

პოსტნატალური მეთვალყურეობა COVID-19-ის პანდემიის პირობებში

შესავალი

პროტოკოლში მოცემულია პრაქტიკული რეკომენდაციები პოსტნატალური მომსახურების ფარგლებში გათვალისწინებული ვიზიტების შესახებ, რომელთა მიწოდებაც შესაძლებელია დისტანციურად (სატელეფონო კავშირის, სპეციალური აპლიკაციებისა ან ტელემედიცინის საშუალებით).

რეკომენდაციების მიზანს წარმოადგენს ტრადიციული პოსტნატალური მომსახურების მორგება შექმნილ ვითარებაზე, ისეთი კომპონენტის შემოტანით, როგორცაა ქალებისათვის დისტანციური მომსახურების მიწოდება, თუმცა იგი არ ანაცვლებს პოსტნატალური მომსახურების სფეროში მოქმედ პოლიტიკასა და პროტოკოლებს. [9].

ძირითადი რეკომენდაციები

- ✓ COVID-19-ის გავრცელების შემცირების მიზნით, დედათა მომსახურების მიმწოდებლებმა უნდა შეეცადონ მინიმუმამდე შეამცირონ სტაციონარში პაციენტების დაყოვნების პერიოდი და მათთან უშუალო კავშირი; გარდა იმ შემთხვევებისა, როდესაც პაციენტს გადაუდებელი დახმარება ესაჭიროება [1, 5].
- ✓ შესაბამისად, სტაციონალური სამედიცინო დაწესებულების ფარგლებში და გაწერის შემდგომ სტანდარტული პოსტნატალური მომსახურების განრიგში შესაძლებელია შეტანილი იქნას ცვლილებები.
- ✓ ჯანმრთელი დედებისა და მათი ახალშობილების გაწერა სამედიცინო დაწესებულებიდან შესაძლებელია დროზე ადრე, ქვეყანაში დამტკიცებული ცვლილებების გათვალისწინებით, და პოსტნატალური მომსახურება შესაძლებელია განხორციელდეს ტელემედიცინის საშუალებით¹; რაც გულისხმობს ექიმისგან ტელეფონით ან ვიდეო ზარით მომსახურების მიღებას (დისტანციურ კონტაქტს)², რათა არ მოხდეს დედათა მეთვალყურეობის პროცესის წყვეტა ან შეჩერება.

¹ ტელემედიცინა გულისხმობს ტელესაკომუნიკაციო და ვირტუალური ტექნოლოგიების გამოყენებით სამედიცინო მომსახურების მიწოდებას და წარმოადგენს ტრადიციული სამედიცინო დაწესებულებების ფარგლებს გარეთ მიწოდებული სამედიცინო მომსახურების ფორმას.

² წინამდებარე დოკუმენტში მსგავსი მომსახურების აღსანიშნავად გამოყენებულია ტერმინი დისტანციური სამედიცინო მომსახურება.

- ✓ პოსტნატალური მომსახურების მიმწოდებლებმა უნდა მიიღონ გადაწყვეტილება თუ რომელ ქალებს შეიძლება შევთავაზოთ ალტერნატიული პოსტნატალური მოვლის გეგმის გამოყენება.
- ✓ მიუხედავად იმისა, თუ სად და როგორ წარმოებს პოსტნატალური მომსახურების მიწოდება, საჭიროა პრიორიტეტად დარჩეს დედათა მომსახურების სათანადოდ და ადამიანის ღირსების დაცვით მიწოდების ასპექტი [4, 7].
- ✓ უპირველეს ყოვლისა ამ სიაში უნდა მოხვდნენ ქალები, რომლებსაც აქვთ წვდომა მობილურ სატელეფონო კავშირზე და აქვთ მშობიარობის შემდგომი გართულებების დაბალი რისკი.
- ✓ იმ შემთხვევაში, თუ საჭიროა ქალის ფიზიკური შემოწმება, ამგვარი მომსახურების მიწოდება, შესაბამისად, უნდა განხორციელდეს სამედიცინო დაწესებულებაში ვიზიტის ფარგლებში, თუმცა უფრო შეზღუდულ დროში და საჭირო 1-მეტრიანი დისტანციის დაცვით [5].

