|  |
| --- |
|  |
|

|  |  |
| --- | --- |
| **MEDIA RELEASE****Hindi**

|  |
| --- |
|  |

**गर्भावस्था के दौरान शरीर कैसे चलता है, इसमें परिवर्तनों को समझना**गर्भावस्था के दौरान आंदोलन और व्यायाम माताओं और शिशुओं के लिए एक सुरक्षित और स्वस्थ परिणाम के लिए बनाता है।. हालांकि, शरीर के आकार को बदलने के कारण, व्यक्तिगत महिलाओं/वहीन उन्हें व्यायाम के बारे में अनिश्चित बनाने के लिए, के दौरान और गर्भावस्था के बाद गिरने का एक बढ़ा जोखिम का अनुभव कर सकते है।गर्भावस्था के माध्यम से शारीरिक विकास (TK-PEP) AUT के नेतृत्व में एक व्यापक अनुसंधान कार्यक्रम में पहली परियोजना है, ते कुकुनेटंगा (जीवन का विकासशील चक्र), जो महिलाओं और वाहानौ के लिए गर्भावस्था के परिणामों में सुधार के उद्देश्य से इस मुद्दे की जांच करता है।TK-PEP गर्भावस्था के दौरान और बाद में शरीर के आकार, आकार और महत्वपूर्ण संकेतों में होने वाले परिवर्तनों की अधिक समझ बनाने के लिए 400 गर्भवती महिलाओं के साथ काम करेगा। "एक महिलाओं के शरीर गर्भावस्था के दौरान और जन्म के बाद छह महीनों में आकार और आकार में अद्वितीय प्रगतिशील परिवर्तन से गुजरता है । हालांकि यह आम तौर पर स्वीकार किया जाता है कि शारीरिक परिवर्तन इस समय भर में अनुभवी जिस तरह से महिलाओं को चलने, संतुलन, व्यायाम और दैनिक कार्यों को पूरा करने को प्रभावित करते हैं, हम कैसे इन परिवर्तनों को समय भर में विकसित में सीमित अंतर्दृष्टि है, और कैसे वे महिलाओं के बीच अलग है, " कहते हैं, टीके-पीईपी रिसर्च लीडर प्रोफेसर पैट्रिया ह्यूम ।"हमें आशा है कि के रूप में महिलाओं को कैसे अपने शरीर को बदलने के बारे में अधिक जानने के लिए, वे कैसे कदम और उनके संतुलन है, जो बेहतर स्वास्थ्य देखभाल परिणामों के लिए नेतृत्व करेंगे: दोनों शारीरिक और मानसिक में विश्वास हासिल होगा."शोधकर्ताओं को उम्मीद है कि शारीरिक बदलावों की अधिक समझ अंततः जन्म के समय चिकित्सा हस्तक्षेप की आवश्यकता को कम कर सकती है । न्यूजीलैंड की लगभग एक तिहाई महिलाओं को एक बच्चा होने के लिए एक सीजेरियन सेक्शन या वाद्य जन्म (संदंश/ventouse) से गुजरना पड़ता है । 2018 में, स्वास्थ्य मातृत्व मंत्रालय की एक रिपोर्ट से पता चला है कि 36 प्रतिशत महिलाओं के पास सीजेरियन सेक्शन डिलीवरी हुई थी, जो पंद्रह प्रतिशत की डब्ल्यूएचओ की सिफारिश से दोगुनी है। टीके-पीईपी मिडवाइफरी टीम के नेता प्रोफेसर जूडिथ मैकरा-कूपर कहते हैं, हम इस प्रवृत्ति को बदलने के तरीके खोजने की उम्मीद करते हैं ताकि अधिक महिलाओं को योनि जन्म मिल सके ।अनुसंधान AUT सहस्राब्दी में मासिक जगह ले जाएगा, हृदय गति, रक्तचाप, तापमान, श्वसन दर, ऑक्सीजन संतृप्ति और शरीर के आकार और आंदोलन में परिवर्तन के लिए जांच के साथ । बदलते शरीर द्रव्यमान एक 3 डी पूरे शरीर इमेजिंग स्कैनर में कब्जा कर लिया जाएगा और गति पर कब्जा प्रौद्योगिकी चलने और संतुलन का आकलन करने के लिए इस्तेमाल किया जाएगा । एक अध्ययन में आंदोलन चिकित्सा के आधार पर मुफ्त जन्म तैयारी कार्यशालाएं शामिल हैं। इन कार्यशालाओं का उद्देश्य गर्भवती माताओं को उनके श्रम और जन्म के लिए शारीरिक और भावनात्मक रूप से मदद करना है । प्रतिभागियों को पोषण विश्लेषण भी प्राप्त होगा और एक ते कुकुनेटांगा व्हानौ कमरे तक पहुंच है ।"यह एक के लिए अनुसूचित नियुक्तियों के बीच स्वास्थ्य पेशेवरों की एक श्रृंखला के साथ कनेक्ट करने और इस तरह के पोषण, व्यायाम और शारीरिक गतिविधि के रूप में विषयों पर विशेषज्ञों की एक किस्म से प्रतिभागी केवल भलाई सेमिनार में भाग लेने का अवसर है" प्रोफेसर ह्यूम कहते हैं।ते कुकुनेतांगा: जीवन चक्र का विकास एक साझेदारी है जिसमें ऑटो स्प्रिंट (न्यूजीलैंड का खेल प्रदर्शन अनुसंधान संस्थान), मिडवाइफरी और महिला स्वास्थ्य अनुसंधान के लिए ऑटो केंद्र, शारीरिक गतिविधि और खेल अनुसंधान के लिए ते काकानो नेटवर्क, ऑटो ते इपुकारिया (नेशनल माओरी) शामिल हैं। भाषा संस्थान), और NZ रक्षा बल।पूर्ण ते कुकुनेतंगा कार्यक्रम कई वर्षों तक चलेगा और इसमें निम्नलिखित परियोजनाएं शामिल हैं:* गर्भावस्था के माध्यम से शारीरिक विकास
* गर्भावस्था के दौरान गति और भावना का संबंध
* गर्भावस्था के दौरान आसनीय नियंत्रण
* स्वास्थ्य परिणामों में सुधार के लिए भविष्य कहनेवाला मॉडलिंग का उपयोग करना
* गर्भावस्था के दौरान अंतरिक्ष की दृश्य धारणा
* गर्भावस्था के दौरान खाए जाने वाले खाद्य पदार्थ
* गर्भावस्था के दौरान दौड़ना
* गर्भावस्था के बाद सेना के लिए ड्यूटी गाइडलाइन पर लौटें
* गर्भावस्था के दौरान और बाद में मातृ मनोवैज्ञानिक कल्याण

  |

 |
|  |