

Программа курса
«Подготовка и ведение беременности в Аюрведе»

Теоретическая часть

Модуль 1: Аюрведическая эмбриология, анатомия и физиология беременности

Продолжительность: 24 часа, 8 вебинаров

- Введение в Аюрведу;
- Основные концепции Аюрведы;
- Понятия о существующих гранях бытия;
- Эволюция тела и сознания и их главные компоненты и принципы;
- Доши, дхату, упадхату, мала и шротас, главные функции каждой дхату, упадхату и шротас у мужчин и женщин;
- Коротко о важных сира, дхамани, нади и мармах;
- Аюрведический взгляд на репродуктивную биологию;
- Определение гарбха;
- Динамика процесса зачатия.

Модуль 2: Образ жизни и диетология беременных

Продолжительность: 24 часа, 8 вебинаров

- Подготовка к зачатию, три главных жизненных функции и их здоровье;
- Коротко о Йоге и Мудрах – для фертильности, беременности, послеродового периода, а также при общих нетяжелых заболеваниях;
- Самскара – древняя уникальная практика для общего развития плода;
- Основная пища и медикаменты, рекомендуемые в период зачатия, во время беременности и после родов;
- Помесячный инструктаж по питанию во время беременности, до и после беременности, а также диета при общих лёгких заболеваниях;
- Влияние питания на качество грудного молока.

Модуль 3: Аюрведическая фитотерапия распространенных заболеваний беременных

Продолжительность: 24 часа, 8 вебинаров

- Фитотерапия – при подготовке к зачатию, во время беременности и после родов. Послеродовой уход;
- Уход за новорожденным – виды терапии (при коликах, а также вакцинация);
- Фитотерапия при общих лёгких заболеваниях;
- Особенности мануальной терапии во время беременности: абхьянга, определённые виды сведа, басты наружно и внутрь, пичу, дхара и вартти;
- Важные травы и рецептуры – показания и дозировка;
- Экстракорпоральное оплодотворение и Аюрведа.

Практическая часть

Практическая очная сессия в Индии: 14 дней

- Практический семинар по работе с лекарственными растениями, определение их свойств;
- Кулинарный мастер-класс по приготовлению основных блюд, упомянутых в теоретической части курса;
- Мастер-класс по мануальным терапевтическим техникам;
- Практические занятия по йогатерапии;
- Клиническая практика – наблюдение пациентов и процедур.

Промежуточные и итоговые тесты, итоговый экзамен: 10 часов