AZEENA
LONGEVITY INSTITUTE

PREGNA CARE

CUPRINS

Introducere 2

Cui se adresează 3

Beneficii 4

Echipa multidisciplinară 6

Structura programului 8

ETAPA I - Evaluare 10

ETAPA II - Plan medical personalizat 19

Cum te programezi 24

FAQ 26

PREGNACARE
Programul AZEENA pentru o sarcină sănătoasă, echilibrată și conștientă

PREGNACARE este un program medical avansat de monitorizare a sarcinii, conceput pe principii de medicină integrativă, prevenție și healthspan materno-fetal. Programul îmbină obstetrica modernă cu nutriție optimă, evaluare metabolică, suport emoțional și terapii de wellness sigure în sarcină, pentru a susține sănătatea mamei și dezvoltarea optimă a fătului.

Abordarea este una holistică și personalizată, cu monitorizare etapizată pe trimestre, integrarea evaluărilor și procedurilor medicale cu cele de wellbeing, sub supravegherea unui navigator medical dedicat, care ghidează gravida pe tot parcursul sarcinii și postpartum.

CUI SE ADRESEAZĂ

- → Femeilor însărcinate care își doresc o monitorizare completă, corectă și empatică a sarcinii
- → Femeilor aflate la prima sarcină sau cu sarcini anterioare cu risc
- → Pacientelor cu afecțiuni asociate (endocrine, metabolice, hematologice, cardiace)
- → Femeilor care își doresc integrarea nutriției, psihologiei și wellness-ului pe parcursul sarcinii
- → Cuplurilor care doresc educație medicală, prevenție și pregătire conștientă pentru naștere și perioada postpartum

BENEFICII

Monitorizare obstetricală completă, conform ghidurilor internaționale

Prevenția și depistarea precoce a complicațiilor materno-fetale

Optimizarea statusului nutrițional, metabolic și a micronutrienților

Reducerea stresului și a anxietății din sarcină

Experiență medicală premium, cu navigator medical dedicat

ECHIPA MULTI-DISCIPLINARĂ

Medic specialist obstetrică-ginecologie
Coordonează monitorizarea sarcinii și deciziile obstetricale.

Medic specialist endocrinolog
Realizează managementul dezechilibrelor hormonale și metabolice.

Medic specialist cardiolog
Evaluează riscul cardiovascular și monitorizează patologiile asociate sarcinii.

Medic specialist diabet și nutriție
Realizează screening-ul și managementul diabetului gestațional.

Medic specialist hematolog
Evaluează și coordonează managementul anemiilor și tulburărilor de coagulare.

Medic specialist pediatru/neonatolog
Oferă consiliere prenatală și programul „primele 1000 de zile”.

Nutriționist/specialist nutrigenetică
Creează un plan alimentar personalizat în sarcină.

Psiholog
Oferă suport emoțional și reducerea stresului.

Health coach
Oferă suport comportamental, motivație și implementarea schimbărilor de stil de viață pentru menținerea rezultatelor.

Navigator medical
Coordonează parcursul pacientului, programările și comunicarea cu echipa medicală.

Terapeut
Aplică terapii de recuperare, relaxare și reglare funcțională, conform planului medical.

Asistent medical
Oferă suport clinic, administrează terapiile și monitorizează siguranța pacientului pe durata programului.

STRUCTURA PROGRAMULUI

Programul este compus din 2 ETAPE

ETAPA I - Evaluare
O radiografie completă a stării de sănătate materno-fetale, care îmbină consultațiile de specialitate cu analize specifice sarcinii, investigații imagistice și evaluări funcționale, pentru monitorizarea evoluției sarcinii și identificarea precoce a eventualelor dezechilibre materne sau fetale.

ETAPA II - Plan medical personalizat
Intervenții medicale integrate și recomandări personalizate, adaptate vârstei gestaționale și profilului biologic al gravidei, pentru susținerea unei sarcini sănătoase, prevenția complicațiilor și optimizarea dezvoltării fetale.

ETAPA I
EVALUARE

ETAPA I - Evaluare

Această etapă urmărește evaluarea inițială și monitorizarea structurată a sarcinii pe trimestre, cu investigații, analize și consultații adaptate fiecărei vârste gestaționale.

