική ανάπτυξη βρέφους.

**ΜΕΡΟΣ Β : ΕΛΕΝΗ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ – Ν.Λ.Α΄-ΜΑΙΑ& ΠΑΝΑΓΙΩΤΑ ΚΛΑΜΠΑΝΕΒΑ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

1. Ψυχοπροφυλακτική της εγκύου
2. Ασκήσεις αναπνοές και χαλάρωση

**11/05/2023 (Δρ. ΣΤΕΛΛΑ ΚΑΝΝΑ ΜΙΧΑΗΛΙΔΟΥ-ΕΜΠΕΙΡΟΓΝΩΜΟΝΑΣ ΕΠΙΠΤΩΣΕΩΝ ΤΟΞΙΚΩΝ ΠΑΡΑΓΟΝΤΩΝ ΣΤΗΝ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ ΚΑΙ ΑΣΦΑΛΕΙΑΣ ΤΡΟΦΙΜΩΝ- ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΗΣ ΕΘΝΙΚΗΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ ΚΑΙ ΥΓΕΙΑ ΤΟΥ ΠΑΙΔΙΟΥ)**

1. Κτίζω την φιλία του παιδιού μου με αγάπη. Μαθαίνω να προφυλάσσω το παιδί μου από τοξικούς παράγοντες.

**18/05/2023 (ΝΑΤΑΣΑ ΧΡΙΣΤΟΦΗ – ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

1. Μικροδιαθεσίες κατά τη βρεφική και παιδική /ηλικία-Αντιμετώπιση πυρετού
2. Περιποίηση άρρωστου βρέφους – παιδιού

**25/05/2023 (ΑΝΤΡΗ ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ – ΛΕΙΤΟΥΡΓΟΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΡΙΩΝ ΥΓΕΙΑΣ)**

1. Παιδικά παιχνίδια –Οδηγίες για την αγορά και ασφαλή χρήση
2. Ατυχήματα στο σπίτι και η πρόληψη τους
3. Πρώτες βοήθειες – Οικογενειακό φαρμακείο

**01/06/2023 (ΗΛΙΑΝΑ ΛΑΣΕΤΤΑ - Ν.Λ – ΜΑΙΑ & ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΠΑΝΑΓΗ - Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

1. Ψυχοπροφυλακτική της εγκύου.
2. Προετοιμασία για φυσιολογικό τοκετό
3. Ασκήσεις αναπνοές και χαλάρωση

**08/06/2023 ΜΕΡΟΣ Α: (ΕΛΕΝΗ ΧΑΡΑΛΑΜΠΟΥΣ – Ν.Λ.Α΄ – ΜΑΙΑ & ΜΑΡΙΛΕΝΑ ΠΑΝΑΓΗ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ)**

- 1 Ψυχοπροφυλακτική της εγκύου.
2. Προετοιμασία για φυσιολογικό τοκετό
3. Ασκήσεις αναπνοές και χαλάρωση

**15/06/2023 (ΕΥΦΡΟΣΥΝΗ ΣΤΡΑΤΗ-Ν.Λ-ΜΑΙΑ& ΕΛΕΝΗ ΛΥΣΙΩΤΟΥ-ΜΑΙΑ)**

1. Προτερήματα Μητρικού Θηλασμού για μητέρα –νεογέννητο-κοινωνία
2. Τεχνική Μητρικού Θηλασμού και διαχείριση προβλημάτων
3. Πολιτικές Μητρικού Θηλασμού και δικαιώματα μητέρας

Για περισσότερες πληροφορίες:

Κέντρο Προστασίας Μητρότητας και Ευημερίας Παιδιού NAM III :22405071

Αίθουσα Τοκετών: 22405233

Τμήμα Υπερήχων: 22405138-39

Μαιευτήριο 2 : 22405266

Κλινική Προγεννητικής Φροντίδας: 22405160-22405188

Πληροφορίες NAM III Λευκωσίας : 22405000

**ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΠΙΘΑΝΟΝ ΝΑ ΑΛΛΑΞΕΙ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ  
ΕΚΤΑΚΤΗΣ ΑΝΑΓΚΗΣ**