

COVID-19 ПАМЯТКА ДЛЯ МАМ ПО УХОДУ ЗА НОВОРОЖДЕННЫМ В УСЛОВИЯХ ПАНДЕМИИ

Во время инкубационного периода, который длится от 7 до 14 дней вы можете быть источником заражения для вашего новорожденного ребенка и не иметь при этом никаких жалоб.

Простые правила, которые защитят вашего малыша:

- 1** Держите ребенка на руках минимально возможное время - во время кормления или проведения гигиенических процедур. Коронавирус передается воздушно-капельным путем при близком контакте, и, сокращая время этого контакта, вы защищаете своего малыша
- 2** Во время кормления, подмывания, укачивания ребенка обязательно надевайте защитную маску
- 3** Старайтесь не кашлять и не чихать при ребенке; если этого не избежать - чихайте в локоть
- 4** Мойте руки с мылом и обрабатывайте их антисептиком с содержанием спирта не менее 70% перед тем, как взять малыша на руки, молокоотсос или бутылочку
- 5** Не трогайте грудь, не помыв руки
- 6** Не целуйте ребенка, не приближайте его к своему лицу
- 7** Если ваш ребенок находится на искусственном вскармливании, тщательно обрабатывайте бутылочки перед кормлением с моющим средством; можно обрабатывать их в посудомоечной машине
- 8** Соску необходимо мыть с мылом в течение 20 секунд после каждого контакта соски в любой поверхностью
- 9** В случае необходимости сцеживания грудного молока обрабатывайте молокоотсос и все его составляющие с мылом перед каждым сцеживанием
- 10** Не забывайте проводить влажную уборку поверхностей в течении дня, обрабатывайте антисептиком свой телефон, клавиатуру ноутбука, ручки дверей и прочие поверхности, к которым вы часто прикасаетесь
- 11** Проветривайте помещение так часто, как это возможно