A. Consultații și investigații obstetricale

1. Consultația inițială

→ Consultație ginecologie
→ Test Papanicolau în mediu lichid
→ Cultură col uterin
→ Ecografie transvaginală
  - confirmare sarcină
→ Analize de sânge - pachet Trimestrul I
→ Stabilirea planului de monitorizare
→ Plan personalizat de suplimente
→ Consultație nutriție
  - evaluare nutrițională și metabolică

2. Control 9-10 săptămâni

→ Consult și ecografie sarcină trimestru I
→ Dublu test (Free Beta-hCG + PAPP-A)/
  Screening genetic prenatal (NIPT)
  - opțional
→ Terapii IV personalizate (vitamine, fier,
  reechilibrare hidroelectrolitică)
  - opțional

3. Morfologie Fetală Trimestrul I (11-13 săptămâni)

→ Ecografie morfologie fetală trimestrul I
→ Arteriografie

4. Control 16-18 săptămâni

→ Consult și ecografie sarcină trimestru II
→ Management interdisciplinar al afecțiunilor asociate
→ Evaluare dermatologică și rutină skincare personalizată (opțional)
→ Terapii IV personalizate (vitamine, fier, reechilibrare hidroelectrolitică) - opțional

5. Morfologie Fetală Trimestrul II (21-23 săptămâni)

→ Ecografie morfologie fetală trimestrul II

6. Control 26-28 săptămâni

→ Consult și ecografie sarcină trimestru II
→ Analize de sânge - pachet Trimestrul II
→ TTGO - Screening diabet gestațional
→ Consiliere nutrițională pentru controlul greutății corporale
→ Consult medic specialist diabet și nutriție (la nevoie)
→ Terapii IV personalizate (vitamine, fier, reechilibrare hidroelectrolitică) - opțional

7. Morfologie Fetala Trimestrul III (30-32 săptămâni)

→ Ecografie morfologie fetală trimestrul III
→ Analize de sânge - pachet Trimestrul III

8. Control 34-36 săptămâni

→ Consult și ecografie sarcină trimestru III
→ Cultură col uterin
→ Analize de sânge
→ Stabilirea planului de naștere
→ Monitorizare CTG - la nevoie
→ Consiliere psihologică prenatală
→ Consilierea părinților cu medic pediatru - sfaturi utile pentru îngrijirea nou-născutului

9. Control 37- 41 săptămâni

→ Consult si ecografie sarcină trimestru III
→ Analize complete pachet naștere + consult preanestezic
→ Monitorizare CTG săptămânal

B. **Onboarding Navigator medical**
Preluarea pacientului încă de la începutul programului și ghidarea acestuia pe tot parcursul etapelor, asigurând coordonarea investigațiilor, comunicarea cu echipa medicală și continuitatea îngrijirii.

Consultația inițială

Consultație ginecologie	1
Test Papanicolau în mediu lichid	1
Cultură col uterin	-
Ecografie transvaginală - confirmare sarcină	1
Analize de sânge - pachet Trimestrul I	-
Stabilirea planului de monitorizare	1
Plan personalizat de suplimente	1
Consultație nutriție - evaluare nutrițională și metabolică	-

Control 9-10 săptămâni

Consult si ecografie sarcina trimestru I	1
Dublu test (Free Beta-hCG + PAPP-A)/ Screening genetic prenatal (NIPT) - opțional	-
Terapii IV personalizate (vitamine, fier, reechilibrare hidroelectrolitică) - opțional	-

Morfologie Fetală Trimestrul I (11–13 săptămâni)

Ecografie morfologie fetală trimestrul I	1
Arteriografie	-

Control 16–18 săptămâni

Consult si ecografie sarcină trimestru II	1
Management interdisciplinar al afecțiunilor asociate	1
Evaluare dermatologică și rutină skincare personalizată - opțional	-
Terapii IV personalizate (vitamine, fier, reechilibrare hidroelectrolitică) - opțional	-

Morfologie Fetală Trimestrul II (21–23 săptămâni)

Ecografie morfologie fetală trimestrul II	1

Control 26-28 săptămâni

Consult si ecografie sarcină trimestru II	1
Analize de sânge - pachet Trimestrul II	-
TTGO - Screening diabet gestațional	-
Consiliere nutrițională pentru controlul greutății corporale	-
Consult medic specialist diabet și nutriție - la nevoie	-
Terapii IV personalizate (vitamine, fier, reechilibrare hidroelectrolitică) - opțional	-

