

# ΗΜΕΡΙΔΑ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ

## Επιστημονικό Πρόγραμμα

Το Μητρικό Γάλα Πολύτιμο Δώρο Ζωής. Διαδώστε το!

ΜΗΤΡΙΚΟΣ  
ΘΗΛΑΣΜΟΣ

8 ΜΑΪΟΥ 2023

Συνεδριακό Κέντρο "Ν. Λούρος" ΜΗΤΕΡΑ  
Ώρα έναρξης: 08.30



Για να παρακολουθήσετε  
την ημερίδα, πατήστε στο link  
<https://www.mitera.gr/>  
ή χρησιμοποιήστε το QR code



**ΟΡΓΑΝΩΣΗ**  
Νοσλευτική Διεύθυνση &  
Ομάδα Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ



Υπό την Αιγίδα του  
Συλλόγου Επιστημόνων  
Μαιών - Μαιευτών Ελλάδας

**CONCO**  
THE CONFERENCE COMPANY

**ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ**  
CONCO MEETINGS AND EVENTS,  
Σωρού 35, Μαρούσι, 151 25 • Τ +30 210 6109991  
E congress2@concopco.com • W www.concopco.com



# AQUASOL vitamin D

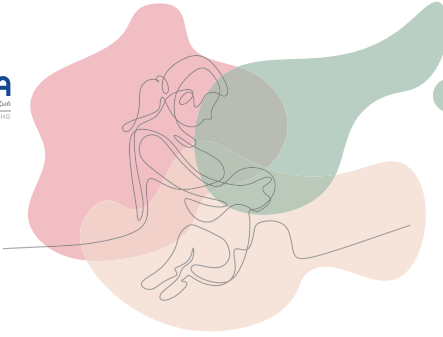


Το AQUASOL VITAMIN D είναι ένα σύγχρονο, καινοτόμο συμπλήρωμα διατροφής που περιέχει βιταμίνη D3. Συνδυάζει μοναδικά την **εύκολη χρήση της μορφής του στοματικού σπρέι με δοσιμετρική αντλία** και την **υδατοδιαλυτή μορφή της βιταμίνης D**.

- ☀️ Γρήγορη και μέγιστη απορρόφηση
- ☀️ Ευχάριστη γεύση φράουλας, χωρίς ζάχαρη
- ☀️ Κατάλληλο για όλη την οικογένεια: βρέφη, παιδιά, ενήλικες

**ΣΥΝΙΣΤΩΜΕΝΗ ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΔΟΣΟΛΟΓΙΑ:**  
1 ψεκασμός περιέχει 400 IU (10μg) Βιταμίνης D3.  
Πολλαπλοί ψεκασμοί προτείνονται σε περίπτωση που απαιτείται μεγαλύτερη δοσολογία.

Να μη γίνεται υπέρβαση της συνιστώμενης ημερήσιας δόσης. Τα συμπληρώματα διατροφής δεν πρέπει να χρησιμοποιούνται ως υποκατάστατα μιας ισορροπημένης διαίτης. Τα προϊόν αυτά δεν προορίζονται για την πρόληψη, αγωγή ή θεραπεία ανθρώπινης νόσου. Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας αν είστε έγκυος, θηλάζετε, βρίσκεστε υπό φαρμακευτική αγωγή ή αντιμετωπίζετε προβλήματα υγείας. Να φυλάσσεται μακριά από τα μικρά παιδιά. Τηλ. Κέντρο Δηλητηριάσεων: 2107793777. Αρ. Γνωστοποίησης στον ΕΟΦ: 109872/29-10-2020. Ο Αρ. Γνωστοποίησης δεν επέχει θέση Άδειας Κυκλοφορίας από τον ΕΟΦ. Υπεύθυνος Κυκλοφορίας: ΜΙΝΕΡΒΑ ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΗ Λεωφ. Κηφισού 132, 12131 Αθήνα, Τ. 210 5702199



## Χαιρετισμός

Αγαπητοί συνάδελφοι, συνεργάτες, μέλλουσες και νέες μητέρες,

Με ιδιαίτερη χαρά και τιμή σας καλωσορίζω στην ημερίδα μητρικού θηλασμού με θέμα: **«Το Μητρικό Γάλα πολύτιμο δώρο ζωής - Διαδώστε το!»**, στο νοσοκομείο ΜΗΤΕΡΑ, αίθουσα «Ν. Λούρος».

Η ημερίδα αυτή διοργανώνεται στο πλαίσιο της συνεχιζόμενης εκπαίδευσης των επαγγελματιών υγείας, της ενημέρωσης και υποστήριξης των νέων μητέρων και της ευαισθητοποίησης του ευρύτερου κοινού για τον μητρικό θηλασμό.

