



Naviva
Kraamzorg

**Ви вагітні?
Щиро
вітаємо!**





Ви вагітні? Щиро вітаємо!

Вітаємо вас з вагітністю. Попереду вас чекає неймовірний та насичений подіями період. Задля вашої безпеки та комфорту необхідно вжити деяких організаційних заходів. Ми з радістю надамо вам детальну інформацію щодо послуг та підтримки Naviva Kraamzorg, які ви можете отримати у цей період.

Нагляд за вагітністю та пологами в Нідерландах

Перинатальне обслуговування в Нідерландах є унікальним. Такої системи догляду не існує більше ніде у світі. Вона складається з двох частин:

- ♥ Допомога акушерки під час пологів і одразу після них.
- ♥ Догляд за вами, вашою дитиною та родиною вдома протягом перших 8-10 днів після пологів.

Наша патронажна медсестра відвідає вас вдома після пологів, щоб полегшити перші дні життя вашої дитини, а також допомогти вам та решті вашої родини у цей непростий період. Вона зосередиться на вашому стані здоров'я та проведе необхідні обстеження. Також вона надасть інформацію про годування дитини, піклування та заходи безпеки. Якщо буде час, то може допомогти вам упоратися і з побутовими справами. Вона застосує всі свої знання та досвід, щоб ви могли самостійно та впевнено піклуватися про свою дитину у подальші тижні її життя.

Своєчасна реєстрація по нагляду за вагітністю

Найкраще, якщо нагляд за вагітністю та пологами буде розпочато до 16-го тижня вагітності. Хочете дізнатися, чи надаємо ми допомогу під час пологів у вашому місці проживання? Перевірте свій поштовий індекс за посиланням <https://www.naviva.nl/postcodecheck>. Далі ви можете самостійно зареєструватися в системі «Нагляд за вагітністю та пологами Naviva», адже це швидко і просто. Відвідайте сайт <https://www.naviva.nl/aanmelden/> для реєстрації. Також можна зареєструватися за телефоном 088 – 7777 666. Вам знадобиться Burgerservicenummer (BSN; номер обслуговування громадянина). Ви отримаєте підтвердження реєстрації на вашу скриньку електронної пошти. Якщо ви не скасуєте її протягом встановленого законодавством двотижневого періоду розгляду, ваша реєстрація буде остаточною. Після цього буде укладено договір або контракт. Ви гарантовано отримаєте послуги по нагляду за вагітністю та пологами.



Вартість послуг по нагляду за вагітністю та пологами

Догляд під час вагітності та пологів у Нідерландах вважається одним із базових послуг охорони здоров'я. Таким чином, витрати на послуги по нагляду за вагітністю та пологами компенсуються за рахунок основного медичного страхування. Для отримання вищеописаних послуг ви повинні мати медичне страхування. Однак вам потрібно сплатити індивідуальний внесок у розмірі 4,80 євро за годину (станом на 2023 рік). Якщо у вас є додаткове медичне страхування, ваш індивідуальний внесок буде відшкодовано (частково). Послуги по нагляду за вагітністю та пологами Naviva відшкодовуються всіма медичними страховими компаніями.

Кількість годин по нагляду за вагітністю та пологами

Кількість годин догляду під час пологів залежатиме від перебігу вашої вагітності та побажань. Мінімальна кількість годин, на яку ви можете законно розраховувати, становить 24 години, розподілені на 8 днів. Стандартна кількість доступних вам годин обслуговування становить 49 год.

Маєте питання?

Наш відділ обслуговування клієнтів завжди готовий надати відповіді та роз'яснення. Телефонуйте 088 – 7777 666 у робочі дні з 08:30 до 17:00 або пишіть електронного листа на адресу klantenservice@naviva.nl.



Підготовка до пологів і післяпологовий тиждень

Перша співбесіда

Перша співбесіда допоможе вам познайомитися з Naviva. Ви автоматично отримаєте від нас запрошення на цю зустріч. Наша патронажна медсестра відвідає вас вдома, якщо це ваша перша дитина. Перша співбесіда під час пологів другої дитини та наступних дітей буде відбуватися по телефону. Наша патронажна медсестра пояснить та розповість про переваги системи обслуговування Naviva під час першої співбесіди. Якщо ви хочете, щоб вона перевірила, чи є у вашому помешканні всі необхідні для вас і дитини речі, вона з радістю це зробить. Також із задоволенням медсестра дасть вам поради щодо придбання необхідних речей. Вона також запише ваші побажання та будь-які особливі деталі. Наприкінці зустрічі ви отримаєте інформацію про кількість доступних вам годин по нагляду за вагітністю та пологами. Якщо ви не володієте голландською мовою або не розумієте її або якщо вам важко спілкуватися цією мовою, попросіть члена родини, друга чи знайомого перекладати вашу розмову із медичним працівником.

Замовлення необхідних побутових речей

Для домашніх пологів і післяпологового періоду знадобляться кілька допоміжних засобів:

- ♥ Насадки на ніжки ліжка, які дозволяють підняти його, щоб верх матраца знаходився на висоті 80-90 сантиметрів.
- ♥ Нічний горщик з кришкою та задньою опорою.

