

Beste zwangere, beste kraamvrouw,

Voorschoten, 14 augustus 2020

### **Een nieuwe update met betrekking tot onze zorg en het coronavirus!**

Het aantal besmettingen met het Coronavirus neemt snel toe. Dit betekent (nog) geen grote veranderingen in onze zorg in vergelijking met de laatste update van 15 juni j.l. Het betekent wel dat we de regels nauwgezet zullen opvolgen en we verwachten dat jullie dat ook doen. Ter bescherming van ieders gezondheid.

De regels gelden voor alle zwangeren en kraamvrouwen in deze regio en zijn opgesteld in samenwerking met de ziekenhuizen LUMC en Alrijne Leiderdorp, RIVM, de KNOV en LEO.

**Heb je klachten die kunnen duiden op besmetting met het Coronavirus? Kom NIET naar de praktijk maar laat je testen! Door 0800-1202 (GGD) te bellen kun je een afspraak voor de corona-test maken.**

**Dit geldt ook voor de andere personen in je huishouden.**

#### **Denk aan de volgende (milde) symptomen:**

- Koorts/verhoging
- Neusverkoudheid
- Keelpijn
- Hoesten/niezen
- (toename van) kortademigheid in rust of bij lichte inspanning/benauwdheid
- Plotseling opgetreden vermoeidheid
- Recent ontstane smaak- en/of reukverlies
- Diarree
- Hoofdpijn
- Pijn achter de ogen
- Spierpijn

#### **Kom je terug uit een land met een oranje reisadvies?**

Het RIVM heeft als advies gegeven om 14 dagen in thuis quarantaine te gaan na terugkomst uit een land met een oranje reisadvies. Dit betekent dat er mogelijk consulten uitgesteld dienen te worden indien dit medische verantwoord is. In overleg met jou en afhankelijk van de situatie zullen we bepalen wat nodig is. Check hier de landen met een oranje reisadvies:

<https://www.nederlandwereldwijd.nl/documenten/vragen-en-antwoorden/coronavirus-veelgestelde-vragen-reizen-naar-het-buitenland>

**OOK in deze Coronatijd kunnen jullie altijd rekenen op professionele verloskundige hulp!**

### Zwangerschap:

- Alle controles worden op de reguliere manier gedaan. Ook de wat langere consulten zoals de intake, het counselingsgesprek of de nacontrole. Kom het liefst alleen naar de afspraak. Houdt zoveel mogelijk afstand. Mocht je liever telefonisch contact hebben, neem dan contact op met onze assistente op 071- 5622264 of via [assistente@verloskundigenpraktijkliva.nl](mailto:assistente@verloskundigenpraktijkliva.nl)
- Heb jij of iemand uit je huishouden last van klachten die kunnen duiden op een coronabesmetting? Laat gratis een test doen. Maak hiervoor een afspraak bij de GGD via 0800-1202. De uitslag komt meestal binnen 48 uur. Tot de uitslag bekend is ben je niet welkom op de praktijk. Moet je door ons gezien worden dan zullen wij beschermende maatregelen nemen.
- Als er sprake is van een positieve corona-test en milde klachten , blijf je bij ons onder controle. Is er een positieve corona-test en ernstige klachten dan zullen wij de zorg voor jou overdragen aan de gynaecoloog. Indien er in je huishouden sprake is van iemand met een positieve test, laat het ons zo spoedig mogelijk weten! We zullen passende afspraken maken.
- Indien het voor jou of je partner belangrijk is om mee te komen dan is die welkom op alle locaties, uiteraard op 1,5 meter afstand en klachtenvrij. Kom anders alleen. Zijn er al kinderen in jullie huishouden? Ook zij zijn welkom als zij klachtenvrij zijn, nog geen 13 jaar oud en zoveel mogelijk de anderhalve meter afstand tot ons bewaren. Op locatie Wassenaar is de ruimte niet groot, hou hier aub rekening mee.
- Personen uit een ander huishouden (vaders, moeders, oma's en opa's) zijn dus **NIET** welkom.
- Was (allen) je handen bij binnenkomst op de praktijk.
- Alle tijdschriften en de koffie- en theefaciliteiten zijn uit de wachtkamer verwijderd. Neem dus desnoods zelf iets mee van thuis. Hoogstwaarschijnlijk is er geen of nauwelijks wachttijd.
- Alle echo's kunnen worden gemaakt. Ook bij de echo's is zo nodig je partner welkom, mits op 1,5 meter afstand en klachtenvrij. Kijk voor meer informatie op [www.vcdespoort.nl](http://www.vcdespoort.nl) (medische echo's) en op [www.echopraktijkliva.nl](http://www.echopraktijkliva.nl) voor de niet-medische ('pret') echo's.
- De 20 weken echo's worden bij 19 weken ingepland. Heb je op dat moment of daarvoor toch klachten dan kan die uitgesteld worden.
- Het hartjesspreekuur kan tot nader order niet op de oude manier doorgaan. Je bent natuurlijk altijd welkom om even naar het hartje te komen luisteren. Maak hiervoor een afspraak bij onze assistente.
- Het begeleiden van studenten is toegestaan.
- De voorlichtingsavonden gaan voorlopig nog niet door; als alternatief zijn de voorlichtingen gefilmd en hieronder de linkjes.

