

Doğum uzmanı merkezi:

Telefon numarası:

Verloskunde Centrum Oost (Doğum Merkezi Oost) aşağıdaki kuruluşlarla işbirliği içinde çalışmaktadır:

**VERLOSKUNDIGEN
ASTRID
LIMBURG PRAKTIJK**

Verloskundigenpraktijk Astrid Limburg
Sarphatipark 97
1073 CV Amsterdam
020-6710650



Verloskundigenpraktijk Witsenkade
Nicolaas Witsenkade 35 SOU
1017 ZT Amsterdam
020-6279767



Verloskundigen Ruyschstraat
Ruyschstraat 71-H
1091 BX Amsterdam
020-4635858



Verloskundigen Amsterdam-Oost
Transvaalstraat 4
1092HK Amsterdam
020-6683589



Verloskundigenpraktijk Oostelijke Eilanden
Kraijenhoffstraat 32-B
1018 RL Amsterdam
020-638 4812



Verloskundecentrum NOVA Amsterdam
Locatie Van Swinden Locatie IJburg
Eerste van Swindenstraat 551a-b IJburglaan 727
1093 LC Amsterdam 1087 CH Amsterdam
020-6655542 020-495 22 61



Onze Lieve Vrouwe Gasthuis
Oosterpark 9
1091 AC Amsterdam
020-5999111

Verloskunde Centrum Oost

Anne ve bebek

Doğumdan sonraki ilk 24 saat

Bebeğinizin doğumunu candan kutluyoruz!



**Telefonla
sorabileceğiniz
konular**

Anne ile ilgili tavsiyeler:

- **KANAMA:**
Fazla kanama varsa (yarım saatte dolan bir loğusa pedi), doğum uzmanınızla irtibata geçin. 24 saat içerisinde gelen 3 veya daha fazla yumruk büyüklüğünde pıhtı geldiğinde doğum uzmanınızla irtibata geçin.
- **Ateş:**
Ateşinizi günde 2 kez ölçün. Ateşiniz 37,8 °C'yi geçiyorsa doğum uzmanınızla irtibata geçin.
- **İDRARA ÇIKMAK:**
Doğumdan sonraki 6 saat içerisinde normal idrara çıkmanız önemlidir (sadece birkaç damla değil). İdrara çıkamıyorsanız eğer, doğum uzmanınızla irtibata geçin.
- **DOĞUM SONRASI SANCILARI:**
Kan kaybını önleyebilmek için rahim doğumdan sonra güçlü bir şekilde kasılır. Bu kasılmalar doğum sonrası sancıları olarak algılanabilir. Bu son derece normal bir süreçtir. Doğum sonrası sancuları sık sık emzirme esnasında da görülebilir. Doğum sonrası sancularına karşı karnınızın üstüne sıcak bir termofor koyabilirsiniz ve gerektiğinde her 8 saatte bir ve günde maksimum 6-8 tablet olmak üzere 2 tane 500 mg'lık Paracetamol veya her 8 saatte bir ve günde maksimum 3 tane olmak üzere İbuprofen 400 mg alabilirsiniz. Doğum sonrası sancuları doğumdan birkaç gün sonra yok olurlar.

Bebek ile ilgili tavsiyeler:

- **Bebeğin rengi:**
Bebeğinizin teni mor (dili ve dudakları da dahil olmak üzere), soluk/gri veya sarı olduğunda doğum uzmanınızı telefonla aramanız gerekir.
- **NEFES ALMA:**
Bebeğiniz dakikada 60 kereden fazla nefes alıyorsa, doğum uzmanınızı telefonla aramanız gerekir. Bebeğinizin inlemek, kaburgalarını ve burun kanatlarını içeriye çekmek gibi nefes almakta zorluk çektiğini görürseniz doğum uzmanınızı telefonla arayınız.
- **VÜCUT ISISI:**
36,5'ten daha düşük veya 37,5'ten daha yüksek olan bir vücut ısısında doğum uzmanınızı telefonla aramanız gerekir.
- **BULANTI:**
Bebeğinizde ilk günler doğum esnasında yutmuş olduğu amniyotik sıvı ve kandan dolayı biraz bulantı olabilir. Bebeğiniz öğürdüğü veya kustuğunda korkmayın; Onu yan yatırın ve sırtına yavaşça vurun. Bebeğinizin iyi bir öksürme ve kusma refleksinin olması iyi bir şeydir. Bebeğiniz yeşil bir kusmuk kustuğunda ise doğum uzmanınızı hemen telefonla arayın.