

# 9 Λόγοι Για Να Επιλέξετε το ΛΗΤΩ Για Τον Τοκετό Σας

## Συγχαρητήρια είστε έγκυος!!

Είναι πολλές οι ερωτήσεις και οι απορίες μιας μέλλουσας μητέρας ... Θα είναι καλά το μωρό μου; Πρέπει να κάνω μαθήματα προετοιμασίας τοκετού; Γίνεται να έχω τον σύντροφό μου καθ' όλη τη διάρκεια του τοκετού; Ποιο μαιευτήριο να επιλέξω;

Εδώ μπορείτε να διαβάσετε αναλυτικά τους λόγους που το ΛΗΤΩ, στα 50 χρόνια λειτουργίας του, αποτελεί κέντρο αναφοράς για τη γυναίκα και το νεογνό ...

### ◇ Εξειδικευμένη ομάδα ιατρών/μαιών

Στο ΛΗΤΩ, θα βρείτε καταξιωμένους ιατρούς όλων των ειδικοτήτων & άρτια καταρτισμένες μαιές, οι οποίοι θα σας παρέχουν κορυφαία φροντίδα, αδιάλειπτη υποστήριξη και συνεχή συμβουλευτική κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης, του τοκετού και της λοχείας.

### ◇ Αίθουσα Τοκετών

Αναβαθμισμένος χώρος, ζεστό και ήρεμο περιβάλλον, με φυσικό φωτισμό και προσωπικό που επιδεικνύει σεβασμό, ζεστασιά και αγάπη στην γυναίκα/μητέρα, στον άνδρα/πατέρα και στο νεογέννητο.

Πλήρως εξοπλισμένη με σύγχρονες κλίνες τοκετού, σύστημα συνεχούς καρδιοτοκογραφίας με κεντρική παρακολούθηση, εξαιρετικά οργανωμένες αίθουσες μαιεύσης.

### ◇ Εναλλακτικά Είδη Τοκετού & VBAC

Πρωτοπόρος στον κλάδο του, το ΛΗΤΩ ξεχωρίζει για τους χώρους εναλλακτικών φυσικών μεθόδων τοκετού που έχει δημιουργήσει: **Τον τοκετό στο νερό και τον τοκετό σαν στο σπίτι** [https://www.letto.gr/page.aspx?p\\_id=1449](https://www.letto.gr/page.aspx?p_id=1449).

Παράλληλα, οι ιατροί & οι μαιές μας, υποστηρίζουν την επιλογή του ολοκληρωμένου φυσιολογικού τοκετού μετά από καισαρική τομή (VBAC: Vaginal Birth After Cesarean [https://www.letto.gr/page.aspx?p\\_id=1532](https://www.letto.gr/page.aspx?p_id=1532)).

#### ◇ **Μαθήματα προετοιμασίας τοκετού**

Τα μαθήματα που αφορούν στις μέλλουσες μητέρες που διανύουν το τελευταίο τρίμηνο της εγκυμοσύνης, με την παρουσία ή και όχι του συντρόφου τους, παραδίδονται από εξειδικευμένες μαίες και ολοκληρώνονται σε 4 επισκέψεις.

Για την παρακολούθηση των μαθημάτων είναι απαραίτητη η συναίνεση του Μαιευτήρα - Γυναικολόγου.

#### ◇ **Μητρικός Θηλασμός & Rooming - In**

Στο ΛΗΤΩ υποστηρίζονται τα βήματα, όπως αυτά ορίζονται από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας (Π.Ο.Υ.) και τη UNICEF για τον Μητρικό Θηλασμό.

Η Υπεύθυνη Μαία Μητρικού Θηλασμού όπως και το σύνολο του προσωπικού ενημερώνουν για τα πλεονεκτήματα και τα οφέλη του μητρικού θηλασμού και διδάσκουν την τέχνη του.

Πραγματοποιούνται καθημερινά σεμινάρια που ενισχύουν τους γονείς στη φροντίδα του μωρού τους, ενώ δωρεάν ενημέρωση παρέχεται στις έγκυες γυναίκες, ανεξαρτήτου ηλικίας κύησης και τους συνοδούς τους, απαντώντας σε όλα τα ερωτήματα και καταρρίπτοντας κάθε μύθο γύρω από τον μητρικό θηλασμό.

Επιπλέον, με την 24ωρη γραμμή επικοινωνίας, υποστηρίζουμε τις μητέρες, με συμβουλές και πραγματικό ενδιαφέρον προκειμένου να νιώσουν ασφάλεια στον μητρικό τους ρόλο αλλά και να ενισχύσουμε την προσπάθειά τους ώστε να συνεχίσουν να θηλάζουν, για όσο το δυνατόν μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Στο ΛΗΤΩ επιπρόσθετα, σας προσφέρουμε μία οικογενειακά προσανατολισμένη επιλογή στη φροντίδα της μητρότητας, το λεγόμενο «ROOMING IN», δηλαδή την εικοσιτετράωρη παραμονή του βρέφους στο ίδιο δωμάτιο με τη μητέρα του, από τη στιγμή της γέννησης, μέχρι και την έξοδο από το μαιευτήριο.

