

( . . . . . )

( . . . . . )



:  
: Ivelina Dafcheva  
μ -

2011





μ  
 μ . μ  
 μ .  
 « μ  
 6 μ μ 3 ».  
 μ μ μ  
 μ , μ , μ  
 . , μ μ  
 , .  
 1 μ

μ	3,3kg
	0,6kg
μ	0,8kg
	0,9kg
μ	0,4kg
	1,5kg
μ	1,4kg
	3,1kg
	12kg

μ μ μ  
 , μ μ  
 μ μ μ μ . μ μ

μ μ μ μ μ μ

μ μ .

μ

- , μ  
μ μ μ
- μ μ μ Listeria  
μ , μ ,
- μ μ μ μ
- , , μ  
μ μ μ μ μ μ  
μ Toxoplasma, μ
- μ μ μ μ μ μ
- μ μ μ μ μ μ
- , μ μ μ μ μ μ



μ

- μ . μ ,  
μ . ,
- μ 2  
μ ( , μ )
- . , μ μ μ  
μ μ
- , 2-4 μ . , , ,  
, μ
- , , ( , μ , , ,  
) , μ μ μ  
μ μ μ  
μ .



μ D, μ μ  
μ .

μ , μ μ  
μ : μ μ

μ , μ μ μ  
μ .

μ C

μ μ μ μ C.  
μ μ μ μ μ ,  
μ μ μ μ .