Ви повинні самостійно заздалегідь замовити ці речі, щоб вони вчасно були доставлені вам додому (до 37 тижня вагітності). Ви можете розмістити замовлення на сайті duxxie.nl і вартість товарів буде відшкодована вашою медичною страховкою. Примітка: навіть якщо ви плануєте народжувати в лікарні, ви повинні мати ці допоміжні засоби вдома. Якщо ліжко не встановлено на правильній висоті, акушерка не зможе належним чином виконувати свою роботу.



Набір для пологів

Окрім допоміжних засобів, вам знадобиться *kraampakket* (набір для пологів, який містить речі, необхідні для організації домашніх пологів). Набір для пологів включає в себе все, що вам знадобиться під час пологів і після них. До нього входить марля, гігієнічні прокладки для вагітних, на матрацники та вата. Залежно від постачальника вашої медичної страховки ви можете отримати набір для пологів у своїй медичній страховій компанії або вам доведеться придбати його самостійно. Набір для пологів можна придбати в аптеках, точках продажу товарів для краси та здоров'я або в інтернеті.

Дитяча кімната

Ми рекомендуємо підготувати дитячу кімнату до 24-го тижня вагітності. У дитячій кімнаті має бути принаймні пеленальне місце і відповідне ліжечко. Naviva рекомендує, щоб дитина спала в спальні батьків протягом перших кількох місяців життя. Примітка: ми не рекомендуємо, щоб дитина спала у ліжку разом із вами. Це небезпечно.



Де ви будете народжувати?

В Нідерландах ви можете самостійно обрати, де ви хочете народжувати: вдома або в лікарні. Який би варіант ви не обрали, патронажна медсестра Naviva допоможе вашій акушерці під час пологів. Винятком є пологи під наглядом лікаря в стаціонарі. Наприклад, під час кесаревого розтину або за наявності ускладнень. Потім гінеколог або клінічний акушер прийме ваші пологи.

Домашні пологи

Якщо вагітність проходить без ускладнень і ваше здоров'я в порядку, можна народжувати вдома. Коли у вас почнуться перейми, викличте акушерку. Вона прийде до вас додому. Акушерка зв'яжеться з Naviva. Наша патронажна медсестра допоможе акушерці під час домашніх пологів. Вона надасть всю необхідну допомогу і нагляд за вами і вашою дитиною. Медсестра прибере і подбає про те, щоб ви могли набратися сил і провести час у спокійній атмосфері.

Пологи в лікарні

Ви вирішили народжувати в лікарні чи пологовому центрі? У такому випадку потрібно також викликати акушерку. Під час пологів вона запросить патронажну медсестру Naviva для допомоги. Коли вас випишуть із лікарні, зверніться до Naviva Kraamzorg. Ви можете зробити це у будь-який час доби та 7 днів на тиждень. Це включає звернення увечері, вночі та у вихідні дні.

Приймальний догляд

Якщо вас відпускають додому з лікарні вдень, ввечері чи вночі, не хвилюйтеся! У більшості випадків Naviva Kraamzorg пропонує послуги виїзного догляду. Наша патронажна медсестра приїде до вас додому мінімум на 3 години. Вона дасть поради та підтримку, щоб ви могли безпечно та у спокійній атмосфері провести першу ніч наодинці із новонародженою дитиною. На наступний день починається власне післяпологовий період.



Післяпологовий тиждень

Післяпологовий тиждень

Перші вісім-десять днів після пологів ми називаємо kraatweek (післяпологовий тиждень). У цей період у вас вдома буде перебувати патронажна медсестра Naviva. Вона надасть вам увесь необхідний догляд і підтримку. Ваша акушерка буде нести на собі остаточну відповідальність за вас. Вона відвідає вас кілька разів протягом тижня після пологів. Ваша акушерка та наша патронажна медсестра регулярно обговорюватимуть ваше самопочуття та здоров'я вашої дитини.

Більше, ніж просто хороший догляд під час пологів

Naviva любить надавати більше, ніж просто хороший догляд під час пологів. Наприклад, протягом післяпологового тижня ми знайомимо мам із методикою розуміння мови немовлят Данстан. Це метод, за допомогою якого ви можете інтерпретувати звуки, які промовляє ваша дитина. Ми також навчимо вас робити масаж немовлятам за вашим бажанням. Дитячий масаж — це розслаблюючі вправи, які зміцнюють зв'язок між дитиною та батьками. Патронажна медсестра також допоможе у налагодженні оптимального зв'язку між батьками та дитиною. Наприклад, заохочуючи контакт між малюком та дорослим «шкіра до шкіри». А також шляхом розпізнавання звуків дитини, що сигналізують про нестачу сну або голод. Це дозволить заспокоїти новонародженого швидше та уникнути небажаного стресу. Також такі вправи



Обов'язки патронажної медсестри

Патронажна медсестра Naviva:

- ♥ Уважно слідкує за вашим здоров'ям та здоров'ям вашої дитини.
- ♥ Слідкує за тим, щоб ваша дитина отримувала достатнє та належне харчування.
- ♥ Подбає про вашу дитину і навчить вас, як це робити самостійно.
- ♥ Представить вам різні техніки перевертання плоду, методику розуміння мови немовлят Данстан і правила виконання дитячого масажу.*
- ♥ Може надати поради щодо різних тем, починаючи від турботи про шкіру вашої дитини та закінчуючи пеленанням.
- ♥ Запропонує цифрову технічну підтримку, якщо це можливо.
- ♥ Забезпечить чистоту в післяпологовій та дитячій кімнаті, туалеті та ванній кімнаті.*
- ♥ Виконуватиме інші домашні обов'язки та доглядатиме за іншими членами родини.*
- ♥ Вислухає та дасть вам особисті поради та рекомендації у післяпологовий період, який іноді може здаватися бурхливим та емоційним.

* Ці завдання можуть бути не виконані, якщо часу буде обмаль (у випадку 24-годинного догляду під час пологів). Міцне здоров'я та добробут матері і дитини є найвищим пріоритетом.



Угоди

На початку післяпологового тижня ви укладете угоду з патронажною медсестрою. Наприклад, про розподіл годин догляду та ваші побажання та звички. Патронажна медсестра внесе всі ці дані у вашу особисту медичну онлайн-картку. Вона також буде регулярно заповнювати її, щоб

реєструвати стан здоров'я матері та дитини. Щодня вона обговорюватиме з вами всі позитивні та негативні зміни: що просувається успішно, що можна покращити і що ви хотіли б змінити.

Перевірка та спостереження

Ваша патронажна медсестра буде проводити регулярні

перевірки та огляди. Результати спостережень вона внесе у вашу в онлайн-картку, яку ви також зможете переглянути. Якщо будуть помічені будь-які негативні або небезпечні факти, вона обговорить їх із вами. Якщо знадобиться, вона негайно викличе додаткову допомогу.

Годування дитини

Важливо, щоб ваша дитина отримувала своєчасне та достатнє харчування для забезпечення здорового розвитку. Грудне молоко — найкраща їжа, яку ви можете дати своїй дитині. Патронажна медсестра допоможе та надасть поради, щоб забезпечити успішне грудне вигодовування. Вона також надасть поради, якщо ви вирішите або будете змушені перейти на штучне годування.



Ваша родина

Патронажна медсестра, звичайно, приділить увагу і всій вашій родині. До догляду за новим членом родини будуть залучені брати і сестри малюка. Якщо буде час, буде надана підтримка щодо побутових справ. І вона із задоволенням побалує вас корисними закусками.

Цифрова технічна підтримка

Окрім догляду вдома, ми також пропонуємо цифрову підтримку. Ми надішлемо вам різноманітні онлайн-інструкції, які ви зможете прочитати та виконати, коли вам буде зручно. Ми також пропонуємо консультації в онлайн-форматі (спілкування з патронажною медсестрою за допомогою відеозв'язку).





Аналіз крові з п'яти та перевірка слуху

Аналіз крові з п'яти та перевірка слуху будуть зроблені протягом тижня після пологів. Аналіз крові робиться для того, щоб з'ясувати, чи має ваша дитина ряд вроджених і спадкових захворювань, які зустрічаються дуже рідко. Для цього береться кілька крапель крові з п'яти малюка. Слух вашої дитини також буде перевірено. Ви відразу отримаєте результат. Більше інформації буде доступно під час післяпологового тижня та спілкування із патронажною медсестрою.

Підсумок післяпологового тижня

Післяпологовий тиждень завершиться комплексним оглядом та підведенням підсумків із вашою патронажною медсестрою. Вона внесе останні дані в онлайн-картку. Також вона напише лист про переведення для муніципальної служби Jeugdgezondheidszorg (JGZ; Служба охорони здоров'я молоді). Ви отримаєте запрошення на ваше перше відвідування consultatiebureau (педіатричної клініки) протягом кількох тижнів після післяпологового тижня. Регулярно відвідуйте цей заклад зі своєю дитиною, щоб перевіряти стан її здоров'я, а також робити щеплення.

Відгуки та виставлення рахунку

Через кілька тижнів після закінчення післяпологового тижня ви отримаєте від нас анкету електронною поштою. Ви можете залишити свої відгуки про післяпологовий тиждень та організацію Naviva. Приблизно в цей час ви також отримаєте рахунок-фактуру за додаткові години нагляду за вагітністю та пологами (якщо ваша медична страховка їх не покриває).

Мовний бар'єр

Наші патронажні медсестри говорять голландською мовою. Ваш рівень голландської мови недостатній, щоб розмовляти чи розуміти їх? Заздалегідь придумайте рішення, як подолати мовний бар'єр. Наші патронажні медсестри працюють з iPad і мають доступ до Google Translate. Присутність члена родини, друга чи знайомого, який може перекладати для вас, вітається, і забезпечить краще обслуговування.





Naviva Kraamzorg | Postbus 2190, 7420 AD Deventer