



Я - жінка і значить я прекрасна!

***Як українській жінці бути наповненою енергією
в будь-якому віці та при будь яких обставинах.***



Про мене:

- Терехова Уляна
- Практикуючий акушер-гінеколог вищої категорії
- Досвід 25+ років
- Національний тренер МОЗ
- Засновниця Медичного центру Уляни Терехової

- Супроводжую жінок на всіх етапах ЖИТТЯ







7 сходинок х 7 років = ...



0-7 років

- ✓ Сприйняття себе
- ✓ Не пропустити





8 - 14 років

- ✓ Навчання
- ✓ Пубархе
- ✓ Менархе



15 – 21 рік

- ✓ Вперше!
- ✓ Здоров`я
- ✓ Контрацепція



ЖЕНСКИЙ ЦИКЛ

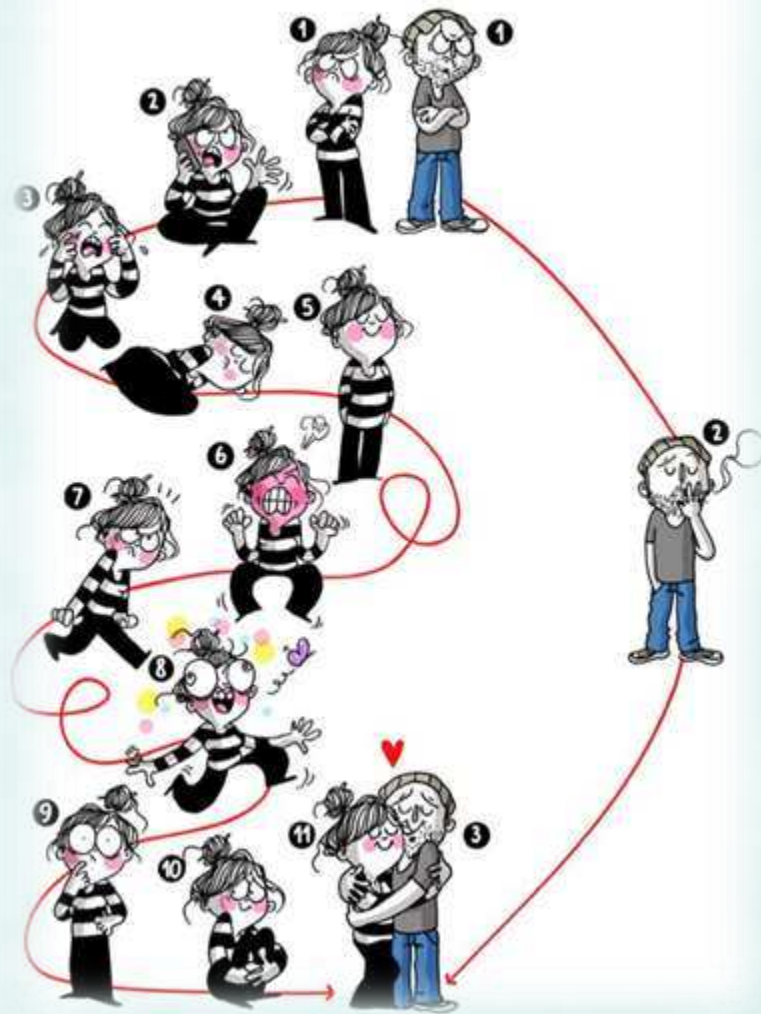


22- 28 років

- ✓ Захист
- ✓ Вагітність



ОТ ССОРЫ ДО ПРИМИРЕНИЯ



УТРОМ НА РАБОТУ



РАСЧЕСАТЬСЯ



ВЫСУШИТЬ
ВОЛОСЫ



СДЕЛАТЬ
ПРИЧЕСКУ



НАКРАСИТЬСЯ



КРАСИВО ПОВЯЗАТЬ
ШАРФ



ПРОВЕРИТЬ,
НЕ ЗАСТРЯЛО ЛИ
ЧТО В ЗУБАХ



ЗАМЕЧАТЕЛЬНО
ВЪГЛЯЖУ
В СВОМ 30!

ПОКА, МИЛЫЙ
ДО ВЕЧЕРА!

ПОПРОЩАТЬСЯ



ВОТ С-А!



29 – 35 років

- ✓ Захист
- ✓ Планування
- ✓ Вагітність
- ✓ Секс



36 – 42 роки

- ✓ Захист
- ✓ Репродуктивні плани
- ✓ Не впененість



На Сивилле:

1 - очки PRADA, 19 700р

2 - браслет, Tiffany, 9 300р

3 - сумка в стиле пэчворк,
Louis Vuitton, 157 300р

4 - жилет вязанный,
Dior, 97 500р

5 - шемиза,
Victoria's Secret, 23 400р

6 - юбка в стиле кэжуал,
Yudashkin, 75 400р

7 - туесок,
собственность стилиста

8 - эспадрильи,
Roberto Cavalli, 48 700р

9 - чемодан,
EARTH EXPLORER,
цена по запросу





43 – 49 років

- ✓ Захист
- ✓ Здоров`я
- ✓ Статус





ФСЬО!!!!!!!



«Жили були
дід зі своєю старухою...»

*Цього періоду не було!!!
Взагалі*





Середній вік менопаузи
51,7 років

але

на

фоні стресів і дефіцитів
«раннє виснаження яєчників»





Після 49

- ✓ Впевненість
- ✓ Відсутність заборон
- ✓ Захист
- ✓ Підтримка





Для жінки кожна сходи́нка важлива



ПОСЛІДОВНІСТЬ: Я, ТИ, ВІН, ВОНА...

Я – сім'я – друзі –
знайомі.....

Я – Я – Я – Я....













Що важливо для жіночого здоров'я?

Якість життя

Режим

Сон

Спорт

Харчування

Поповнення дефіцитів

Обстеження

Секс

Емоції





instagram: dr.ulianaterekhova

«Медицинський центр Уляни Терехової»



066-25-000-96

097-25-000-96