სამედიცინო დაწესებულებებმა უნდა უზრუნველყონ შემდეგი:

- ✓ სამედიცინო დაწესებულებაში შემოსვლამდე ყველა ქალმა და მათმა თანმხლებმა პირებმა გაიარონ ტრიაჟი და COVID-19-ის რისკისა და სიმპტომების შეფასება/სკრინინგი³;
- ✓ პოსტნატალური მომსახურების მიღების მიზნით, სამედიცინო დაწესებულებაში განხორციელებული ვიზიტის დროს დამსწრე პირთა რაოდენობის მაქსიმალური შეზღუდვა, რა დროსაც გასასინჯ სივრცეში უნდა იმყოფებოდნენ მხოლოდ ქალი, ქალის სურვილით შერჩეული ერთი თანმხლები პირი, რომელსაც არ აღენიშნება COVID-19-ისათვის დამახასიათებელი სიმპტომები და სამედიცინო მომსახურების მიმწოდებელი პირი.
- ✓ სადაც ამის შესაძლებლობა არსებობს, ქალებმა თავი მაქსიმალურად უნდა შეიკავონ სამედიცინო დაწესებულებაში ბავშვების, ოჯახის წევრებისა და სხვა პირების თანხლებით გამოცხადებისაგან;

პირისპირ კონტაქტის რეჟიმში პოსტნატალური მომსახურების გაგრძელება რეკომენდებულია იმ შემთხვევაში, თუ დედასა და ახალშობილის მდგომარეობა შესაძლებელია დახასიათდეს შემდეგნაირად:

- ✓ ქალი არის სოციალურად ან ფსიქიკურად დაუცველი, მათ შორის, გენდერული ნიშნით ძალადობის ან ფსიქიკური სტრესის მიმართ;

³ COVID-19-თან დაკავშირებული სიმპტომებია: ცხელება, სისუსტის შეგრძნება, მშრალი ხველა, ტკივილი, ცხვირის გაჭედვა, ცხვირიდან გამონადენი, ყელის ტკივილი ან დიარეა.

- ✓ სახეზეა მშობიარობის დროს გართულებები ან საკეისრო კვეთით მშობიარობა;
- ✓ ნაადრევი მშობიარობა/მცირე წონით დაბადებული ახალშობილი;
- ✓ დედათა და ბავშვთა ჯანმრთელობასთან დაკავშირებული სხვა გართულებები, რაც შესაძლებელია მოიცავდეს ახალშობილის ძუძუთი კვებასთან დაკავშირებულ პრობლემებს, რომელთა დისტანციურად მართვაც შეუძლებელია [1].
- ✓ მიუხედავად მომსახურების მიღების გზებისა, ყველა ქალისა და ახალშობილის შემთხვევაში, აუცილებელია, უზრუნველყოფილი იყოს შემდეგი: [1, 4, 6, 7].
- ✓ COVID-19-ის რისკისა და სიმპტომების შეფასება და შესაბამისი ინფორმაციის მიწოდება*.
- ✓ იმ შემთხვევაში, თუ ქალს სკრინინგის ფარგლებში გამოუვლინდება COVID-19-ისთვის დამახასიათებელი სიმპტომები ან იგი განაცხადებს COVID-19-ზე საექვო პირებთან ახლო კონტაქტის შესახებ, საჭიროა, მას მიაწოდოთ ინფორმაცია ქვეყანაში მოქმედი წესების შესახებ, რომელიც გულისხმობს სავალდებულო თვითიზოლაციას და შესთავაზოთ მას მომსახურების მიღება დისტანციურად (გადაუდებელი საჭიროების შემთხვევაში უნდა ისარგებლოთ დაწესებულების ფარგლებში მოქმედი პროტოკოლებით);
- ✓ დედისთვის ინფორმაციის მიწოდება ახალშობილთა ჯანმრთელობისათვის საფრთხის შემცველი გართულებების** და ქალებში პოსტნატალური გართულებების ნიშნების*** შესახებ;
- ✓ მიმდინარე რისკების შეფასება – მათ შორის ემოციური მდგომარეობასა და პირად უსაფრთხოებასთან დაკავშირებული რისკების;
- ✓ იმ შემთხვევაში, თუ რისკების შეფასებისას გამოვლინდება არსებული ან პოტენციური გართულებები, კონსულტაციები უნდა დაიგეგმოს უფრო მეტი სიხშირით და აღნიშნული კონსულტაციები უნდა წარიმართოს ექიმთან უშუალო ვიზიტის ფარგლებში;
- ✓ საჭიროა პოსტნატალური მომსახურების შესაბამისად დოკუმენტირება, რომლის საფუძველზეც შესაძლებელი იქნება ქალებისთვის შესაბამისი მომსახურების მიწოდების დაგეგმვა.