Πρόκειται για μία προαιρετική υπηρεσία, η οποία υπόκειται αποκλειστικά στην επιθυμία και την επιλογή της μητέρας.

Παρέχεται σε όλες τις θέσεις νοσηλείας, με όλο τον απαραίτητο εξοπλισμό (αλλαξιέρες εντός των δωματίων) έτσι ώστε η μητέρα να προσαρμοστεί ευκολότερα στις ανάγκες του μωρού της, με την περιποίησή του να έχει ήδη κατακτηθεί πριν την έξοδο από το μαιευτήριο.

#### ◇ **Μαθήματα Yoga Για Εγκύους**

Στο ΛΗΤΩ, έχουμε σχεδιάσει ένα ειδικό πρόγραμμα που σας προετοιμάζει σωματικά και ψυχολογικά, συμβάλλοντας στην ομαλή εξέλιξη της εγκυμοσύνης και του τοκετού.

Τα μαθήματα απευθύνονται στις μέλλουσες μαμάδες από την 12<sup>η</sup> εβδομάδα κύησης έως τον τοκετό, ανεξάρτητα από τη φυσική κατάσταση και την προηγούμενη ενασχόληση ή όχι με τη γιόγκα. Για την παρακολούθηση των μαθημάτων είναι απαραίτητη η συναίνεση του Μαιευτήρα - Γυναικολόγου.

### ◇ **Ιατρείο Βελονισμού**

Με τη θεραπευτική αυτή μέθοδο, η μέλλουσα μητέρα μπορεί να αντιμετωπίσει επώδυνες ή δυσάρεστες καταστάσεις που δημιουργούνται ή επιτείνονται κατά τη διάρκεια μίας εγκυμοσύνης: οσφυαλγία, ισχιαλγία, την υπερέμεση της κύησης, την καταπολέμηση ψυχοσωματικών διαταραχών (άγχος, αϋπνίες, κ.τ.λ.), τη διακοπή του καπνίσματος.

Ακόμα, συμβάλλει στην προετοιμασία της για φυσικό τοκετό, στον μετασχηματισμό της ισχιακής προβολής του εμβρύου σε κεφαλική και στην ελάττωση του πόνου κατά τη διάρκεια τοκετού με εναλλακτικές μεθόδους.

### ◇ **Εξειδικευμένη Μονάδα Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών (MENN)**

Στο ΛΗΤΩ λειτουργεί, βάσει διεθνών προδιαγραφών και κάτω από αυστηρά ελεγχόμενες συνθήκες, πλήρως εξοπλισμένη Μονάδα Εντατικής Θεραπείας Νεογνών, έτοιμη, αν παραστεί ανάγκη, να παράσχει όλη την απαιτούμενη βοήθεια στο νεογέννητο.

Η ΜΕΝΝ είναι στελεχωμένη με άρτιο ιατρικό και νοσηλευτικό προσωπικό και μηχανήματα τελευταίας τεχνολογίας ενώ εφαρμόζονται οι πλέον σύγχρονες επιστημονικές μέθοδοι για το καλύτερο δυνατό αποτέλεσμα.

Μετά την έξοδο των μωρών από το τμήμα προώρων υπάρχει η δυνατότητα παρακολούθησης από εξειδικευμένους ιατρούς σε ένα πρόγραμμα μακροχρόνιας παρακολούθησης μέχρι την ηλικία των 8 ετών.

### ◇ **Μέθοδος Καγκουρό**

Η «καγκουρό» είναι μία ιδιαίτερα εύκολη στην εφαρμογή μέθοδος, η οποία αποδεδειγμένα βοηθάει στην προαγωγή της υγείας χαμηλού βάρους πρόωρων ή τελειόμηνων νεογνών. Η μέθοδος ενδείκνυται για νεογνά που πληρούν συγκεκριμένες προϋποθέσεις ασφαλείας, σύμφωνες με διεθνή πρωτόκολλα και πάντα μετά την κλινική συνεκτίμηση του υπεύθυνου Νεογνολόγου.

### **Επιπρόσθετα χαρακτηριστικά**

- Οικονομικά προσιτές υπηρεσίες υγείας.
- Ανακαινισμένα πλήρως δωμάτια νοσηλείας που εκπληρώνουν τις πιο απαιτητικές προδιαγραφές αισθητικής και εξοπλισμού.
- Ψηφιακή δήλωση γέννησης του παιδιού.
- Συστηματική καθαριότητα χώρων με πιστοποιημένα απολυμαντικά.
- Πλήρες εξατομικευμένο μενού, ακολουθώντας το πρότυπο της μεσογειακής διατροφής, το οποίο παρασκευάζεται αποκλειστικά στον χώρο του ΛΗΤΩ.
- Εγκεκριμένος από τις αρχές, κανονισμός πρόληψης και ελέγχου λοιμώξεων.
- Έντυπος οδηγός για τον μητρικό Θηλασμό.

**Είμαστε ΜΑΖΙ στην πιο όμορφη στιγμή της ζωής σας!!**