

Hamilelere öneriler

Neden hamileler koronavirüsü enfeksiyonu için risk grubunda yer alırlar?

Henüz bilimsel olarak hamilelerin risk grubunda olup olmadığı veya koronavirüsün anne karnındaki bebeklere zarar verdiği hakkında net bir bilgi olmasa bile, sağlık bakanlığı hamileleri risk grubuna koydu. Bu değerlendirmenin sebebi hamileler genelde enfeksiyonlara karşı daha hassas olmalarıdır ve bu nedenle tedbirli olmak gerekir.

Kendimi enfeksiyondan korumak için ne yapabilirim?



Ellerinizi sık yıkayın veya dezenfekte edin; örneğin kapı kollarına ve prizlere dokunduktan sonra ve dışardan eve elinizi yıkayın.



Dirseğinize öksürün ve hapşırın.



El sıkışmaları, sarılma ve yanaktan öpücük gibi fiziksel temasları sınırlayın.



Temizlik konusunda titiz olun.



Mesafeli durun ve başkalarında buna hoşgörüyü ile karşılamalarını isteyin.

Ayrıca bunları da yapabilirsiniz:

- Kalabalık ortamlardan uzak durun. Örneğin, mümkünse toplu taşıma araçlarını kullanmayın.
- Diğer insanlara 1-2 metrelik mesafeyi koruyun.
- Başkalarının çocuklarına bakmayın.

Hamile olarak şu belirtilerde mutlaka doktorunuzu arayın:

- Yeni başlayan öksürük
- Ateş
- Solunum zorlukları

- Birkaç gün süren hastalık
- Rahatsızlığınızda iyileşme olmaması
- Belirtilerin ilerlemesi



Ben ve çocuğum test edilmeli mi?

- Belirtileriniz var ise, bunlar hafif veya grip belirtisi gibi olsa dahi test yaptırmalısınız.
- Sizde COVID-19 var ise, fakat çocuğunuz sağlıklı ise, çocuğunuza test yaptırmamız gerekli değildir.
- Yeni doğmuş bir bebek sadece belirti gösterirse test edilir. Test kararını çocuk doktoru verir.



Evde doğum yapabilir miyim?

- Sizde, partnerinizde veya evde kalan çocuklarda COVID-19 semptomları var ise evde doğum yapamazsınız. Bu sadece ebeyi korumak içindir.



Partnerimi yada başka bir yakınımı doğuma getirebilir miyim?

- Evet, doğuma sadece bir kişi getirebilirsiniz. Fakat bu kişi COVID-19 geçirmemiş veya belirtilerine sahip olmayan birisi olmalıdır.



Doğumdan sonra bebeğim ile birlikte olabilir miyim?

- Evet, COVID-19 Olsanız bile, doğumdan sonra bebeğiniz ile birlikte olabilirsiniz.
 - Partnerinizde veya ailenizde COVID-19 belirtileri olan var ise, bu kişilerin bebeğe yaklaşmamları gerekir.
 - Bebeğiniz yeni doğmuş bebek ünitesine transfer edilirse ve sizde COVID-19 veya belirtileri varsa mümkün olduğunca bebekle birlikte olmamalısınız.
- a, du må gerne være sammen med din nyfødte efter fødsel, også selvom du er smittet med COVID-19.



Yeni doğmuş bebeğimi emzirebilir miyim?

- Evet, bebeğinizi emzirebilirsiniz. Annede COVID-19 olsa dahi henüz anne sütünde korona-virüs bulunmadı.

Emzirmeden öncesi ve emzirme süreci için öneriler:

Emzirme döneminde COVID-19 ile enfeksiyon riskini azaltmak için Sağlık Bakanlığının genel önerilerine uymanız tavsiye edilir (bkz. Sayfa 1). COVID-19 enfeksiyonunuz var ise, aşağıdaki önlemleri almalısınız:

- Bebeğinize, göğüs pompasına veya şişelerinize dokunmadan önce ellerinizi su ve sabun ile yıkayın.
- Göğsünüzü emzirmeden önce su ve sabun ile yıkayın.
- Emzirme dahil bebeğinizle yakın temasta maske takın.
- Bir süt sağım makinesi kullanıyorsanız, her kullanımdan sonra pompa temizleme önerilerini yerine getirin.



Diğer çocuklarım yeni doğmuş bebeğim ile birlikte olabilir mi?

- Sağlıklı çocuklar yeni doğmuş bebekle birlikte olabilir.
- Hasta çocuklar ve belirti gösteren çocuklar, yeni doğmuş bebekli ile yakın temastan kaçınmalı ve evde temizlik ve el yıkama konusunda çok daha hassas olunmalıdır.

Hemşire ev ziyaretine gelecek mi?



- COVID-19 olsanız bile, sağlık görevlisi 4-5 günde bir sizi evinizde ziyaret edecektir. Sağlık görevlisi ziyaret öncesinde sizi telefonla arayacaktır. Bunun dışındaki ev ziyaretleri ev hemşireniz ile birlikte planlayacaksınız.