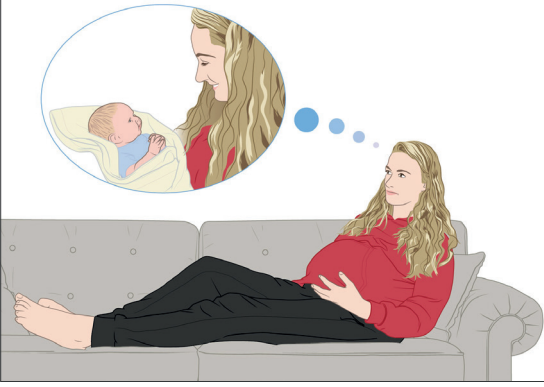


Hamile veya doğum yapmış ve Korona-virüsü

Korona virüsü nedeniyle artık her şey farklı. İçinde bulunduğumuz dönem herkes için zor bir dönem. Hamile kadınlar ve eşleri için de. Ve küçük bebekleri olan ebeveynler için de.



Hamile kadınlara da Korona virüsü bulaşabilir.

Şikâyetleriniz olursa ebeyi veya hastaneyi arayın. Şikâyetler şunlar olabilir:

- öksürük
- hapşırık
- burun akıntısı
- boğaz ağrısı
- 38 derece veya daha yüksek ateş

Şikâyetleriniz varsa öncelikle ebelik merkezini veya hastaneyi arayın.

Ve ne yapmanız gerektiğini sorun.

Korona virüsü olması nedeniyle neler değişecek?

1. Doğum

- Ebe doğum yapacağınız yer hakkında sizinle görüşür. Evde veya hastanede.
- Doğum sırasında yanınızda olmasını istediğiniz 1 veya 2 kişi seçebilirsiniz. Örneğin, kocanız ve kız kardeşiniz ya da bir arkadaşınız. Bunu yine de ebeye veya hastaneye danışın. Bu kural tüm ebelik merkezlerinde veya hastanelerde aynı değildir.
- Çocuklar için bakıcı ayarlayın.

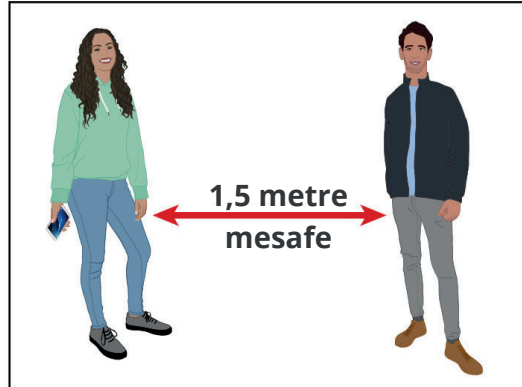
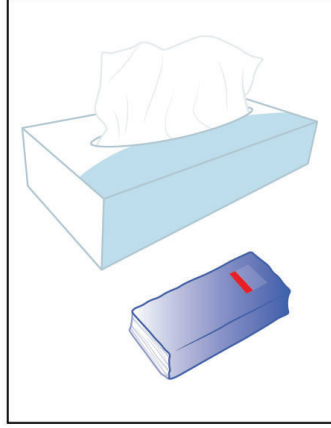


2. Bebek

Bebeğiniz karnınızdayken korona virüsünden hasta olmaz.

Fakat bebeğiniz doğduktan sonra hasta olabilir. Yapabilecekleriniz şunlardır:

- ellerinizi sabunla yıkayın
- kağıt mendil/havlu kullanın
- dirseğinizin içine hapşırın ve öksürün
- **Kimseyle el sıkışmayın, kucaklaşmayın veya kimseyi öpmeyin**
- Başkalarıyla aranızda 1,5 metre mesafe bırakın.



3. Sorular

Tüm sorularınız için ebelik merkezini veya ebeyi arayabilirsiniz.

Sizinle belki bir jinekolog ilgileniyordur. Jinekolog, kadınlara özel bir doktordur. Bu doktor size ne yapmanız gerektiğini anlatacaktır. Sorularınız varsa hastaneyi arayabilirsiniz.



4. Kontroller

- Ebe veya doktor size ne zaman tekrar kontrole gelebileceğinizi söyleyecektir.
- Üşüttüyseniz veya başka şikâyetleriniz varsa ebeler merkezine veya hastaneye gelmeyin.
- Eşinizin sizinle birlikte kontrole veya ekoya gelmesi genellikle serbesttir. Bunu yine de ebeye veya hastaneye danışın.



5. Hastanede

- Bebek doğduktan sonra hastanede yanınıza yalnızca 1 kişi gelebilir. Bu kişi doğum sırasında yanınızda olan kişiyle aynı kişi olmalıdır. Bunun dışında başka ziyaretçi gelmesi yasaktır.
- Bazı durumlarda hastanede daha uzun bir süre kalmanız gerekebilir. Böyle bir durumda işlerin nasıl olacağını hastaneye sorun.



6. Evde

Ebe, doğumdan sonraki hafta içinde 1 kere ziyarete gelir. Ve lohusa bakıcısı (kraamzorg) gelmesini talep ederse gelir. Sorularınız olduğunda ebeyi daima arayabilirsiniz. Görüntülü olarak da arayabilirsiniz.

Lohusa bakıcısı normalde olduğu gibi evinize gelir. Sizin ve bebeğinizin bakımını yapar ve sizi kontrol eder. Hasta olmamanız için neler yapabileceğinizi size anlatır. Lohusa bakıcısı evinizdeyken eve misafir gelmesi yasaktır.

Sizin de eve misafir kabul etmemeniz daha iyi olacaktır. Özellikle de şikâyetleri olan birini. Örneğin, öksürük, hapşırık, burun akıntısı, boğaz ağrısı veya ateş şikâyetleri. Böylece daha az kişi korona virüsüne yakalanır.



7. Özel giysiler

İnsanlar bazen hastanede veya evinizde özel giysiler giyer. Örneğin ağız maskesi, eldiven, gözlük veya önlük. Bunlar Korona virüsüne karşı herkes için koruma sağlar.

8. Kurslar ve grup toplantıları

Birçok kurs ve grup toplantıları iptal edilmiştir. İnternet üzerinden (online) toplantıları olup olmadığını sorabilirsiniz.



Ebe, lohusa bakıcısı ve jinekologlar size ve eşinize iyi bir şekilde yardımcı olabilmek için her şeyi yapmaktadır!

Korona virüsü hakkında daha fazla bilgiyi burada bulabilirsiniz: <https://www.pharos.nl/coronavirus/>