

Jótanácsok várandósoknak

Miért tartoznak koronavírus fertőzéssel kapcsolatban a veszélyeztetettek csoportjába a várandós nők?

Annak ellenére, hogy nincs elég információ azzal kapcsolatban, hogy a várandós nők vagy a születendő gyermekük/gyermekük a veszélyeztetettek csoportjába tartoznának, a Dán Egészségügyi Hatóság úgy ítéli meg, hogy mégiscsak azok közé tartoznak. Ezen becslés a megelőzésen alapszik, mivel a várandós nők általánosságban sokkal fogékonyabbak a fertőzésekre.

Mit tehetek azért, hogy megóvjam magam a fertőzéstől?



Gyakran mosson kezet vagy használjon kézfe-rtőtlenítőt, pl. azután, hogy megfogott egy kilincset, villany-kapcsolót és amikor hazaér!



Köhögjön és tüsszentsen a könyökhajlatába!



Csökkentse a fizikai kontaktust, kézfogásokat, öleléseket és a puszikat!



Gondosan takarítson otthonában!



Tartson távolságot a többi embertől és kérje meg őket, hogy legyenek tapintatosak!

Így teheti ezt meg:

- Kerülje azokat a helyeket, ahol sok ember tartózkodik! Tartózkodjon a tömeg-közlekedés használatától, amennyire lehetséges!
- Tartson 1-2 méter távolságot a többi embertől!
- Kerülje más gyermekének felügyeletét!

Ha várandós, a következő tünetekre fordítson kiemelkedő figyelmet és vegye fel orvosával a kapcsolatot:

- Újkeletű köhögés
- Láz
- Légzési nehézségek
- Több napon keresztül elhúzódó betegség
- Ha nem javul az állapota
- Amennyiben tünetei súlyosbodnak



Teszteltetnem kell magam és a gyermekemet?

- Amennyiben tünetei vannak, akkor is ha csak enyhék, mint egy megfázásnál, tesztre van szükség.
- Amennyiben ön COVID-19-cel fertőzött és gyermeke egészségesnek tűnik, úgy a gyermekén nem szükséges a teszt elvégzése.
- Az újszülött gyermeket csak abban az esetben szükséges tesztelni, ha tüneteket mutat. A gyermekorvos dolga, hogy megvizsgálja őt és jóváhagyja a tesztelést.



Szülhetek otthon?

- Amennyiben ön, partnere vagy otthon tartózkodó gyermekük COVID 19-cel fertőzött vagy ennek bármi tünetét mutatják, abban az esetben nem szülhet otthon. Erre a segédkező baba egészségének megőrzése érdekében van szükség.



Bent lehet a szülésnél a partnerem vagy hozzátartozóm?

- Igen, egy személy bent tartózkodhat a szülésnél. Ennek a személynek COVID-19 fertőzöttségtől teljesen tünetmentesnek kell lennie.



Együtt maradhatok az újszülött gyermekemmel?

- Igen, együtt maradhat az újszülött gyermekével, akkor is, ha ön COVID-19-cel fertőzött.
- Mások, mint pl. az ön partnere vagy hozzátartozója, aki COVID-19-cel fertőzött vagy ha a fertőzöttség tüneteit mutatja, nem találkozhat az újszülöttel.
- Ha gyermekét az újszülött osztályra szállítják és ön COVID 19-cel fertőzött vagy ennek tüneteit mutatja, amennyire csak lehet, tartózkodjon a gyermekkel való találkozástól.



Szoptathatom az újszülött gyermekemet?

- Igen, szoptathatja, a koronavírus nem megtalálható a COVID-19-cel fertőződött anyák anyatejében.

Jótanácsok szoptatás előtt és alatt:

Ajánlott, hogy a szoptatás ideje alatt kövesse a Dán Egészségügyi Hatóság általános tanácsait, hogy a COVID-19 terjedésének esélyét a minimálisra csökkentsük (lásd: 1. oldal). Amennyiben COVID 19-cel fertőzött, a fenti tanácsokon kívül ajánlatos betartani a következő megelőző intézkedéseket is::

- Mosson kezet vízzel és szappannal, mielőtt hozzáér gyermekéhez, melléhez, mellszívójához vagy a cumisüveghez!
- Mossa meg mellét vízzel és természetes összetevőkből készült szappannal!
- Használjon maszkot, amikor közeli kapcsolatba kerül gyermekével, beleértve ebbe a szoptatás idejét is!
- Amennyiben mellszívó készüléket használ, ajánlott annak előírás szerinti tisztítása minden használat után.



A gyermekeim lehetnek együtt az újszülöttel?

- Egészséges gyermekek lehetnek együtt az újszülöttel.
- Beteg gyermekek, valamint betegség tüneteit mutató gyermekeknek kerülnie kell az újszülöttel való kapcsolatot és nagyon óvatosnak kell lenni, valamint fokozottan kell figyelni az otthoni takarításra és kézmosásra!



Jön-e a védőnő látogatni?

- Amennyiben COVID-19-cel fertőzött, a védőnő akkor is tesz majd önnél látogatást a 4-5 napon, de fel fogja hívni önt előtte telefonon. A további látogatásokat a helyi védőnőjével kell egyeztetni.