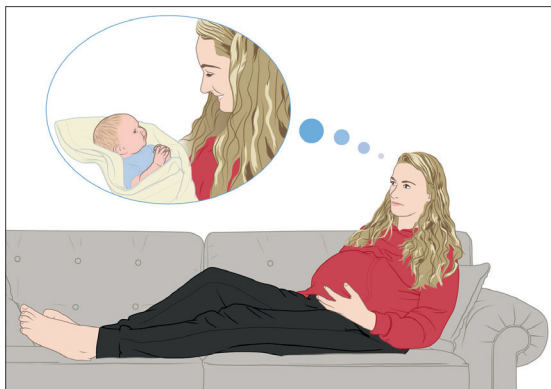


Ciąża i poród a koronawirus

**Koronawirus wszystko zmienił. To trudny okres dla każdego. Również dla kobiet w ciąży i ich partnerów.
Dla rodziców noworodków.**



Kobiety w ciąży również mogą zarazić się koronawirusem.

Jeśli wystąpią u Ciebie objawy, skontaktuj się telefonicznie z położną lub szpitalem. Objawami są:

- kaszel
- kichanie
- wyciek z nosa
- ból gardła
- temperatura 38,0 stopni lub wyższa.

Jeśli występują u Ciebie te objawy skontaktuj się najpierw telefonicznie z poradnią położniczą lub szpitalem.

Zapytaj, co musisz zrobić.

Co uległo zmianie teraz, kiedy walczymy z epidemią koronawirusa?

1. Poród

- Położna omówi z Tobą miejsce porodu. Dom czy szpital.
- Możesz wybrać 1 lub 2 osoby, które będą przy Tobie podczas porodu. Na przykład swojego męża i siostrę lub przyjaciółkę. Zapytaj o to jeszcze położną lub w szpitalu. Zasada ta może być różna w każdej poradni położniczej i szpitalu.
- Zapewnij opiekę dzieciom.

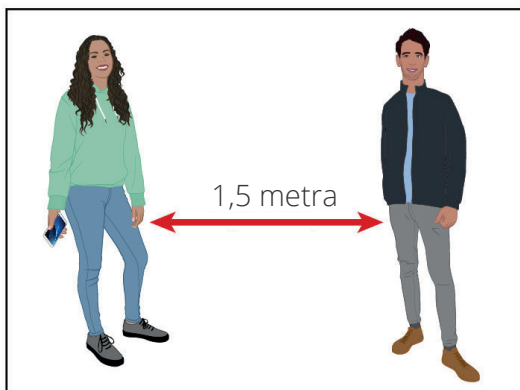
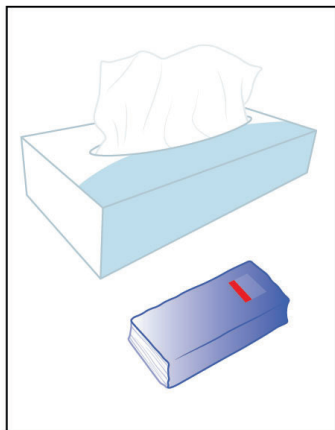


2. Noworodek

Dziecko znajdujące się w brzuchu matki nie może zachorować na koronawirusa.

Jednak po urodzeniu może się zarazić. Oto, co możesz zrobić:

- myj ręce mydłem
- używaj chusteczek jednorazowych
- kichaj i kaszaj w zagięcie łokcia
- **nikomu nie podawaj ręki, nikogo nie przytulaj i nie całuj**
- zachowuj odległość 1,5 metra od innych osób.



3. Pytania

Jeśli masz jakieś pytanie, możesz zadać je kontaktując się telefonicznie z poradnią położniczą.

Możliwe, że masz swojego ginekologa. Lekarza specjalistę w sprawach kobiecych.

Lekarz powie Ci, co masz robić. Jeśli będziesz miała pytania zawsze możesz skontaktować się telefonicznie ze szpitalem.



4. Kontrola

- Położna lub lekarz powie Ci, kiedy ponownie powinnaś pojawić się na wizycie kontrolnej.
- Jeśli jesteś przeziębiona lub masz inne objawy, to nie udawaj się do poradni ani szpitala.
- Twój partner z reguły może towarzyszyć Ci w trakcie wizyty i podczas badania USG.
Zapytaj o to jeszcze położną lub w szpitalu.



5. W szpitalu

- Po narodzinach dziecka wyłącznie 1 osoba może odwiedzać Cię w szpitalu. Ta sama osoba, która był obecna podczas porodu. Nikt inny nie może Cię odwiedzać.
- Czasami pobyt w szpitalu może się przedłużyć. Zapytaj wtedy w szpitalu, jak sprawy będą wyglądały dalej.

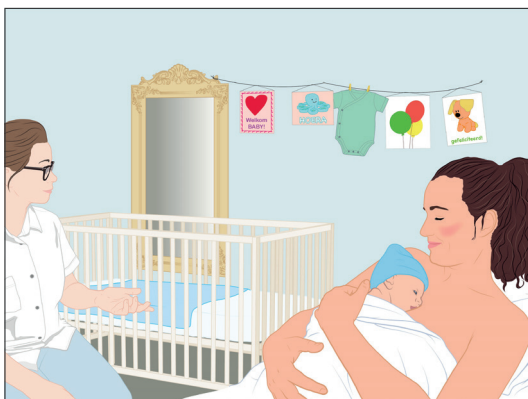


6. Dom

Położna odwiedzi Cię jeden raz w tygodniu po porodzie. Przyjdzie, jeśli zwróci się o to opiekunka zajmująca się Tobą w położu. Jeśli masz pytania, z położną zawsze możesz skontaktować się telefonicznie. Możesz również łączyć się z nią za pośrednictwem połączeń wideo.

Opiekunka, która zajmuje się Tobą w położu po prostu będzie przychodziła do Ciebie do domu. Będzie opiekowała się Tobą i dzieckiem i sprawdzała, czy wszystko jest w porządku. Wyjaśni, co możecie zrobić, aby nie zachorować. Nikt nie może Cię odwiedzać w domu w tym czasie, kiedy znajduje się u Ciebie opiekunka.

Najlepiej jeśli nikt nie będzie odwiedzał Cię w domu. Szczególnie osoby, u których występują objawy. Na przykład kaszlą, kichają, mają katar, ból gardła lub gorączkę. W ten sposób mniej osób ulegnie



7. Specjalna odzież

Czasami osoby w szpitalu lub u Ciebie w domu są ubrane w specjalną odzież. Na przykład noszą масечkę, rękawice, okulary lub fartuch. Chroni to każdą osobę przed koronawirusem.

8. Kursy i zajęcia grupowe

Wiele kursów i zajęć w grupach nie jest dłużej organizowanych. Dowiedz się, czy spotkania odbywają się za pośrednictwem Internetu.



Położna, opiekunka dbająca o Ciebie w położu i ginekolog robią wszystko, żeby pomóc Tobie i Twojemu partnerowi!

Więcej informacji związanych z koronawirusem znajdziesz na stronie <https://www.pharos.nl/coronavirus/>