μ 6, 12

μ μ μ μ μ ,  
μ μ μ μ μ μ  
μ











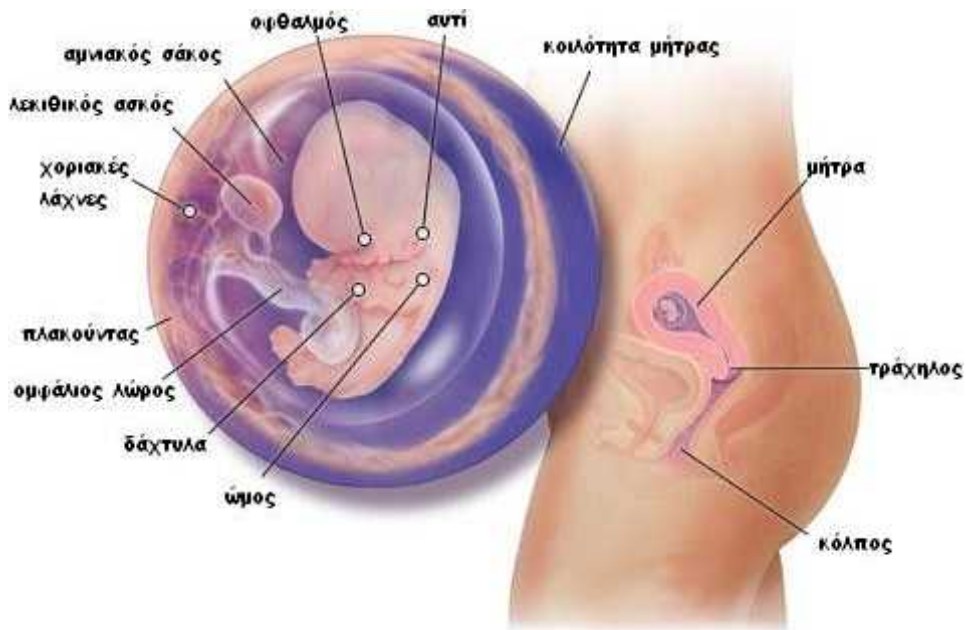






1 μ μ . μ μ μ  
μ μ μ

2 μ

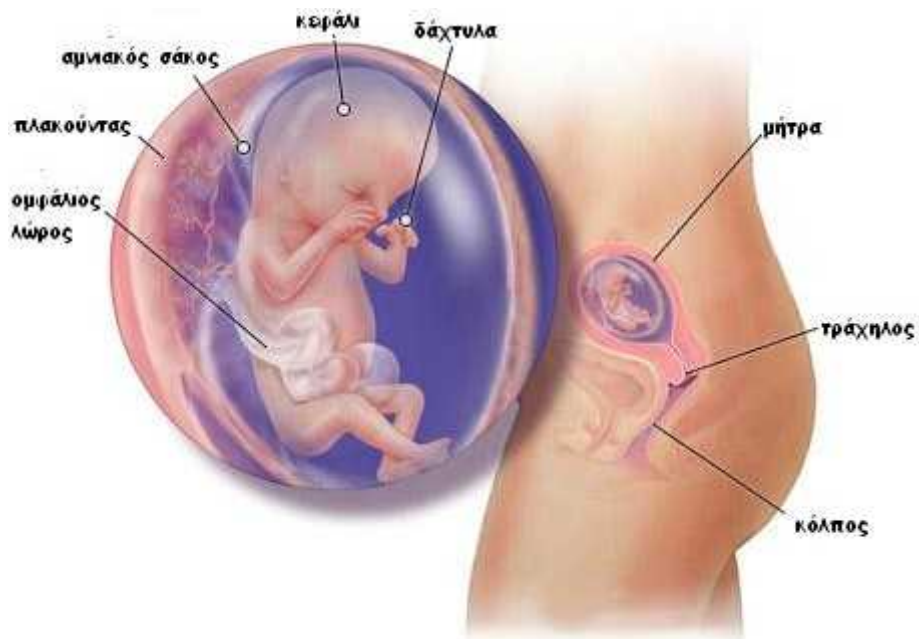


2 μ μ ( μ  
10 μ ) μ  
μ . ( , )  
μ μ μ μ ,





μ ,  
 . ,  
 μ μ μ μ μ  
 μ . μ  
 μ μ μ μ  
 μ μ . μ  
 3 μ



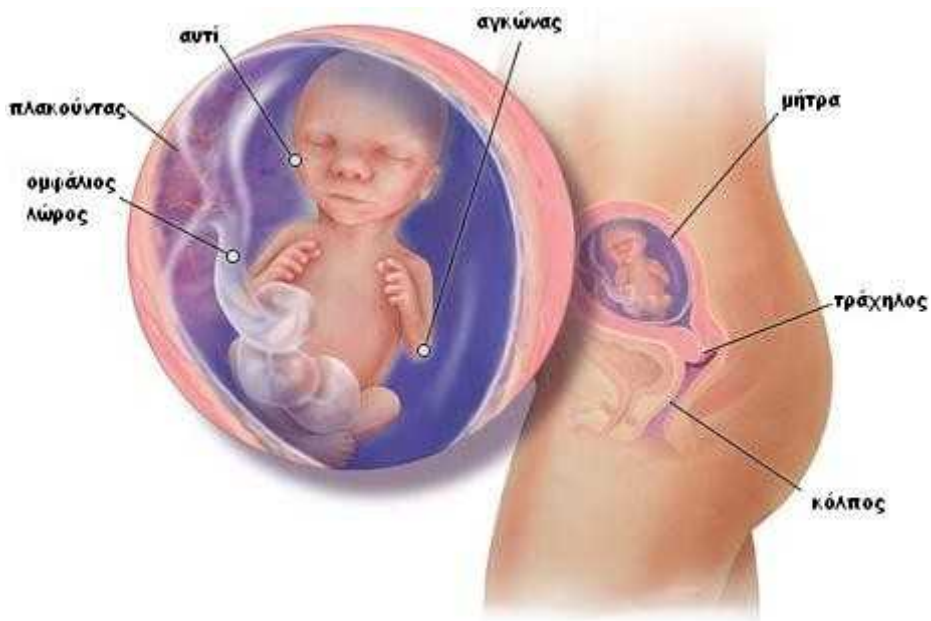
μ

3 μ . μ μ μ , μ  
μ μ . μ

μ

μ μ μ μ μ . μ  
μ μ μ μ μ

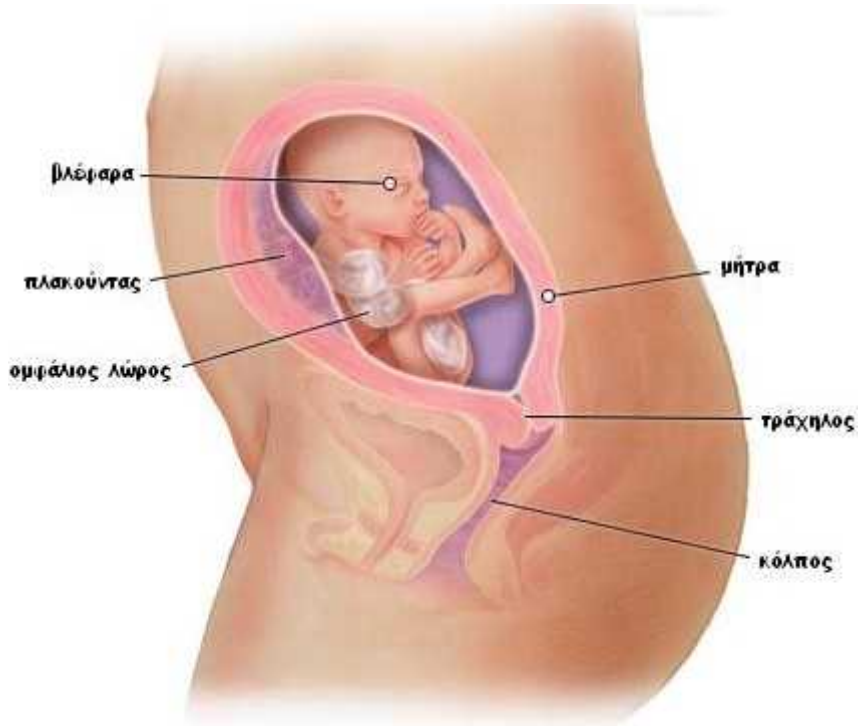
4 μ



μ



5 μ



μ

μ

. μ μ ( μ 18-20 )

μ

μ

μ

μ . μ μ , μ μ , μ

μ

μ

μ

μ







$\mu$   
 $7 \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu \quad 8 \mu \quad 1.5 \quad .$   
 $\mu \quad \mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $( \quad ) \mu \quad \mu \quad \mu ,$   
 $7 \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $7 \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$   
 $\mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu \quad \mu$



μ

μ

μ

μ

μ μ .

μ

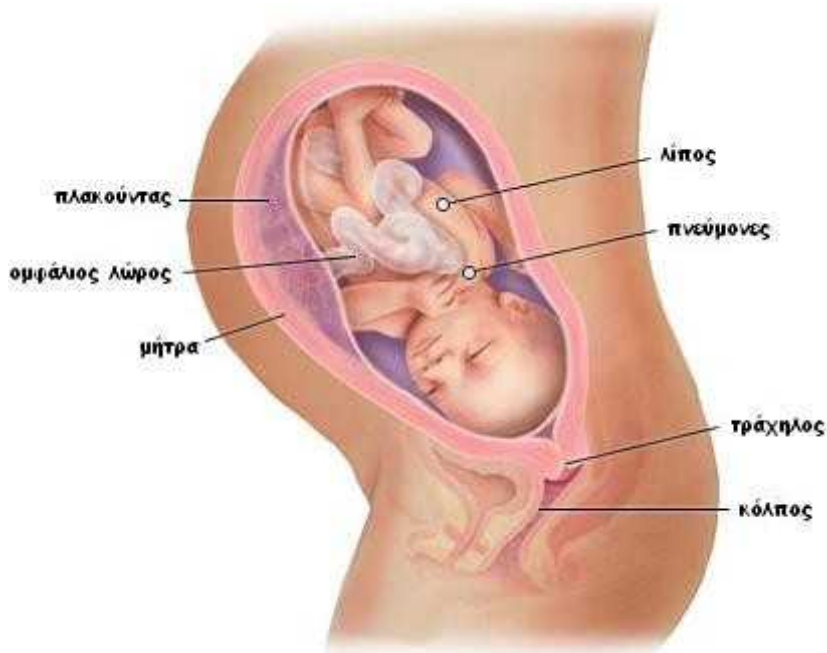
μ

μ

μ

μ

8 μ



μ

