

צעדים ראשונים

אפני שמרו

יולדת יקרה,

לקראת השחרור מבית החולים, הכנו עבורך את רשימת התחנות, שעליך לעבור לפני החזרה הביתה. תחנות אלו הן הכרחיות, לשמירה על בריאותך ועל בריאות תינוקך, וכדי לוודא כי הוסדרו ההליכים הפורמליים לקראת שחרור.

| מה ומי? | מתי ואיפה? |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> רופא/ת נשים | בדיקה של מצבך הגופני ומענה לשאלות |
| <input type="checkbox"/> רופא/ת ילדים | בדיקה של התינוק ומענה לשאלות |
| <input type="checkbox"/> בדיקות מעבדה | בדיקות מעבדה של התינוק והיולדת מבוצעות על פי הוראה רפואית, ולשם קבלת החלטה על שחרור |
| <input type="checkbox"/> קלינאית תקשורת/ טכנאית שמיעה | בדיקת סינון שמיעה לתינוק |
| <input type="checkbox"/> רישום התינוק והיולדת לביטוח לאומי ולמשרד הפנים | הסדרת תהליך הרישום על ידי היולדת. הכרחי לקבלת זכויות ומענק לידה |
| <input type="checkbox"/> ליד מיטת היולדת בשעות ביקור רופאים | ליד מיטת היולדת בשעות ביקור רופאים בנוכחות האם |
| <input type="checkbox"/> ליד מיטת היולדת (או בחדר 32 לפי הצורך) | ליד מיטת היולדת (או בחדר 32 לפי הצורך) |
| <input type="checkbox"/> בדיקות מעבדה | בדיקות מעבדה של התינוק והיולדת |
| <input type="checkbox"/> רופא/ת נשים | בדיקה של מצבך הגופני ומענה לשאלות |
| <input type="checkbox"/> רופא/ת ילדים | בדיקה של התינוק ומענה לשאלות |
| <input type="checkbox"/> קלינאית תקשורת/ טכנאית שמיעה | בדיקת סינון שמיעה לתינוק |
| <input type="checkbox"/> רישום התינוק והיולדת לביטוח לאומי ולמשרד הפנים | הסדרת תהליך הרישום על ידי היולדת. הכרחי לקבלת זכויות ומענק לידה |
| <input type="checkbox"/> רישום התינוק והיולדת לביטוח לאומי ולמשרד הפנים | יש להתעדכן אצל אחות מרכזת טיפול על מקום ושעות |

לאחר שעברת את כל התחנות, ואם אין צורך בהמשך בירור רפואי:

| | |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> אח/ות מרכזת טיפול | קבלת הדרכה להמשך הטיפול בבית (בך ובתינוק), בצירוף מכתב השחרור |
| <input type="checkbox"/> קב"ט | ווידוא פרטים אישיים במכתב השחרור (שלך ושל התינוק) |
| <input type="checkbox"/> ליד מיטת היולדת בשעות 14:00 - 12:00 | ליד מיטת היולדת בשעות 14:00 - 12:00 |
| <input type="checkbox"/> בדיקה מהמחלקה | ביצאה מהמחלקה |

**צוות המחלקה מאחל לך ולמשפחתך מזל טוב והורות מהנה
אנחנו פה בשבילך לכל שאלה!**

צעדים ראשונים בחזרה הביתה

מאז טיפוס, ופמאצות לרפנו צבוקי, ארפקא צא פמאם ברזאלונים בבית:

טיפול בתינוק

השכבת התינוק

- השכבת תינוק תעשה על הגב בלבד השכבה על הבטן מותרת, אך ורק כאשר התינוק בהשגחה

בטיחות

- על פי החוק, חובה להושיב את התינוק בכיסא בטיחות ברכב, בכל נסיעה ולכל מרחק
- על פי החוק, עד גיל שנה חובה להושיב את התינוק בכיסא הבטיחות, נגד כיוון הנסיעה
- אין להשאיר ללא השגחה תינוק הנמצא על כל משטח הגבוה מגובה הרצפה
- אין להשאיר ללא השגחה תינוק הנמצא באמבטיה

הפניה לתחנה לבריאות המשפחה - טיפת חלב

- המשך מעקב רפואי מתבצע בתחנה לבריאות המשפחה (טיפת חלב). כוּמלץ להגיע לתחנה עד שבועיים מיום השחרור. כתובת וזמני פעילות, ניתן למצוא באתר משרד הבריאות, או במרפאה שלך בקהילה

סימנים אצל תינוק, המחייבים פנייה ליעוץ רפואי

- חום גוף מעל 37.5 או מתחת ל- 36 מעלות
- אם אין חזרה של התינוק למשקל הלידה, תוך 10 ימים מהלידה, או אם קיימת ירידה מעל 10% ממשקלו בלידה
- אי מתן שתן או מתן שתן בכמות מועטה
- צהבת שמחריפה (על פי צבע העור)

טיפול ביולדות

המשך מעקב בריאותי

- נטילת תכשירי ברזל - במשך 3 חודשים מהלידה
- בדיקת דם להמוגלובין - אחרי כ- 4 שבועות מהלידה
- ביקורת רופא נשים - כ- 6 שבועות לאחר הלידה
- בדיקת כירורג שד - בתום תקופת ההנקה

סימנים המחייבים פנייה ליעוץ רפואי

- חום גוף מעל 38 מעלות
- דימום מוגבר ו/או הפרשה בעלת ריח חריף מהנרתיק
- אודם ו/או הפרשה מצלקת הניתוח
- כאב ראש או טשטוש ראייה
- כאבי בטן מוגברים
- חולשה מתמשכת
- דכדוך הנמשך מעל שבועיים

נאנחו בבית חולים לנשים בבילינסון, מעודדים הנקה, כהזנה בלעדית לתינוק. במשך ששת החודשים הראשונים לחייו, על פי המלצת משרד הבריאות, ובהתאם לרצונך.

מוטעמי נוחות, ההתייחסות לתינוק נכתבה בלשון זכר, אולם היא רלוונטית לשני המינים - זכר ונקבה.