

## Программа курса

## «Подготовка и ведение беременности в аюрведе»

**Модуль 1: Фундаментальные принципы аюрведы**

- Введение в понятие родов (сришти утпатти карма)
- 5 первоэлементов (махабхута), 3 качеств (гуна), 24 аспектов жизнедеятельности (пуруша), 3 аспекта, поддерживающих жизнь (данда), качества знания (падартха)
- «АЮ»- цели и задачи, определение здоровой жизни (свастха)
- Тест

**Продолжительность:** 5 часов

**Модуль 2: Аюрведическая физиология и анатомия**

- Типы конституции (доша), ткани (дхату), выделения (мала), каналы (шрота), производные тканей (упадхату)
- 11 органов чувств и действия (индрия) и твердые органы тела (ашайа)
- Основные понятия о каналах тела, кровяных, лимфатических сосудах, нервных волокнах и особых точках (сира, дхамани, нади, марма)
- Тест

**Продолжительность:** 12 часов

**Модуль 3: Аюрведическая физиология**

- Пищеварение: типы метаболизма (агни), продукты неполного метаболизма (ама), переваривание (пака),
- Пища, сон, половая активность, естественные позывы
- Тест

**Продолжительность:** 8 часов

**Модуль 4: Аюрведическая фармакология и биохимия**

- Основные понятия дравьягуны: раса, гуна, вирья, випак, карма, прабхава
- Тест

**Продолжительность:** 8 часов

**Модуль 5: Еда и лекарственные препараты с точки зрения аюрведы**

- 8 аспектов важности питания (аятана), правила питания (видхи виджняна), несовместимые продукты питания (вирудха ахара), естественная и привычная акклиматизация (сатмйа и окасатмйа)
- Разница между ахара и бхешайа
- Параметры пищи (прамаана шастра)
- Перечень продуктов и лекарственных препаратов, распространённые рецепты
- Тест

**Продолжительность:** 10 часов + практические занятия

**Модуль 6: Изучение женского репродуктивного механизма (стри виджняна)**

- Детальная анатомия женской репродуктивной системы, соответствующих эндокринных механизмов; менструации – с точки зрения аюрведы и современной медицины
- Тест

**Продолжительность:** 8 часов

## Модуль 7: Изучение плода и беременности (гарбха и гарбhini шарира)

- Беременность - признаки и симптомы, физиологические изменения, плацента
- Помесячное развитие плода
- Образ жизни и забота о здоровье беременной женщины
- Тест

**Продолжительность:** 10 часов

## Модуль 8: Изучение незначительных заболеваний, связанных с беременностью (гарбhini вьяпад)

- Распространённые незначительные заболевания во время беременности и их лечение, факторы риска
- Тест

**Продолжительность:** 8 часов

## Модуль 9: Роды и послеродовой период (прасава и сутика)

- Роды и послеродовой период – физиологические изменения
- Питание, образ жизни и забота о здоровье женщины и ребенка, факторы риска
- Тест

**Продолжительность:** 8 часов

## Модуль 10: Изучение грудного молока и лактации (станья виджняна)

- Лактация, нормальное и ненормальное грудное молоко
- Заменители грудного молока, условия использования, факторы риска
- Тест

**Продолжительность:** 6 часов

## Практические занятия:

- Оценка пракрити, 8 аспектов оценки тела (ашта видха парикша) и 10 критериев оценки пациента и болезни
- Решение кейсов, определение факторов риска
- Йога во время беременности и после родов
- Терапевтическое воздействие руками

**Продолжительность:** 17 часов + практические занятия

**Назначения (лекарственных средств):** 20 часов

**Практические занятия (очная сессия):** 20 дней

**Итоговый экзамен**