Όραμά μας η προαγωγή, υποστήριξη και προώθηση του μητρικού θηλασμού για όλα τα ευεργετικά οφέλη και τις ανθρωπιστικές επιδράσεις του στην οικογένεια, την κοινωνία, την οικονομία και την υγεία αποτελώντας μέρος της θερμής Αλυσίδας υποστήριξής του.

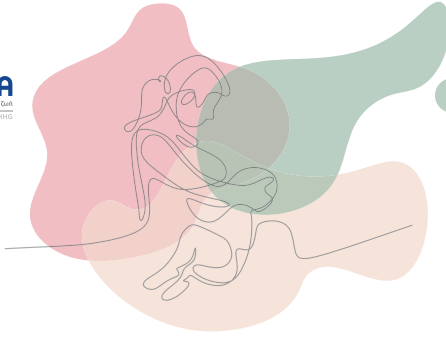
Η συμμετοχή σας θα συμβάλει στην επίτευξη των στόχων της ημερίδας και θα αναδείξει τη δυναμική του μητρικού θηλασμού.

Με συναδελφικούς χαιρετισμούς,

### Μάγδα Σπανού



Υποδιευθύνουσα Μαιευτικής / Γυναικολογικής Κλινικής  
& Συντονίστρια Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ



## Επιστημονικό Πρόγραμμα

08:30

ΧΑΙΡΕΤΙΣΜΟΣ

**Βασίλειος Σιούλας**

08:30 - 09:00

ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΗ ΗΜΕΡΙΔΑΣ

**Μάγδα Σπανού**

**Προεδρείο: Μάγδα Σπανού, Νικόλαος Βουδούρης**

09:00 - 09:15

**1° θέμα: Η ΚΑΛΥΤΕΡΗ ΑΡΧΗ ΣΤΟ ΘΗΛΑΣΜΟ ΞΕΚΙΝΑ ΜΕ ΤΟΝ ΑΡΙΘΜΟ "4"**

**Κατερίνα Τσατσάκη**

09:15 - 09:30

**2° θέμα: Η ΤΕΧΝΙΚΗ ΘΗΛΑΣΜΟΥ: ΘΕΣΕΙΣ ΚΑΙ ΣΤΑΣΕΙΣ ΘΗΛΑΣΜΟΥ**

**Γεωργία Πατογιάννη**

09:30 - 09:45

**3° θέμα: ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΥΠΟΒΟΗΘΟΥΜΕΝΗ ΑΝΑΠΑΡΑΓΩΓΗ**

**Κατερίνα Μοτσάκου**

09:45 - 10:00

**4° θέμα: ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΘΗΛΑΣΜΟΣ**

**Ιωάννης Κατσάκος**

10:00 - 10:15

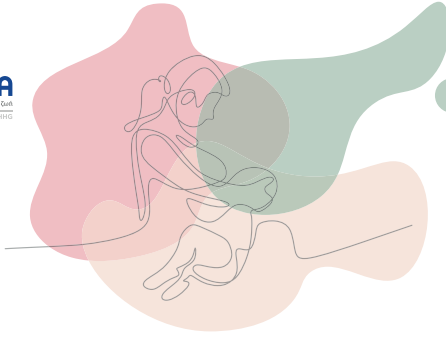
**5° θέμα: ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΚΑΤΑΣΤΑΣΕΙΣ ΣΤΙΣ ΟΠΟΙΕΣ Ο ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΕΙΝΑΙ ΑΜΦΙΛΕΓΟΜΕΝΟΣ;**

**Γεώργιος Χριστόπουλος**

10:15 - 10:30

**6° θέμα: ΥΠΟΓΛΥΚΑΙΜΙΑ ΣΤΟ ΝΕΟΓΝΟ**

**Μαρία Γαρατζιώτη**



## Επιστημονικό Πρόγραμμα

10:30 - 10:45

**7<sup>ο</sup> θέμα:** ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΠΡΟΩΡΟΤΗΤΑ  
**Γεώργιος Μαυρογεώργος**

10:45 - 11:15

**ΔΙΑΛΕΙΜΜΑ**

**Προεδρείο: Μάγδα Σπανού, Λουκάς Κλέντζερης**

11:15 - 11:30

**8<sup>ο</sup> θέμα:** Η ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΗΣ ΔΙΑΘΕΣΙΜΟΤΗΤΑΣ ΤΗΣ ΜΗΤΕΡΑΣ ΣΤΗΝ ΕΠΙΤΥΧΙΑ ΤΟΥ  
ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ  
**Καλλιόπη Μάλφα**

