



Dobri savjeti za trudnice

Zašto trudnice spadaju u rizičnu grupu u odnosu na zarazu korona virusom?

Lako još uvijek nije dokazano da trudnice imaju poseban rizik da budu zaražene korona virusom, ili da je plod izložen riziku, zdravstvene vlasti, ipak, procjenjuju, da trudnice spadaju u rizičnu grupu. Ova procjena je donešena iz sigurnosnih razloga, s obzirom da su trudnice generalno više osjetljive na infekcije.

Šta mogu učiniti kako bih se zaštitio protiv zaraze?



Često perite ruke ili koristite sredstvo za dezinfekciju, ako ste, na primjer, bili u dodiru sa kvakama i prekidačima, i kada dođete kući.



Kašljite ili kišite u pregib ruke.



Ograničite fizički kontakt, rukovanje, grljenje i poljupce u obraz.



Obratite pažnju na čišćenje



Držite odstojanje i zamolite druge da budu obazrivi.

Osim toga možete:

- Izbjegavati mjesta sa mnogo ljudi. Ukoliko je moguće, izbjegavajte, na primjer, javni transport.
- Držite odstojanje od 1-2 metra u odnosu na druge ljude.
- Izbjegavajte paženje djece drugih osoba.

Ako ste trudnica, posebno obratite pažnju na sljedeće simptome i kontaktirajte doktora ako ih imate:

- Novonastali kašalj
- Temperatura
- Poteškoće sa disanjem
- Bolest koja traje više dana
- Izostanak poboljšanja
- Pogoršanje simptoma



Da li se ja i moje dijete moramo testirati?

- Ako imate simptome, iako se radi o blagim simptomima poput prehlade, morate se testirati.
- Ako imate COVID-19, a Vaše dijete je zdravo, onda dijete nije potrebno testirati.
- Novorođenče je potrebno testirati samo ukoliko ono pokazuje simptome. O tome treba da odluči pedijatar.



Da li se mogu poroditi kod kuće?

- Ako Vi, Vaš partner ili djeca koja žive zajedno sa Vama imaju COVID-19 ili simptome koji ukazuju na to, onda se ne možete poroditi kod kuće, jer tako štitimo babicu protiv zaraze.



Da li moj partner ili član porodice mogu prisustvovati porođaju?

- Da, dozvoljeno je da jedna osoba prisustvuje porođaju. Ta osoba, međutim, ne smije imati konstantovan COVID-19 ili simptome koji ukazuju na to.



Da li mi je dozvoljeno da budem zajedno sa mojim novorođenčecom nakon porođaja?

- Da, dozvoljeno Vam je da budete zajedno sa Vašim novorođenčecom, čak i u slučaju da ste zaraženi sa COVID-19.
- Eventualni partner i ostali članovi porodice, koji imaju COVID-19 ili simptome koji ukazuju na to, moraju izbjegavati kontakt sa novorođenčecom.
- Ako Vaše novorođenče bude premješteno na neonatalni odjel, ne smijete, koliko je god moguće, biti zajedno sa djetetom ukoliko imate COVID-19 ili simptome koji ukazuju na to.



Da li mogu dojiti novorođenče?

- Da, dozvoljeno Vam je da dojite dijete, pošto korona virus nije pronađen u majčinskom mlijeku kod majki koje imaju COVID-19.

Dobri savjeti prije i za vrijeme dojenja:

Preporučuje se da za vrijeme dojenja slijedite generalna uputstva Zavoda za zdravstvo kako bi umanjili riziko od zaraze sa COVID-19 (vidite stranicu 1). Ako imate COVID-19, preporučuje se, osim toga, da slijedite sljedeća uputstva

- Perite ruke vodom i sapunom prije nego li dodirnete bebu, pumpu za izdavanje mlijeka ili flašice.
- Prije dojenja dojku operite vodom i sapunom.
- Nosite masku za lice kada ste u bliskom kontaktu sa Vašim djetetom, uključujući i dojenje.
- Ako koristite mašinu za izdavanje mlijeka, morate slijediti uputstva u vezi čišćenja pumpe nakon svake upotrebe.



Da li je mojoj ostaloj djeci dozvoljeno da budu zajedno sa novorođenčecom?

- Zdravoj djeci je dozvoljeno da budu zajedno sa novorođenčecom.
- Bolesna djeca i djeca koja imaju simptome bolesti bi trebala izbjegavati kontakt sa novorođenčecom, a uz to je potrebno obratiti i posebnu pažnju na čišćenje i pranje ruku kod kuće.



Da li će patronažna sestra doći u posjetu?

- Lako imate COVID-19, patronažna sestra će Vas posjetiti 4. ili 5. dan nakon poroda, ali će Vas prije toga kontaktirati. Ostale posjete ćete dogovoriti sa Vašom lokalnom patronažnom sestrom.