ცხრილი 1. პოსტნატალური მომსახურება და ვიზიტების დისტანციური მომსახურებით ჩანაცვლების შესაძლებლობები

<p>რეკომენდებული პოსტნატალური მომსახურების კომპონენტები</p>	<p>პოსტნატალური ვიზიტები, რომელთა ჩანაცვლებაც შესაძლებელია ალტერნატიული, დისტანციური მომსახურებით (აუცილებელია გათვალისწინებული იყოს COVID-19-ისთვის დამახასიათებელი სიმპტომები*, ახალშობილთა ჯანმრთელობისათვის საფრთხის შემცველი გართულებების ნიშნები** და ქალთა პოსტნატალური გართულებები***)</p>	
<p>მშობიარობიდან 24 საათის განმავლობაში</p>	<p><u>სტანდარტული პოსტნატალური მომსახურება პირისპირ კონტაქტის საშუალებით</u></p> <p>ინფიცირებაზე რისკის შეფასება და პირადი დამცავი აღჭურვილობის (პდა) ტარების უზრუნველყოფა.</p> <p>გეგმიური შემოწმება პირისპირ კონტაქტის საშუალებით და/ან სამედიცინო დაწესებულებიდან გაწერის საკონტროლო კითხვარის**** გამოყენებით. უზრუნველყავით საკმარისი რაოდენობით დანიშნული მედიკამენტების მარაგის გაცემა, რაც ემსახურება ქალის მიერ სამედიცინო დაწესებულებაში ხშირი ვიზიტების თავიდან აცილებას.</p> <p>ქალის სამედიცინო დაწესებულებიდან გაწერა უნდა მოხდეს ქვეყანაში არსებული გაიდლაინების მიხედვით. საჭიროა დარწმუნდეთ, რომ ქალებს, რომელთა სამედიცინო დაწესებულებიდან გაწერაც ჩვეულებრივზე ადრე წარმოებს, საცხოვრებელ ადგილზე საჭირო დახმარებისა და მხარდაჭერის მიღების საშუალება აქვთ; და ასევე, შეუძლიათ ისარგებლონ სისტემით, რომელიც უზრუნველყოფს ქალებისთვის საჭირო დახმარების აღმოჩენას მომსახურების მიმწოდებელი პირის ვიზიტის და/ან დისტანციური, სატელეფონო კონსულტაციის საშუალებით.</p> <p>საცხოვრებელ ადგილზე მშობიარობის შემთხვევაში - საჭიროა ქალის შემოწმება წარმოებული იქნას კვალიფიციური მეან-გინეკოლოგის ან ბებიაქალის მიერ, პირისპირ კონტაქტის საშუალებით, მშობიარობიდან 24 საათის განმავლობაში.</p>	
<p>მშობიარობიდან მე-3 დღეს (48 საათიდან 72 საათამდე პერიოდში)</p>	<p><u>სტანდარტული პოსტნატალური მომსახურება პირისპირ კონტაქტის საშუალებით ან დისტანციური პოსტნატალური მომსახურება, თუ მელოგინე გაწერილია</u></p> <p>მოიცავს მიმდინარე რისკების შეფასებას</p>	<p>პოსტნატალური მომსახურების მიწოდების მოცემული რეჟიმი ექვემდებარება ცვლილებას, ქალის ინდივიდუალური საჭიროებების გათვალისწინებით</p>
<p>მშობიარობიდან 2 კვირაში (7-დან 14 დღემდე პერიოდში)</p>	<p><u>დისტანციური პოსტნატალური მომსახურება</u></p> <p>მოიცავს მიმდინარე რისკების შეფასებას</p>	
<p>მშობიარობიდან 6 კვირაში (42 დღემდე)</p>	<p><u>დისტანციური პოსტნატალური მომსახურება</u></p>	