11:30 - 11:45

**9<sup>ο</sup> θέμα:** ΔΙΑΤΡΟΦΗ ΤΗΣ ΘΗΛΑΖΟΥΣΑΣ ΜΗΤΕΡΑΣ  
**Ευαγγελία Χρηστάκου**

11:45 - 12:00

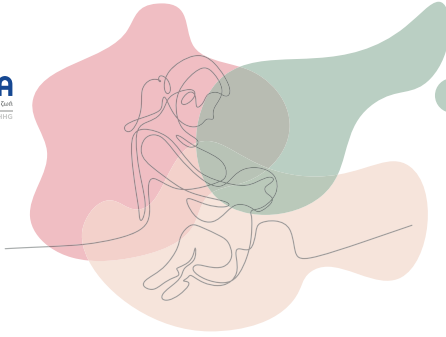
**10<sup>ο</sup> θέμα:** "LIFESTYLE" ΚΑΙ ΜΗΤΡΙΚΟΣ ΘΗΛΑΣΜΟΣ  
**Νικολέττα Κολυδά**

12:00 - 12:15

**11<sup>ο</sup> θέμα:** ΣΥΝΗΘΗ ΠΡΟΒΛΗΜΑΤΑ ΤΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ ΚΑΙ Η ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΟΥΣ  
**Θεόδωρος Λιακάκος**

12:15 - 12:30

**12<sup>ο</sup> θέμα:** ΤΟ Q&A ΤΟΥ ΜΗΤΡΙΚΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ  
Διαδικτυακή σύνδεση με θηλάζουσες μητέρες: «Διέδωσε την εμπειρία σου»!  
**Ευτυχία Καπεντζώνη, Ελένη Πέζου**



## Προεδρείο

### Νικόλαος Βουδούρης

Παιδίατρος, Διδάκτωρ Ιατρικής Σχολής Πανεπιστημίου Αθηνών, Συντονιστής Νεογνολογικού Τμήματος Ορόφων Μαιευτηρίων ΜΗΤΕΡΑ & ΛΗΤΩ

### Λουκάς Κλέντζερης

Μαιευτήρας - Χειρουργός - Γυναικολόγος, Πρόεδρος Ένωσης Μαιευτήρων Γυναικολόγων Ελλάδος, Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Sheffield Αγγλίας, Ακόλουθος Βρετανικού Βασιλικού Κολλεγίου Μαιευτήρων - Γυναικολόγων, τ. Αν. Καθηγητής Μαιευτικής - Γυναικολογίας Πανεπιστημίου WARWICK - UK, τ. Διευθυντής Πανεπιστημιακού Νοσοκομείου CARDIFF - UK, Επιστημονικός Συνεργάτης ΜΗΤΕΡΑ και Μονάδας ΥΓΕΙΑ IVF Εμβρυογένεσις

### Μάγδα Σπανού

Υποδιευθύνουσα Μαιευτικής - Γυναικολογικής Κλινικής και Συντονίστρια Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ

## Ομιλητές

### Μαρία Γαρατζιώτη

Παιδίατρος, Διδάκτωρ Νεογνολογίας Πανεπιστήμιο Αθηνών, Επιστημονική Συνεργάτης ΜΗΤΕΡΑ

### Ευτυχία Καπεντζώνη

Μαία, Ομάδα Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ

### Ιωάννης Κατσάκος

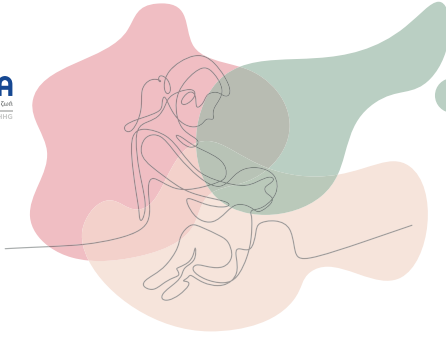
Μαιευτήρας - Χειρουργός - Γυναικολόγος MD, M.Sc., PhD

### Νικολλέτα Κολυδά

Μαία - Bsc, c.MSc, infant Massage Instr., Εξωτερική Συνεργάτης ΜΗΤΕΡΑ

### Θεόδωρος Λιακάκος

Μαιευτήρας - Γυναικολόγος - Χειρουργός Μαστού MD, PhD Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών, Université Libre de Bruxelles (ULB), Επιμελητής Ναυτικού Νοσοκομείου Αθηνών