μ

2800g

8 μ .

μ

μ

μ ,

.

μ μ

μ

μ

μ μ

μ

μ

μ

μ

.





$\mu$

:

- $\mu$
- $\mu$
- $\mu$

- $\mu$   $\mu$   $\mu$  (  $\mu$  )
- ( )
- 
- $\mu$   $\mu$  (  $\mu$   $\mu$  )
- $\mu$
- $\mu$   $\mu$

- :  $\mu$
- :  $\mu$   $\mu$
- :  $\mu$   $\mu$

<p style="text-align: center;">/</p> <p style="text-align: center;">μ</p> <p style="text-align: center;">μ</p> <p style="text-align: center;">μ</p> <p style="text-align: center;">μ</p>	<p>Entonox</p> <p style="text-align: center;">/μ / μ</p>

- μ ( μ )
- μ ( μ μ μ )
- μ ( , μ )
- μ ( -μ , - μ )

- μ ( μ )
- μ ( μ μ )
- μ μ ,
- μ ( )
- μ ( , μ )

- $\mu$
- $\mu, \mu$
- $\mu, \mu$

- $\mu$
- $\mu$
- $\mu, \mu$
- $\mu$
- $\mu$









, ,  
 μ .  
 μ μ  
 , μ laser  
 μ . μ  
 . μ  
 μ ( ) μ μ .  
 μ μ μ  
 « » μ  
 μ . μ  
 μ μ μ  
 μ μ . μ  
 μ μ μ μ  
 . μ  
 μ μ . μ  
 , μ  
 μ μ  
 ( μ ) μ . μ  
 2 μ

























μ μ μ :  
 μ μ  
 μ μ μ μ μ μ μ .  
 μ μ 1 μ μ μ μ μ  
 μ μ 2 3 . μ μ  
 μ μ μ μ μ μ μ  
 μ μ μ μ μ μ μ .

