



Değerli Meslektaşlarımız,

Sizleri, **9-10 Ekim 2020** tarihlerinde ÷lkemizin g÷zel şehri İzmir'de d÷zenleyeceğimiz gebelik öncesi, gebelik ve gebelik sonrası d÷nemde sağlıklı yaşamı ele alacağımız **“Ulusallararası Ege Gebelik ve Sağlıklı Yaşam Kongresi”** ne davet etmekten b÷y÷k onur duyuyoruz.

Gebelik yeni bir yaşamın var olduğu eşsiz bir s÷reç... Gebeliğe sağlıklı bir şekilde hazırlanmak, olumsuz sağlık davranışlarından uzaklaşarak gebeliği planlamak sağlıklı bir gebeliğin ilk adımlarıdır. Gebelik s÷resince sağlık personeli izlemi altında olmak, yeterli ve dengeli beslenmek, fiziksel aktivite yapmak, olumsuz sağlık davranışlarından kaçınmak hem annenin daha sağlıklı olmasını hem de anne karnında yeni gelişen bebeğin yaşam boyu onu etkileyebilecek sağlık sorunlarından korunmasını sağlar. Doğum gebeliğin son d÷nemeci ve yaşamda sayılı yaşanabilecek bir deneyimdir. Bu deneyimin kendi doğal s÷reci içerisinde anne ve bebek açısından daha konforlu hale getirilmesi, gereksiz girişimlerden kaçınılması, annenin ve bebeğin sağlığının korunması son derece önemlidir. T÷m bu s÷recin sağlıklı bir şekilde s÷rd÷r÷lmesi için gebeye başta hekim, hemşire ve ebe olmak ÷zere, diyetisyen ve fizyoterapistlerin de yer aldığı geniş bir sağlık ekibi hizmet sunar.

Hekimler, hemşireler, ebeler, diyetisyenler ve fizyoterapistler tarafından multidisipliner bir yaklaşımla d÷zenlenen bu kongrede prekonsepsiyonel bakım, gebelik s÷recinde sağlıklı yaşamın ilkeleri ve sık g÷r÷len sağlık sorunlarına yaklaşım, doğum sonu d÷nemde anne ve bebek sağlığının geliştirilmesi gibi g÷ncel konuları tartışmak, yabancı konuklarımızla birlikte D÷nyada bu alandaki gelişmeleri ele almak istiyoruz.

Sizleri **“Ulusallararası Ege Gebelik ve Sağlıklı Yaşam Kongresi”** nde, Ege'nin incisi, kendisiyle barışık ve sıcak insanların sıcak şehri olan İzmir' de ağırlamaktan mutluluk duyacağız.

Saygılarımızla...

Kongre Eř Başkanları

**Doç. Dr. A. zg÷r YENİEL
MESERİ**

Ege ÷niversitesi Tıp Fak÷ltesi
Sağlık Bilimleri Fak÷ltesi
Kadın Hastalıkları ve Doğum AD.
Diyetetik B÷l÷m÷

Doç. Dr. Reci

Ege ÷niversitesi

Beslenme ve