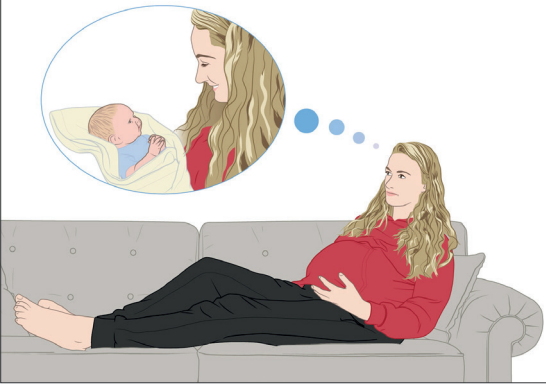


Hamile olmak veya doğum yapmak ve koronavirüs.

Koronavirüs nedeniyle her şey farklıdır. Herkes için zor bir zamandır.

Hamile olan kadınlar ve eşleri ve küçük bebeği olan ebeveynler için de zor bir zamandır.



Hamile olan kadınlar da koronavirüse yakalanabilmektedir.

Şikâyetleriniz oluştuğunda veya varsa doğum uzmanını veya hastaneyi arayın.

Şikâyetler şu hususlardan ibarettir:

- öksürmek
- hapşırma
- burunda akıntı
- boğaz ağrısı
- 38,0 derece veya daha yüksek ateş.
- tat ve/veya koku kaybı

Şikâyetleriniz varsa önce doğum uzmanlığı muayenehanesini veya hastaneyi arayın ve ne yapmanız gerektiğini sorun.

Koronavirüs aramızda olduğuna göre şu an farklı olarak gerçekleşen nedir?

1. Doğum

- Doğum uzmanı nerede doğum yapmak istediğinizi sizinle görüşecektir. Evde veya hastanede.
- Genelde doğuma 1 kişi katılabilmektedir. Örneğin kocanız, kız kardeşiniz veya bir kız arkadaşınız. Bazen iki kişinin katılmasına izin verilmektedir. Bu hususu doğum uzmanınıza veya doktorunuza sorun.
- Diğer çocuklar için bir bakıcının olmasını sağlayın.



2. Bebek

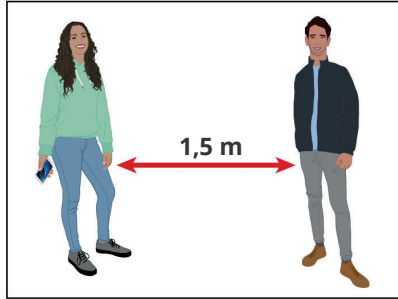
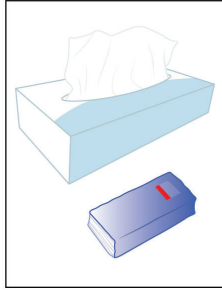
Karnınızda bebek koronavirüsten hastalanamaz.

Ancak, doğumdan sonra bebeğiniz hastalanabilir. Yapabileceğiniz hususlar şunlardır:

- Bebeğe dokunmadan önce ellerinizi sabunla yıkayın.
- Emzirmeden önce ellerinizi sabunla yıkayın.
- Sütünüzü sağmadan önce ellerinizi sabunla yıkayın.
- Biberonla beslemeden önce ellerinizi sabunla yıkayın.

Kendiniz korona olduğunuz zaman için tavsiyeler:

- Beslerken, bakımını yaparken ve sarılırken bir ağız maskesi takın.
- Her seferinde yeni bir maske kullanın.
- Kâğıt mendil kullanın.
- Dirseğinizin içine hapşırın ve öksürün.
- Kimseyle tokalaşmayın, kimseye sarılmayın veya kimseyi öpmeyin.
- Bebek dinlenirken/uyurken bebek ile aranızda 1,5 metre mesafeyi koruyun.



3. Sorular

Tüm sorularınız için doğum uzmanının muayenehanesini arayabilirsiniz.

Belki bir jinekoloji uzmanınız vardır. Bu uzman, kadınlar için özel bir doktordur. Bu doktor sizinle ve bebeğinizle ilgilenir. Herhangi bir sorunuz olduğunda, hastaneyi arayabilirsiniz.



4. Kontroller

- Bir sonraki randevunuzu doğum uzmanınız veya doktorunuzla birlikte planlarsınız.
- Endişelendiğinizde ekstra kontrol için kendiniz de arayabilirsiniz.
- Soğuk algınlığınız veya başka şikâyetleriniz olduğunda kliniğe veya hastaneye gelmeyiniz. Şikâyetleriniz olduğu hususunu bize bildirmek için arayın. Bazen kontrol telefonla yapılabilir ve/veya yeni bir kontrolün planlanması gerekebilmektedir.
- Tıbben gerekli olduğunda bazen muayene edilirsiniz ancak, doğum uzmanı veya doktor özel giysiler giyiyor olacaktır.
- Ne yazık ki, eşiniz her zaman görüşme saatine gelemez, bu durumda bu hususu doğum uzmanı veya hastaneyle görüşün.



5. Hastanede

- Bebek doğduğunda ziyaretçilere izin verilir verilmeyeceği hususu, hastaneye göre farklılık göstermektedir. Bu konuyu doğum yapacağınız hastanede sorunuz.
- Bazen hastanede biraz daha uzun kalmanız gerekecektir. O halde hastaneye gidişatın nasıl olduğunu sorun.



6. Evde

Doğum uzmanı, evinize hangi sıklıkla geleceğini sizle görüşecektir. Herhangi bir sorunuz olduğunda, doğum uzmanını her zaman arayabilirsiniz. Ayrıca görüntülü görüşmeler de yapabilirsiniz.

Loğusa bakımı normal bir şekilde evinize gelecektir. Bu kişi, siz ve bebekle ilgilenir ve sizi ve bebeği kontrol eder. Hastalanmamak için neler yapabileceğinizi açıklar.

Loğusa bakımınız ve doğum uzmanınız evinize gelebilir. Bu hususu, loğusa bakımı ile önceden görüşmek faydalı olacaktır.

Ayrıca kaç kişinin ziyaret etmesine izin verildiği konusunu devlet de belirtmektedir. Ziyaretçilerinizin olmasını isteyip istemediğiniz konusunu dikkatlice düşünün. Ziyaretçiler olduğunda, çocuğunuzun veya sizin korona alma ihtimaliniz daha yüksektir.



Bir kişinin öksürme, hapşırma, burnunda sümük, boğaz ağrısı veya ateş gibi şikâyetleri olduğunda bulaşmayı önlemek için gelmemesi daha iyidir.

7. Özel giysiler

Korona ile uyumlu şikâyetleriniz olduğunda veya korona iseniz doğum uzmanı veya jinekoloji uzmanı, koronavirüse karşı özel giysiler kullanacaktır. Örneğin bir ağız maskesi, eldiven, gözlük veya ceket. Bunlar, koronavirüse karşı herkesi korumaktadır.

8. Kurslar ve gruplar

Birçok kurs ve grup iptal edilmiştir. Doğum uzmanınıza, internet üzerinden toplantıların olup olmadığını sorun.



9. Aşılama

Bir grup doktor ve bilim adamı, hamilelikte aşığı araştırdı. Tavsiyeleri, tüm hamile kadınların koronaya karşı aşı olabilecekleri şeklindedir. Bu hususu aile hekiminizle veya doğum uzmanınızla görüşünüz.

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/>