



Dobri saveti 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, procenjuju, da trudnice spadaju u rizičnu grupu. Ova procena je donešena iz sigurnosnih razloga, s obzirom da su trudnice generalno više osetljive na infekcije.

Šta mogu učiniti kako bih se zaštitio protiv zaraze?



Često perite ruke ili koristite sredstvo za dezinfekciju, ako ste, na primer, bili u dodiru sa kvakama i preki-dačima, 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:

- Izbegavati mesta sa mnogo ljudi. Ukoliko je moguće, izbegavajte, na primer, javni transport.
- Držite odstojanje od 1-2 metra u odnosu na druge ljude.
- Izbegavajte paženje dece drugih osoba.

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

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



Da li se ja i moje dete moramo testirati?

- Ako imate simptome, iako se radi o blagim simptomima poput prehlade, morate se testirati.
- Ako imate COVID-19, a Vaše dete je zdravo, onda dete 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 deca 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 sme 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 izbegavati kontakt sa novorođenčecom.
- Ako Vaše novorođenče bude premešteno na neonatalno odeljenje, ne smete, koliko je god moguće, biti zajedno sa detetom ukoliko imate COVID-19 ili simptome koji ukazuju na to.



Da li mogu doći novorođenče?

- Da, dozvoljeno Vam je da dođite dete, pošto korona virus nije pronađen u majčinskom mleku kod majki koje imaju COVID-19..

Dobri saveti pre i za vreme dojenja:

Preporučuje se da za vreme dojenja sledite generalna uputstva Zavoda za zdravstvo kako bi smanjili riziko od zaraze sa COVID-19 (vidite stranicu 1). Ako imate COVID-19, preporučuje se, osim toga, da sledite sledeća uputstva:

- Perite ruke vodom i sapunom pre nego li dodirnete bebu, pumpu za izmlazanje mleka ili flašice.
- Pre dojenja dojku operite vodom i sapunom.
- Nosite masku za lice kada ste u bliskom kontaktu sa Vašim detetom, uključujući i dojenje.
- Ako koristite mašinu za izmlazanje mleka, morate slediti uputstva u vezi čišćenja pumpe nakon svake upotrebe.



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

- Zdravoj deci je dozvoljeno da budu zajedno sa novorođenčecom.
- Bolesna deca i deca koja imaju simptome bolesti bi trebala izbegavati 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 posetu?

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