**Putanja za porodice u Beogradu na opštini Palilula**

**tokom epidemije COVID 19**

Saznali ste da će Vaša porodica za devet meseci biti bogatija za jednog člana- čestitamo!

Pred Vama se nalaze informacije o sistemskoj podršci koju ćete moći ostvariti u periodu trudnoće i u danima nakon izlaska iz porodilišta.

1. **Ginekološko akušerski pregledi**

Po saznanju da ste trudni javljate se telefonom izabranom lekaru specijalisti ginekologije i akušerstva odnosno njegovoj timskoj medicinskoj sestri i zakazujete ginekološko-akušerski pregled. Prilikom razgovora obavezno naglasite ukoliko ste u prethodnih 14 dana bili u kontaktu sa nekim ko je COVID pozitivan.

|  |  |
| --- | --- |
| Kontrolni pregledi u okviru antenatalne zaštite | |
| Ultrazvučni pregledi | Poseta ginekologu |
| 6-8. nedelja,  11-13. nedelja,  24-26 nedelja,  30-32. nedelja | I trimestar(6-12 nedelje)  20-24. nedelja,  30-34. nedelja,  37-40 . nedelja |

Ukoliko pre zakazanog pregleda imate povišenu temperaturu ili simptome Covid infekcije, ne odlazite na zakazan pregled, već se javljate ginekologiji Doma zdravlja na broj telefona 3224-326 gde ćete dobiti detaljna uputstva za obavljanje pregleda.

1. **Stomatološki pregled**

Tokom trudnoće i godinu dana nakon rođenja deteta imate pravo na besplatnu

stomatološku zaštitu.

Kako biste ostvarili pravo na besplatne preglede i intervencije potrebno je da se javite

telefonom stomatologiji Doma zdravlja punkta kome pripadate ( Stara Palilula, Karaburma, Krnjača, Borča, Padinska Skela ) radi dogovora o terminu pregleda. Ukoliko pre zakazanog pregleda imate povišenu temperaturu ili simptome Covid infekcije, ne odlazite na zakazan pregled, već se javljate stomatologiji Doma zdravlja punkta kome pripadate gde dobijate informaciju u koju zdravstvenu ustanovu možete otići. U toku stomatoloških pregleda i intervencija sprovode se i poštuju preporučene mere zaštite.

1. **„Škola roditeljstva“**

**„[Škola roditeljstva “](http://dzns.rs/savetovalista/skola-za-trudnice/" \t "_blank)  se na opštini Palilula od novembra 2020.godine usled i daljeg prisustva pandemije obavlja putem ZOOM aplikacije svakog utorka u 10 h. Zainteresovani budući roditelji se prijavljuju i mogu se prijaviti slanjem svoje i-mail adrese na broj telefona 064/8209 514 nakon čega od patronažne sestre ( Milena Wolf ) dobijaju pristupnu šifru za zoom susret.**

**Jedan ciklus „ Škole roditeljstva” traje 4 susreta , prvi susret je uvek prvog utorka u mesecu , a budući roditelji se mogu priključiti u bilo kom terminu.**

**U okviru susreta budući roditelji se upoznaju sa :**

* **mentalno higijenskim pristupom trudnoći i roditeljstvu , porođajem , ishranom , kontrolama , lekovima u trudnoći , posetama stomatologu**
* **značajem i sastavom majčinog mleka , značajem dojenja i merama zaštite u okviru Covid infekcije**
* Tehnikom dojenja, izmlazanja čuvanja majčinog mleka sa osvrtom na Covid infekciju
* Sadržaju torbe za boravak u porodilištu , potrebne stvari za prvi dan u kući sa novorođenčetom.

1. **Patronažna poseta tokom trudnoće**

Kako biste ostvarili pravo na posetu patronažne sestre tokom trudnoće možete da se prijavite mailom [patronazapalilula@gmail.com](mailto:patronazapalilula@gmail.com) ili na telefone:

011/3349-605 ili 064/8041-657- viber broj svakog radnog dana od 7-14 časova.

