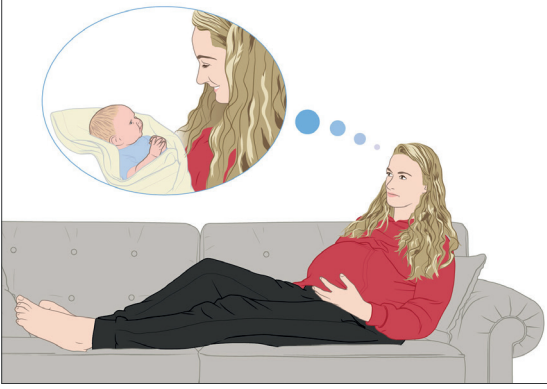


# Hamilelik, doğum yapma ve koronavirüsü

**Koronavirüsü nedeniyle her şey değişti. Bunlar herkes için zor zamanlar. Hamile kadınlar ve eşleri için de öyle. Ve küçük bebeği olan anne ve babalar için de.**



Hamile kadınlar da koronavirüsüne yakalanabilirler.

Belirteleriniz varsa ebenizi veya hastaneyi arayın. Belirtiler şunlar:

- Öksürme
- Hapşırma
- Burunda sümük
- Boğaz ağrısı
- 38 derece veya daha yüksek ateş

**Bu belirtiler sizde varsa ebenizin yanına gitmeyin. Hastaneyede gitmeyin!**

## Koronavirüsü nedeniyle neler değişecek?

### 1. Doğum sırasında

- Ebeniz nerede doğum yapacağınızı sizinle görüşecek. Evde veya hastanede.
- Doğum sırasında yanınıza bir kişi seçebilirsiniz. Mesela eşinizi, kız kardeşinizi veya bir arkadaşınızı.
- Başka çocuğunuz varsa onun için bir bakıcı ayarlayın.

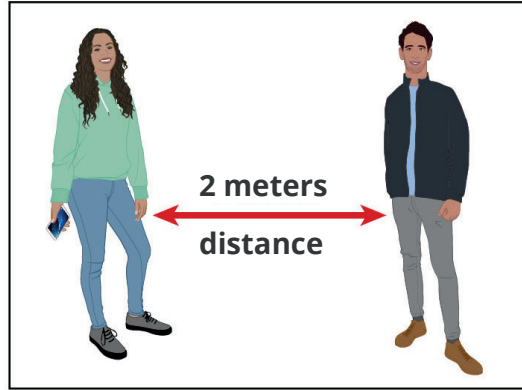
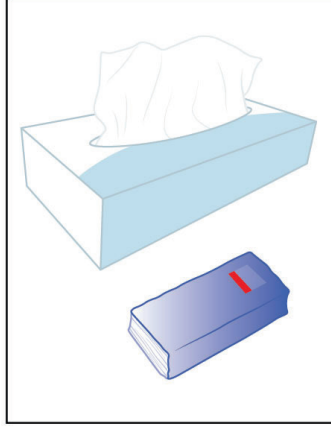


## 2. Bebek

### Bebeğiniz karnınızdayken koronavirüsüne yakalanamaz.

Ama doğumdan sonra bebeğiniz hastalanabilir. Bunu önlemek için aşağıdakileri yapabilirsiniz:

- Ellerinizi sabunla yıkayın
- Kâğıt mendil kullanın
- Dirseğinizin içine hapşırın ve öksürün
- Kimseyle el sıkışmayın, sarılmayın veya öpüşmeyin
- Başkalarından 2 metre uzak durun



## 3. Sorular

Tüm sorularınız için ebenizi arayabilirsiniz.

Belki bir kadın doğum uzmanınız vardır. Bu, kadınlara özel bir doktordur. Bu doktor ne yapmanız gerektiğini size söyleyecek. Sorularınız varsa, hastaneyi arayabilirsiniz.



#### 4. Kontroller

- Kontroller için muayenehaneye daha az gideceksiniz. Ebeniz sizi arayacak ve ne zaman gelip gelemeyeceğinizi size söyleyecek.
- Bir kadın doğum uzmanınız var mı? Ozaman bu doktor ne zaman kontrole gelmeniz gerektiğini size söyleyecek.
- Soğuk algınlığınız veya başka hastalık belirtileriniz varsa, muayenehaneye ya da hastaneye gitmeyin.
- Kontrole veya ultrason randevusuna yanınızda kimseyi götürmeyin. Eşinizi, çocuklarınızı, ailenizi veya arkadaşlarınızı da götürmeyin.



#### 5. Hastanede

- Bebek doğduktan sonra, hastanede yanınıza sadece 1 kişi gelebilir. Bu kişi, doğum sırasında yanınızda olan kişidir. Başka ziyaretçilere izin verilmeyecek.
- Hastanede biraz daha uzun bir süre kalmanız gerekebilir. Eğer daha uzun kalmanız gerekirse, işlerin nasıl ilerleyeceğini hastanede sorun.



## 6. Evde

Ebeniz sadece lohusa bakıcısı isterse sizi ziyaret edecek.  
Ebeniz doğumdan sonra sizi arayacak. Sizi görüntülü olarak da arayabilir.

Lohusa bakıcısı evinize gelecek. Size ve bebeğinize bakacak ve kontrolleri yapacak. Hastalanmamanız için neler yapabileceğinizi size anlatacak. Lohusa bakıcısı evinizdeyken, size başka misafir gelemmez.

Evinize başka misafir çağdırmamanız daha iyidir. Özellikle misafirlerin hastalık belirtileri varsa. Mesela öksürme, hapşıırma, burunda sümük, boğaz ağrısı veya ateş gibi. Bu şekilde daha az kişi koronavirüsüne yakalanır.



## 7. Özel Giysiler

Bazen hastanedeki veya evinizdeki kişiler özel giysiler giyebilir. Mesela yüz maskesi, eldiven, gözlük veya ceket. Bunlar herkesi koronavirüsüne karşı korur.

## 8. Kurslar ve gruplar

Bütün kurslar ve gruplar iptal edildi. İnternet üzerinden buluşmalar olup olmadığını sorabilirsiniz.



**Ebe, lohusa bakıcısı ve kadın doğum uzmanı size ve eşinize en iyi şekilde yardımcı olmak için her şeyi yapacaktır!**

Bu sitede koronavirüsü ile ilgili daha fazla bilgi bulabilirsiniz: <https://www.pharos.nl/coronavirus/>