**Yeşim Grup’ta gebelik ve kadın sağlığına dair farkındalık semineri**

**Yeşim Grup, çalışanlarının iş-yaşam dengesine katkı sağlamak amacıyla hayata geçirdiği “Yaşama Sevgi Desteği” projesi kapsamında, Medicana Bursa Hastanesi iş birliğiyle düzenlediği “Bilinçli Kadın, Sağlıklı Gelecek” semineriyle kadın sağlığı ve gebelik konusunda farkındalık yarattı.**

Yeşim Grup, toplumsal faydayı ön planda tutarak çalışanlarının iş-yaşam dengesine katkıda bulunmak ve kamuoyunda farkındalık yaratmak amacıyla hayata geçirdiği “Yaşama Sevgi Desteği” projesi çerçevesinde anlamlı bir etkinliğe daha imza attı. Medicana Bursa Hastanesi iş birliğiyle düzenlenen “Bilinçli Kadın, Sağlıklı Gelecek” semineri, Büyük Konferans Salonu’nda yoğun katılımla gerçekleşti. Gebelik sürecini ve kadın sağlığını odağına alan seminerde Medicana Bursa Hastanesi Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Op. Dr. Tuğberk Güçlü, bilgi ve deneyimlerini katılımcılarla paylaştı.

Gebelik döneminin hem anne hem bebek için kritik önem taşıyan bir süreç olduğuna dikkat çeken Op. Dr. Tuğberk Güçlü, “Gebelik, annenin bedensel ve ruhsal sağlığının yeniden yapılandığı özel bir süreç. Bu dönemde düzenli doktor kontrolleri, ultrason takipleri, gerekli testlerin yapılması, gebelik öncesi ve süresince alınması gereken folik asit, demir takviyesi ve diğer vitamin destekleri hem anne hem de bebeğin sağlığı için hayati önem taşıyor. Ayrıca, annenin doğru bir beslenme planı uygulaması, ideal kilo artışını hedeflemesi, düzenli egzersiz yapması ve stres yönetimi, enerji seviyesini korumasına ve bebeğin sağlıklı bir şekilde gelişmesine yardımcı olurken hem fiziksel hem de ruhsal sağlığını destekliyor. Aynı zamanda, doğum öncesi bakım programlarına katılım, gebelikle ilgili risklerin önlenmesinde ve yönetilmesinde kritik rol oynıyor. Bu bilinç ise sağlıklı bir nesil yetiştirmenin temelini oluşturuyor.” dedi.

Kadın sağlığının genel yaşam kalitesi üzerindeki etkisine de değinen Güçlü, “Kadın sağlığı, sadece bireyin yaşam kalitesini değil, aynı zamanda ailenin ve toplumun refahını da etkileyen bir unsur. Düzenli jinekolojik kontroller, meme kanseri ve rahim ağzı kanseri gibi hastalıkların erken teşhisinde önemli bir rol oynuyor. Rahim ağzı kanserine karşı HPV aşısının önemi çok büyük, bu konuda toplumumuzdaki farkındalık artırılmalı. Ayrıca, sağlıklı bir üreme sistemi için regl döngüsünün düzenli takibi, stres yönetimi ve doğru beslenme alışkanlıkları kritik öneme sahip.” diye konuştu.

Yeşim Grup’un “Yaşama Sevgi Desteği” projesi, çalışanlarının iş-yaşam dengesini desteklerken onların sağlık ihtiyaçlarına yönelik bilinçlendirme çalışmalarını da kapsıyor. Diğer yandan topluma duyarlı ve çalışan odaklı yaklaşımıyla hayata geçirdiği projelerle hem fiziksel hem de ruhsal sağlığın güçlendirilmesi adına önemli bir farkındalık oluşturuyor.