### Voorlichtingsfilmpjes:

- 'Bevallen en het kraambed' <https://www.youtube.com/watch?v=FwzMSBgIB-o&feature=youtu.be&fbclid=IwAR3XsbAXmSPymSDXksD5IdszSX8PivFfITEcSSri0R9yvHeZ0cFP>
- 'Pijnbeleving/pijnbestrijding' <https://www.youtube.com/watch?v=vZreb4V7sik>
- Voorlichting 'Bevallen in Alrijne Leiderdorp' <https://www.alrijne.nl/over-alrijne/agenda/afgelast-informatieavond-zwangeren-27-augustus-2020>

### **Bevallen:**

- Als gezonde zwangere kan je nog steeds bevallen waar je wilt. Bij een bevalling thuis is het mogelijk dat er naast een partner een tweede begeleider aanwezig is, mits klachtenvrij en op 1,5 meter afstand (zoveel mogelijk). Bij een bevalling in het ziekenhuis zullen we de aanwezigheid van een tweede begeleider moeten overleggen. Houdt er rekening mee dat bij een overdracht aan de gynaecoloog een tweede begeleider gevraagd kan worden de kamer te verlaten ivm een maximaal aantal toegestane personen per kamer ivm de corona-afstand.
- Bij poliklinisch bevallen is bezoek niet toegestaan. Behalve de zorgverleners, blijven begeleider(s) continu op de kamer. Uitgezonderd is kort toiletbezoek. Het is niet toegestaan dat men zelf drinken gaat halen, een rondje gaat lopen of naar buiten gaat. Ook (externe) zorgverleners dienen hun bewegingen over de gang tot het minimum te beperken.
- Gebruik bij het poliklinisch bevallen zowel in het LUMC als in het Alrijne Leiderdorp de hoofdingang en niet de ingang van de Spoedeisende Hulp (tenzij echt spoed).
- Als je milde klachten hebt ten tijde van de bevalling zal de bevalling door ons begeleid worden, zowel thuis als poliklinisch. Wij zullen dan wel beschermende kleding dragen als er nog geen test is gedaan of als de uitslag nog niet bekend is. Bij een positieve test en milde klachten zullen wij je overdragen aan de gynaecoloog. Er is nog te weinig bekend over eventuele risico's van bevallen met corona ook al heb je milde klachten. In het ziekenhuis beval je dan in een isolatiekamer.
- Als je partner of begeleider last heeft van milde klachten en er is nog geen test gedaan of de uitslag is nog niet bekend mag diegene wel aanwezig zijn bij de thuisbevalling (met chirurgisch mondmasker). Let wel op de 1,5 meter afstand naar de verloskundige en de kraamverzorg! Bij een poliklinische bevalling is deze begeleider niet welkom, tenzij negatief getest. Het is goed om te bedenken wie je in dit geval graag bij de bevalling wil hebben.
- Bij ernstige klachten zullen we je altijd overdragen aan de gynaecoloog.
- Als je partner of begeleider last heeft van ernstige klachten en/of is positief getest mag diegene NIET in dezelfde kamer aanwezig zijn bij de thuisbevalling. Bij een poliklinische bevalling is deze persoon NIET welkom. Het is ook dan goed om te bedenken wie je dan graag bij de bevalling wil hebben.
- Inleidingen op eigen verzoek, dus zonder medische reden, kunnen worden uitgesteld/verplaatst.