პერიოდში)	მოიცავს მიმდინარე რისკების შეფასებას საჭიროა ქალთის კონსულტირება ოჯახის დაგეგმვის თანამედროვე საშუალებებთან დაკავშირებით.	
-----------	--	--

ცხრილი 2. დისტანციური პოსტნატალური მომსახურების მიწოდების საკონტროლო კითხვარი

დისტანციური პოსტნატალური მომსახურების საკონტროლო კითხვარი
პოსტნატალური მომსახურება, მიუხედავად გამოყენებული მეთოდისა, უნდა მოიცავდეს:
<p>სათანადო პერინატალური მომსახურების კომპონენტებს, მათ შორის:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ ყველა ქალისადმი პატივისცემითა და ღირსების შელახვის გარეშე მოპყრობა; ✓ კონფიდენციალურობის დაცვა; ✓ დისკრიმინაციისგან თავისუფალი გარემოს უზრუნველყოფა; ✓ ქალების უფლებების დაცვა, კერძოდ, ინფორმაციაზე წვდომისა და ინფორმირებული და დამოუკიდებელი გადაწყვეტილების მიღების უფლების დაცვა.
<p>ნებისმიერი პოსტნატალური მომსახურება რეკომენდებულია მოიცავდეს შემდეგ პროცედურებს:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ სამედიცინო პერსონალის მიერ საკუთარი თავის წარდგენა და მისალმება კეთილგანწყობილი ტონით; ✓ COVID-19-თან დაკავშირებული სიმპტომების სკრინინგი (როგორც ქალების, ასევე ახალშობილებისა და ოჯახის წევრების) და, სიმპტომების აღმოჩენის შემთხვევაში, ქვეყნის მასშტაბით ან სამედიცინო დაწესებულების დონეზე მოქმედი შესაბამისი რეკომენდაციებით ხელმძღვანელობა; ✓ ქალის გამოკითხვა, მისი ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის ზოგადი მდგომარეობის შესახებ ინფორმაციის მისაღებად; ✓ საჭიროა გათვალისწინებული იქნას ქალის ფიზიკური, სოციალური, ემოციურ-ფსიქიკური და კულტურული მახასიათებლები; ✓ ქალის გამოკითხვა ახალშობილის ჯანმრთელობისა და კეთილდღეობის შესახებ, და შესაბამისი ზომებისა და ღონისძიებების დაგეგმვა და გახორციელება; ✓ გეგმიური დაკვირვების და შეფასების წარმოება, როგორც ქალზე ასევე ახალშობილზე; ✓ ქალისთვის ინფორმაციის მიწოდება ჩასატარებელ სამედიცინო შემოწმებებზე, ტესტებსა და პროცედურებზე და მათგან ინფორმირებული თანხმობის მოპოვება; ✓ ორსულობის, მშობიარობისა და მშობიარობის შემდგომი ანამნეზის გადახედვა და რისკ-ფაქტორების მიმდინარე შეფასება; ✓ ქალის ინფორმირება ახალშობილებში ჯანმრთელობის საფრთხის შემცველი გართულებების შესახებ: <ul style="list-style-type: none"> • საკვების მიღების შემცირება; • კრუნჩხვა; • გახშირებული სუნთქვა (წუთში ≥ 60); • გულმკერდის ჩადრეკის მძიმე ფორმა; • სპონტანური მოძრაობების შეწყვეტა;