Ukoliko postoji sumnja , stah ili ste pozitivni na COVID 19 (ovo uključuje i Vaše ukućane) poseta može da se realizuje online putem tele/video savetovanja.

1. **GAK-e Beograd**

Kako bi boravak u porodilištu protekao udobno potrebno potrebno je da spakujete torbu za porodilište. Spisak potrebne opreme za porodilište i prvu patronažnu posetu ćete dobiti u okviru Škole roditeljstva . U porodilištu ćete ostati nekoliko dana u zavisnosti od Vašeg zdravstvenog stanja i stanja Vašeg deteta. Ukoliko ste COVID 19 pozitivni dozvoljeno je i preporučljivo da dojite svoje dete uz poštovanje preporučenih mera zaštite.

1. **Patronažna poseta babinjari i novorođenčetu**

Po izlasku iz porodilišta imate pravo na patronažne posete. Na otpustu dajete svoje tačne podatke, adresu stanovanja na kojoj ćete boraviti sa novorođenčetom po izlasku iz porodilišta i tačan broj telefona. Vaše podatke porodilište prosleđuje „ Halo bebi**“** , potom tog dana kada izađete u popodnevnim časovima će vas kontaktirati dežurna sestra sa „ Halo bebe **“** . Na dati broj telefona je neophodno da se javljate da bi se buduće patronažne posete mogle realizovati. Dežurne sestre sa „ Halo bebe **“** prijavljuju službama polivalentnih patronaža odgovarajućih opština babinjare koje su izašle iz porodilišta. Ukoliko vam se tog dana kada izađete iz porodilišta u popodnevnim satima niko ne javi i sutradan ujutru do 9 sati smatrajte da je došlo do zabune u prijavljivanju te je neophodno da se javite na broj telefona 011/7158-444 „ Halo bebi **“** ili na broj telefona 011/3345-609 službi polivalentne patronaže Palilula .

Poželjno je da se javite ujutru do 9 sati jer se nakon tog perioda patronažne sestre nalaze u svojim patronažnim posetama.

Prva patronažna poseta babinjari i novorođenčetu je sutradan po izlasku iz porodilišta.

Za prvu posetu patronažna sestra koja će vas obići javiće vam se do 09 h ujutru te je važno da se javite na poziv. Ukoliko ste Covid-19 pozitivna babinjara ili neko od vaših ukućana to obavezno naglasite radi sprovođenja dodatnih mera zaštite.

Važna napomena – na teritoriji opštine Palilula služba polivalentne patronaže ne radi nedeljom .Za vreme praznika patronažne sestre dežuraju sem kada je praznik nedeljom.

1. **Prvi pregled kod ginekologa posle porođaja**

Ukoliko ste Covid-19 pozitivna babinjara ili dobijete infekciju Covid 19 u prvih 6 nedelja posle porođaja, javljate se službi ginekologije na broj telefona 3224-326.

1. **Prvi pregled kod pedijatra**

Prilikom posete patronažna sestra će Vas uputiti kada je potrebno da odete na prvi pregled kod pedijatra i na koji način ćete to učiniti. Prvi pregled pedijatra obavlja se sa navršenih meseca dana života deteta . Pri dolasku poželjno je da imate potvrdu za dete od rfzo, ako nemate ponesite otpusne liste iz porodilišta i Vašu zdravstvenu knjižicu . Ukoliko posumnjate da Vaše dete ima simptome infekcije COVID 19 pozovite pedijatriju Doma zdravlja na br.tel. 3224-324 ( centrala koja vas spaja sa pedijatrijom ) te se konsultujte za dalje korake i obavljanje pregleda u Covid ambulanti za decu.

1. **Ultrazvučni pregled kukova deteta**

Na prvom pregledu kod pedijatra u Domu zdravlja pedijatar će zakazati ultrazvučni pregled kukova koji se i obavlja u Domu zdravlja ,saopštiti vam termin i dalje detaljne instrukcije