Morfologie Fetală Trimestrul III (30–32 săptămâni)

Ecografie morfologie fetală trimestrul III	1
Analize de sânge - pachet Trimestrul III	-

Control 34-36 săptămâni

Consult și ecografie sarcină trimestru III	1
Cultură col uterin	1
Analize de sânge	-
Stabilirea planului de naștere	1
Monitorizare CTG - la nevoie	-
Consiliere psihologică prenatală	1
Consilierea părintilor cu medic pediatru - sfaturi utile pentru îngrijirea nou-născutului	1

Control 37-41 săptămâni

Consult si ecografie sarcină trimestru III	1
Analize complete pachet naștere + consult preanestezic	-
Monitorizare CTG săptămânal	4

Onboarding navigator medical 1

ETAPA II
PLAN MEDICAL PERSONALIZAT

ETAPA II - Plan medical personalizat

Această etapă completează monitorizarea medicală prin intervenții sigure, menite să susțină confortul fizic, echilibrul emoțional și starea de bine a gravidei.

A. **Recovery & Wellness**
Terapii blânde și sigure în sarcină, dedicate relaxării, îngrijirii corporale și susținerii confortului fizic și emoțional al viitoarei mame.

→ Masaj prenatal (relaxare drenaj)
→ Tratament facial „Mommy Glow”
→ Zestos Dryfloat
→ Yoga prenatală - PrenatalBalance Yoga
→ Pilates prenatal
→ Health Coaching

B. **Healthy Living Academy**
→ Acces la grouptalks, ateliere, antrenamente de grup

Ce primești la finalul programului

→ Dosar medical PREGNACARE securizat, cu toate investigațiile și rezultatele
→ Plan personalizat de naștere și postpartum
→ Continuitate a îngrijirii pentru mamă și copil
→ Acces prioritar la programele postpartum și pediatrice

Beneficii Premium incluse

→ Programare medicală prioritară (24-48 h)
→ Prioritate la investigații și proceduri
→ Acces preferențial la cursuri și evenimente educaționale
→ Discount 10-15% la proceduri complementare
→ Navigator medical dedicat pe toată durata programului

Recovery & Wellness

Masaj prenatal (relaxare/drenaj)	2
Tratament facial „Mommy Glow”	2
Zestos Dryfloat	-
Yoga prenatală - PrenatalBalance Yoga	2
Pilates prenatal	2
Health Coaching	3

Healthy Living Academy

Acces la grouptalks, ateliere, antrenamente de grup	1

Valoare totală PREGNACARE de la 1670 EURO

Beneficii

Programare de urgență în 24h la oricare medic din echipa AZEENA

Prioritate programări în termen de 3 zile la oricare medic din echipa AZEENA

Prioritate evenimente pentru comunitate (evenimente/work-shop/webinarii/acces la group talks)

Navigator medical dedicat pe tot parcursul programului

Suport Health Coach - 3 ședinte Cadou

5% discount suplimentar - la plata integrală

5% discount pentru programele achiziționate ulterior (Postpartum/Start Baby)

Modalități de plată:
Plată eșalonată în 3 rate lunare
→ 50% în prima lună
→ 25% în luna a doua
→ 25% în luna a treia

CUM TE PROGRAMEZI

01. Completezi formularul online sau faci o programare telefonică

02. Împreună cu navigatorul medical planifici datele pentru programare

03. Beneficiezi de concierge pentru logistică, cazare și transport

FAQ
FREQUENTLY ASKED QUESTIONS

01. **Este programul potrivit pentru sarcini cu risc?**

Da. Programul permite integrarea rapidă a specialiștilor necesari și monitorizare personalizată.

02. **Pot beneficia de program dacă nu sunt la prima sarcină?**

Da. PREGNACARE este adaptat atât primiparelor, cât și multiparelor.

03. **Sunt terapiile complementare sigure în sarcină?**

Da. Toate terapiile sunt atent selectate și adaptate trimestrului de sarcină.

04. **Programul include și perioada postpartum?**

Programul include consiliere postpartum și acces prioritar la programele dedicate mamei și bebelușului.

AZEENA
LONGEVITY INSTITUTE

AZEENA Longevity Institute

Splaiul Protopop Meleție Drăghici 3,
ISHO A, Timișoara

+40 721 136 436
info@azeena.ro

www.azeena.ro