### **Het kraambed:**

- Hier zullen de eerste dagen de controles per telefoon plaatsvinden. Is een huisbezoek nodig dan zullen we eerst telefonisch contact opnemen. Let op, we kunnen met een anoniem nummer bellen.
- Jullie kunnen ook ons bellen (dienstnummer) als de controles gedaan zijn en uiteraard bij vragen of problemen.
- Voor de hiepruk komen we zeker langs. Zorg ervoor dat er dan geen visite is. Hetzelfde geldt voor het afsluitende bezoek.
- Meldt ons van tevoren als er mensen met klachten en/of een positieve test is huis zijn.
- Probeer zelf kraambezoek te beperken en zorg voor afstand en goede handhygiëne van het bezoek.

Tot slot vragen we je aandacht voor de volgende tekst uit de folder van het LUMC over Corona en een pasgeborene:

We zijn nog veel aan het leren over het coronavirus. Hieronder volgen adviezen gebaseerd op de huidige kennis die we hebben van het virus. Kennis die we hebben opgedaan op basis van ervaringen in ons ziekenhuis, in de rest van Nederland en in andere landen.

Waarschijnlijk vindt er tijdens de zwangerschap geen overdracht plaats van het virus van moeder naar kind. Er kan wel overdracht van het coronavirus plaatsvinden na de geboorte. De meeste kinderen worden niet heel ziek van het virus. Maar vooral bij pasgeboren kinderen is het onderscheid met andere ernstige infecties in eerste instantie niet te maken. Het is belangrijk om overdracht van het coronavirus naar de baby te voorkomen.

Volg altijd de algemene aanbevelingen van het RIVM ter preventie van overdracht van het coronavirus. Mensen verspreiden het virus zolang ze klachten hebben. Na 24 uur geen klachten te hebben gehad, is de infectie voorbij. Zolang u nog klachten heeft, raden wij u aan om afstand te houden tot uw baby en alleen voor de noodzakelijke zorg dichterbij te komen.

Voor een verzorging wast u goed uw handen met water en zeep. Voor de borstvoeding of kolven wast u ook uw borsten en tepels met water en zeep. Om tijdens de borstvoeding overdracht te voorkomen kunt u een doek leggen tussen uw gezicht en uw baby. Gebruik deze doek maar 1 keer en was deze daarna in de wasmachine bij 60°C. Geeft u afgekolfd melk of kunstvoeding dan is het beter om de voeding door een niet ziek persoon te laten geven.

Wij vragen u om, samen met de verloskundige en de kraamverzorgende, goed op de volgende symptomen te letten:

- Ondertemperatuur (<36 graden C) of koorts (>38 °C), rectaal gemeten
- Afwijkend gedrag (ontroostbaar huilen, lusteloosheid)
- Slapper zijn dan eerder
- Slecht drinken
- Snelle ademhaling
- Kreunende ademhaling
- Grauwe kleur

Neem direct contact op met uw verloskundige, wanneer u bij uw kind één of meerdere van deze symptomen herkent, of daarover twijfelt, ongeacht het tijdstip van de dag. Wanneer uw kraamtijd voorbij is en u geen verloskundige of kraamverzorgende meer heeft, neem dan direct contact op met uw huisarts.