- ცხელება (ტემპერატურა $\geq 37,50C$);
 - დაბალი ტემპერატურა (ტემპერატურა $< 35,50C$);
 - ნებისმიერი ფორმის სიყვითლე, დაბადებიდან პირველი 24 საათის განმავლობაში ან ხელისა ან ფეხის გულელების სიყვითლე - ნებისმიერ ასაკში.
- ✓ ქალის ინფორმირება მშობიარობის შემდგომი საფრთხის შემცველი გართულებების შესახებ:
- ვაგინალური სისხლდენა
 - პრეეკლამფსია/ეკლამფსია;
 - ინფექცია;
 - თრომბოემბოლია;
 - მასტიტი.
- ✓ ოჯახის დაგეგმვასა და ორსულობებს შორის ინტერვალის რეგულირებასთან დაკავშირებულ საკითხებზე მსჯელობა;
- ✓ ქალის მიერ კითხვების დასმისთვის და მათზე პასუხების გასაცემად დროის გამოყოფა;
- ✓ ქალისთვის სპეციფიკური ინფორმაციის მიწოდება;
- ✓ საჭიროების შემთხვევაში, კონსულტაციის გაწევა ან საჭირო მომსახურების მიღებისათვის ქალის სხვა სპეციალისტთან გადამისამართება;
- ✓ გადაუდებელი სამედიცინო დახმარების საჭიროების შემთხვევაში, ქალის საცხოვრებელი ადგილიდან სამედიცინო დაწესებულებაში გადაყვანის გეგმის განხილვა;
- ✓ შემდეგი ვიზიტის/კონტაქტის დაგეგმვა და დანიშნულების/მითითებების მიცემა;
- ✓ შეფასებისა და კონსულტაციის შედეგების და სამომავლო გეგმების შესახებ ჩანაწერების გაკეთება.

პირველი პოსტნატალური მომსახურება - მშობიარობიდან 24 საათის განმავლობაში

- ✓ გეგმიური შემოწმება, ინფორმაციის მიწოდება და სამედიცინო დაწესებულებიდან გაწერის დაგეგმვა;
- ✓ გარდა 1-ლი პოსტნატალური მომსახურებით გათვალისწინებული სტანდარტული პროცედურებისა, დამატებით, რეკომენდებულია შემდეგი: ინფორმაციის მიწოდება ტელემედიცინის შესახებ; შემდგომი პოსტნატალური ვიზიტების დაგეგმვა; ქალისგან თანხმობის მოპოვება ზოგიერთი ვიზიტის დისტანციური პოსტნატალური მომსახურებით ჩანაცვლების თაობაზე;
- ✓ ორსულის ტელეფონის ნომრის გადამოწმება და ალტერნატიული ტელეფონის ნომრის ჩანიშვნა;
- ✓ დარწმუნდით, რომ ქალს ჩანიშნული აქვს იმ ბებიაქალის/ სამედიცინო პერსონალის საკონტაქტო ტელეფონის ნომერი, რომელიც პასუხისმგებელია დისტანციური პოსტნატალური მომსახურების მიწოდებაზე ან სამედიცინო დაწესებულების საკონტაქტო ტელეფონის ნომერი.
- ✓ მიაწოდეთ ქალებს რკინის, ფოლიუმის მჟავის, კალციუმისა და ა.შ. პრეპარატების საკმარისი მარაგები, რათა მათ მარაგების შესავსებად ხშირად არ მოუწიოთ სამედიცინო დაწესებულებაში სიარული.