- μ μ :
- μ μ μ
  - μ
  - μ μ μ
  - μ μ μ
  - μ μ μ

•

μ μ

:

•

,

•

μ

•

μ

•

•

μ

μ

•

μ





μ μ ( ):  
 μ μ - μ .  
 :  
 μ μ ( μ , ) .  
 ( μ ):  
 μ μ μ .  
 μ μ μ , μ  
 , , , μ , , , μ ,  
 . μ , μ , μ , μ , μ ,  
 μ , μ μ .  
 μ μ  
 μ , 12 μ ,  
 μ μ μ μ μ  
 . 12 μ μ μ μ  
 μ μ μ .





- μ .
- - μ ,
- / .
- μ μ « μ »
- μ μ . ( μ , ) .
- μ μ .

## Shiatsu

shatsu shi,

μ “ ” atsu, μ “ ”. μ μ

μ , μ .

μ μ μ

μ μμ .

μ μ -

μ μ .

μ μ ,

μ μ μ , μ μ

(acupoints). shatsu μ μ μ

(body work) μ ,

μ , μ .

shatsu μ μ μ

μ

μ μ μ , :

- $\mu$ ,  $\mu$  ( $\mu$ ,  $\mu$ ,  $-\mu$ ,  $\mu$ ).
- ( $\mu$   $\mu$ ).
- ( $\mu$ ,  $\mu$ ,  $\mu$ ,  $\mu$ ).
- $\mu$ ,  $\mu$ ,  $\mu$ ,  $\mu$ .
- $\mu$ .
- $\mu$ .
- $\mu$ .
- $\mu$ .

shiatsu  $\mu$   
 $\mu$   $\mu$   $\mu$ ,  
 $5 \mu$   $\mu$   
 $\mu$ ,  $\mu$   
 $\mu$   $\mu$   $\mu$ ,  
 $\mu$ ,  $\mu$   
 $\mu$   $\mu$   $\mu$

shiatsu  $\mu$   $\mu$   $\mu$   $1 \mu$   
 $\mu$ .  $\mu$   $\mu$   
 $\mu$ ,  $\mu$   
 $\mu$ ,  $\mu$   
 $\mu$ ,

$\mu$   $\mu$ ,  
 $\mu$   $1$ .  $\mu$   
( $\mu$ ,  $\mu$ )  $\mu$   
 $\mu$   $\mu$ .

shiatsu      μ      μ      μ

Shiatsu      μ      μ

:

- μ
- μ      μ μ      ,      ,
- μ      μ μ      μ μ      μ
- μ ( . . μ      ,      μ      ,
- μ )
- μ
- μ μ
- μ      μ μ
- ,      ,      μ
- μ      , μ      μ μ
- , μ      μ      μ
- , μ      ,      μ      .
- μ      μ      ,      μ μ      μμ
- μ      μ
- .
- shiatsu μ      μ      μ
- μ
- ,      ,      ,
- μ      μ      shiatsu.



. μ μ ,  
 μ .  
 μ : 5 μ 10 ,  
 μ μ , μ .  
 μ : μ μ ,  
 . 6-10 μ  
 μ μ μ . μ ,  
 μ μ μ μ μ  
 μ .  
 μ : μ μ μ μ , 6-15  
 μ μ μ μ  
 μ .









- μ μ , , MEDICAL ARTS . 52-53, 72-73, 81, 86-87, 165-166
- μ , , . 124
- μ μ μ , . , , μ μ , μ μ , 2007 . 149-152, 155-156
- μ - μ
- - - -
- μ – Dr. Norman C. Smith
- μ μ – Elizabeth Fenwick
- μ – Arlene Eisenberg, Heidi E. Murkoff, Sandee E. Hathaway, S.S.N.
- [www.babyonline.gr](http://www.babyonline.gr)
- [www.ivf-greece.info](http://www.ivf-greece.info)
- [www.cooking.bestforumlive.com](http://www.cooking.bestforumlive.com)
- <http://www.mynewbaby.gr>
- <http://el.wikipedia.org/wiki/%CE%95%CE%B3%CE%BA%CF%85%CE%BC%CE%BF%CF%83%CF%8D%CE%BD%CE%B7>
- <http://www.therapeia.gr/shiatsu/themata/1.shtml>
- [http://www.lito.gr/page.aspx?p\\_id=1036](http://www.lito.gr/page.aspx?p_id=1036)
- <http://www.sitemaker.gr/msyregela/>