## Ομιλητές

### Καλλιόπη Μάλλη

Μαία, Αντιπρόεδρος της Ελληνικής Ψυχοπροφυλακτικής Εταιρείας, τ. Συντονίστρια Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ, τ. μέλος της Εθνικής Επιτροπής Μητρικού Θηλασμού, Αξιολογήτρια BFHI

### Γεώργιος Μαυρογεώργος

Παιδίατρος - Νεογνολόγος, Διευθυντής Μονάδας Εντατικής Νοσηλείας Νεογνών ΜΗΤΕΡΑ

### Κατερίνα Μοτσάκου

Μαία, Εξωτερική Συνεργάτης ΜΗΤΕΡΑ

### Γεωργία Πατογιάννη

Μαία αίθουσας τοκετών ΜΗΤΕΡΑ

### Ελένη Πέζου

Μαία, MSc, Ομάδα Μητρικού Θηλασμού ΜΗΤΕΡΑ

### Βασίλειος Σιούλας

Χειρουργός - Γυναικολόγος, Διευθυντής της Α΄ Κλινικής Γυναικολογικής Ογκολογίας και Πρόεδρος του Επιστημονικού Συμβουλίου του ΜΗΤΕΡΑ, Surgical Leadership Program της Ιατρικής Σχολής του Πανεπιστημίου του Harvard (ΗΠΑ)

### Κατερίνα Τσατσάκη

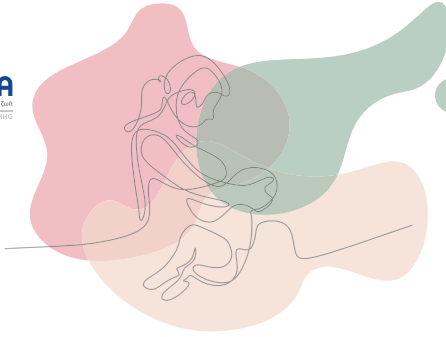
Μαία, Προϊσταμένη Χειρουργείου ΜΗΤΕΡΑ

### Ευαγγελία Χρηστάκου

MSc, Ανεξάρτητη Μαία για τον Φυσικό Τοκετό

### Γεώργιος Χριστόπουλος

MRCOG, MD (Res), PGDip, DFRS, Μαιευτήρας - Χειρουργός Γυναικολόγος, Επίκουρος Καθηγητής Imperial College London, Ειδικός Αναπαραγωγικής Ιατρικής, Επιστημονικός Συνεργάτης ΜΗΤΕΡΑ και Μονάδας ΥΓΕΙΑ IVF Εμβρυογένεσις



Το Μητρικό Γάλα Πολύτιμο Δώρο Ζωής. Διαδώστε το!

ΜΗΤΡΙΚΟΣ  
ΘΗΛΑΣΜΟΣ



Για να παρακολουθήσετε  
την ημερίδα, πατήστε στο link  
<https://www.mitera.gr/>  
ή χρησιμοποιήστε το QR code

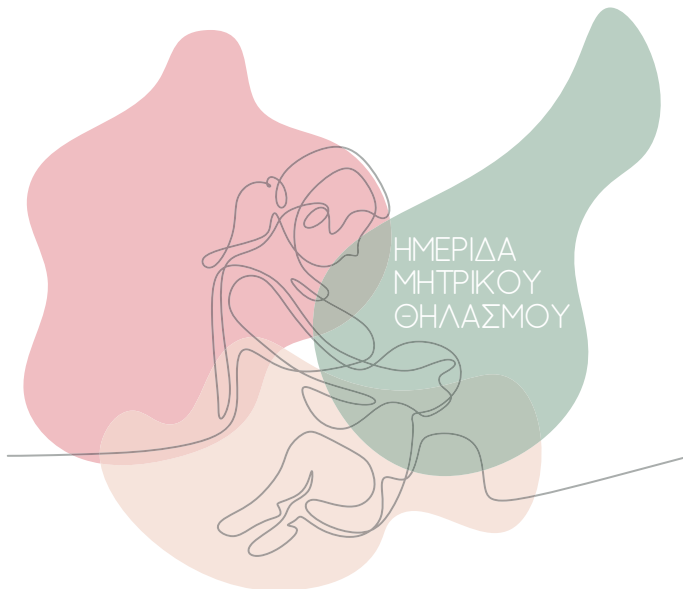
Χορηγοί



 **Galenica α.ε.**

**Lactakit.gr**





Το Μητρικό Γάλα Πολύτιμο Δώρο Ζωής. Διαδώστε το!