დისტანციური პოსტნატალური მომსახურება - პოსტნატალური მომსახურების მიწოდების მოცემული რეჟიმი ექვემდებარება ცვლილებას, ქალის ინდივიდუალური საჭიროებების გათვალისწინებით

<p>სამედიცინო პერსონალის მიერ საკუთარი თავის წარდგენა და მისალმება კეთილგანწყობილი ტონით</p> <p>ქალისადმი პატივისცემის გამოხატვის საფუძველზე წარმოებული პერინატალური მომსახურება</p>	<input type="checkbox"/>
<p>როგორ გრძობთ თავს დღეს?</p> <p>COVID-19-თან დაკავშირებული სიმპტომების სკრინინგი (როგორც ქალების, ასევე ახალშობილებისა და ოჯახის წევრების) და, სიმპტომების აღმოჩენის შემთხვევაში, ქვეყნის მასშტაბით ან სამედიცინო დაწესებულების დონეზე მოქმედი შესაბამისი რეკომენდაციებით ხელმძღვანელობა</p>	<input type="checkbox"/>
<p>გადაამოწმეთ ქალთან ინფორმაცია მშობიარობის თარიღის, დროისა და მის შემთხვევაში გამოყენებული მშობიარობის მეთოდის შესახებ</p> <p>დაუსვით ქალს კითხვა მისგან ინფორმაციის მისაღებად იმის თაობაზე, ეს მისი პირველი ბავშვია თუ მას უკვე ჰყავს შვილი/შვილები</p>	<input type="checkbox"/>
<p>რაიმე პრობლემა ან გართულება ხომ არ დაფიქსირებულა ორსულობისა ან მშობიარობის დროს?</p> <p>მიმდინარე რისკის შეფასება</p>	<input type="checkbox"/>
ემოციურ-ფსიქიკური მდგომარეობის შეფასება	
<p>როგორ გრძობთ თავს მშობიარობის შემდეგ?</p> <p>განიხილეთ მის სამშობიარო ტკივილებთან და მშობიარობასთან დაკავშირებული დეტალები და მიეცით ქალს საშუალება აღიდგინოს და შეაჯამოს მიღებული გამოცდილება</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ძილთან დაკავშირებით ხომ არ გაქვთ პრობლემები?</p> <p>ემოციურ-ფსიქოლოგიური მდგომარეობის შეფასება</p> <p>ჰკითხეთ ქალს ჩვილის ძილის ჩვევების შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>
<p>რამეზე ხომ არ ღელავთ ან რამე ხომ არ გაწუხებთ?</p> <p>ემოციურ-ფსიქოლოგიური მდგომარეობის შეფასება</p> <p>ესაუბრეთ ქალს მის მდგომარეობასთან გამკლავების გზებისა და სტრატეგიების შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>
<p>როგორი გუნება-განწყობა გაქვთ? რაიმე ცვლილება ხომ არ შეგინიშნავთ გუნება-განწყობასთან დაკავშირებით?</p> <p>ემოციურ-ფსიქოლოგიური მდგომარეობის შეფასება</p> <p>ესაუბრეთ ქალს გუნება-განწყობის ცვლილებასა და პოსტნატალურ პერიოდში განცდების ცვლილებასთან დაკავშირებულ საკითხებზე</p> <p>ესაუბრეთ მას უშუალოდ მშობიარობის შემდგომ პერიოდში გუნება-განწყობის ცვლილების შესახებ, რომელიც მშობიარობიდან 10 დღეში უნდა დარეგულირდეს</p> <p>გამოიყენეთ დეპრესიის გამოსავლენი ინსტრუმენტი, მსგავსი პრაქტიკის არსებობის შემთხვევაში</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია მშობიარობის შემდგომი დეპრესიის თაობაზე, და მასზედ, თუ ვის უნდა მიმართოს დეპრესიის ნიშნების გამოვლენის შემთხვევაში</p>	<input type="checkbox"/>
<p>სახლში თავს უსაფრთხოდ და დაცულად გრძობთ?</p> <p>ძალადობა ინტიმური პარტნიორის მხრიდან/ გენდერული ნიშნით ძალადობა</p>	<input type="checkbox"/>

