

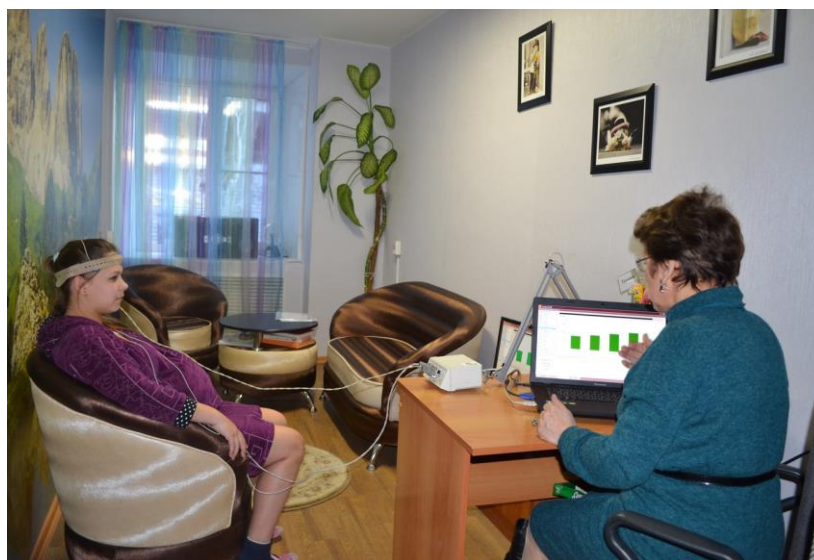
Подготовка к родам

На базе государственного казенного учреждения Астраханской области «Кризисный центр помощи женщинам» в рамках деятельности *кабинета «кризисной беременности»* проводится работа с беременными женщинами по психофизиологической *подготовке к родам* с использованием аппаратно-программного комплекса «Амалтея».



Аппарат «Амалтея» учит правильно работать с дыхательной, нервной и сердечно-сосудистой системами организма, вырабатывает навык эффективного мышечного и духовного расслабления. *Данная методика помогает избежать тревоги в дни, ведущие к счастливому событию.*

В течение 5 занятий женщины овладевают навыками диафрагмально-релаксационного дыхания. Во время занятий формируется *оптимальный настрой на благополучный исход беременности и родов. Преимущество данного аппарата состоит в том,* что в результате обучения тело запоминает новые знания на уровне «памяти тела», и, впоследствии, приобретённые навыки саморегуляции женщина использует во время родов.



В чем особенность такого дыхания? Это дыхание «животом» с вдохом через нос и длинным, медленным выдохом через рот. Этим дыханием женщина будет пользоваться во время беременности в моменты, когда ей нужно перестать волноваться, заснуть, расслабиться или снять мышечные боли.



Метод дисциплинирует беременную женщину и роженицу в родах, делает её более контактной для персонала, следовательно она лучше выполняет указания акушерки и врача. *И главное, женщина, обучаясь, создает благоприятную среду для развития своего будущего ребенка.*

За период времени с ноября 2014 г. до сегодняшнего дня создана компьютерная база данных, состоящая из индивидуальных карточек беременных женщин, в том числе и клиенток нашего центра. Метод функционального биоуправления апробирован самим врачом-сексологом и на других женщинах, среди которых были:

- наши сотрудницы и небеременные клиентки, проживающие в центре;
- психолог клинического родильного дома;
- несколько гинекологических пациенток;
- и даже один молодой человек.