<p>მიაწოდეთ ორსულს ინფორმაცია არსებული შესაბამისი სამსახურის შესახებ და მიაწოდეთ მას ამ სამსახურის საკონტაქტო ტელეფონის ნომერი (იმ შემთხვევაში, თუ მსგავსი სამსახური ხელმისაწვდომია)</p>	
<p>გყავთ გარშემო ისეთი ადამიანი/ადამიანები, ვისაც შეგიძლიათ დახმარებისთვის მიმართოთ და ვისაც შეუძლია გაგიწიოთ დახმარება, საჭიროების შემთხვევაში?</p> <p>ემოციურ-ფსიქოლოგიური მხარდაჭერა</p> <p>უსაფრთხოების უზრუნველყოფა</p>	<input type="checkbox"/>
ფიზიკური ჯანმრთელობის შეფასება	
<p>როგორ იკვებებით?</p> <p>მიაწოდეთ ქალს რჩევები სწორ კვებასთან დაკავშირებით</p>	<input type="checkbox"/>
<p>იღებთ ამჟამად რაიმე სამედიცინო პრეპარატს? (რკინის შემცველ/პარაზიტების საწინააღმდეგო პრეპარატს და ა.შ.)?</p> <p>მიაწოდეთ ორსულს ინფორმაცია ვიტამინებისა და მინერალების დანამატების და დანიშნული პრეპარატების რეგულარულად მიღების სარგებლის შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ხომ არ გაწუხებთ ვაგინალური სისხლდენა? იმ შემთხვევაში, თუ კი, მომაწოდეთ ინფორმაცია სისხლდენის ოდენობის შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>
<p>რა პერიოდულობით გიწევთ ჰიგიენური საფენების გამოცვლა?</p> <p>რა ფერის არის გამონადენი?</p> <p>ხომ არ არის სისხლში კოლტები წარმოდგენილი?</p> <p>ხომ არ აქვს ვაგინალურ გამონადენს უსიამოვნო სუნი?</p> <p>ესაუბრეთ ქალს მშობიარობის შემდგომ მიმდინარე ნორმალურ ფიზიოლოგიურ ცვლილებებზე და მშობიარობის შემდგომ 4-6 კვირის მანძილზე ვაგინალური სისხლდენის შესახებ</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია იმის თაობაზე, თუ როდის შეიძლება ჩაითვალოს რომ ქალს ჭარბი ვაგინალური სისხლდენა აქვს და ამის გამო საჭიროებს დაუყოვნებლივ დახმარებას</p> <p>საჭიროების შემთხვევაში, გაუწიეთ ქალს კონსულტაცია ან გადაამისამართეთ იგი სათანადო სპეციალისტთან, არსებული გაიდლაინის/პროტოკოლის შესაბამისად</p>	<input type="checkbox"/>
<p>რაიმე პრობლემა ხომ არ გაქვთ შარდის გამოყოფასთან და/ან კუჭის მოქმედებასთან დაკავშირებით?</p> <p>შარდის შეუკავებლობა ან შეკავება</p> <p>ყაზობა/განავლის შეუკავებლობა</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ხომ არ გაქვთ სამშობიარო ნახევები ან ნაკერები?</p> <p>ხომ არ გრძნობთ ტკივილს ნახევების/ნაკერების მიდამოებში?</p> <p>როგორ შეაფასებდით ტკივილს სამშობიარო ნახევების/ნაკერების მიდამოებში, 10 ბალიანი შკალით (0= ტკივილის არარსებობა, 10= ძალიან ძლიერი ტკივილი)</p> <p>ხომ არ გიმძაფრდებათ ტკივილი სიარულისა და ჯდომის დროს?</p> <p>როგორ იცავთ ჰიგიენას სამშობიარო ნახევების/ნაკერების მიდამოებში?</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია პერიანალური მიდამოს ჰიგიენისა და მენჯის ფსკერის კუნთების ვარჯიშის შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>

<p>რეგულარულად მოძრაობთ?</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია ვენური თრომბოემბოლიის პრევენციის გზებისა და საშუალებების შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>
<p>რაიმე გართულების ნიშანი ხომ არ აღენიშნებათ?</p> <p>ჭარბი ვაგინალური სისხლდენა ან კოლტები ვაგინალურ გამონადენში</p> <p>ვაგინალური გამონადენის უსიამოვნო სუნის</p> <p>ძლიერი თავის ტკივილი და/ან ბუნდოვანი მხედველობა</p> <p>ცხელება ან იმგვარ სისუსტე, რომელიც საწოლიდან წამოდგომას უშლის ხელს</p> <p>ძლიერი ტკივილი</p> <p>სუნთქვის გახშირება ან გამძლეობა</p> <p>გრიპისთვის დამახასიათებელი სიმპტომები ან ძუძუს არეში ტკივილი და სიწითლე?</p> <p>ტკივილი ან შეშუპება წვივების არეში?</p> <p>იმ შემთხვევაში, თუ ქალს აღენიშნება საფრთხის შემცველი გართულების ნიშნები, გაუწიეთ მას საჭირო კონსულტაცია ან გადაამისამართეთ სხვა სპეციალისტთან, არსებული გაიდლაინის/პროტოკოლის შესაბამისად</p>	<input type="checkbox"/>
<p>როგორ მოიქცეოდით მსგავსი სიმპტომების/გართულების გამოვლენის შემთხვევაში?</p> <p>მიაწოდეთ ორსულს ინფორმაცია იმის თაობაზე, თუ ვის და როგორ უნდა მიმართოს დახმარებისთვის</p>	<input type="checkbox"/>
<p>შექლებთ მისვლას თქვენთან ყველაზე ახლოს მდებარე სამედიცინო დაწესებულებამდე? როგორ?</p> <p>წვდომა ტრანსპორტზე</p> <p>ფინანსური ხელმისაწვდომობა</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ახალშობილის კვების შეფასება</p>	
<p>ძუძუთი კვებაზე ჩვილს? იმ შემთხვევაში, თუ თქვენს ჩვილს ძუძუთი კვებაზე:</p> <p>როგორ მდგომარეობაშია თქვენი სარძევე ჯირკვლები და ძუძუს დვრილები?</p> <p>სარძევე ჯირკვლები - ნორმალურ მდგომარეობაში, სარძევე ჯირკვლების დაბერილობა, ტკივილის შეგრძნება, სიწითლე ძუძუს არეში</p> <p>ძუძუს დვრილები - გლუვი, ნახეთქებით, სისხლმდენი ნახეთქებით. გაესაუბრეთ ქალს ძუძუს დვრილების მოვლის შესახებ და სარძევე ჯირკვლების გაუხეშების/ხელით გამოწველის შესახებ</p> <p>ჩვილი რეგულარულად იღვიძებს და ითხოვს კვებას?</p> <p>ჩვილი ძუძუს კარგად ეჭიდება და ძლიერად წოვს? გაესაუბრეთ ქალს, ჩვილის მიერ ძუძუზე მოჭიდების ძალისა და წოვის ინტენსივობის შესახებ</p> <p>რამდენად ხშირად იკვებება ჩვილი ძუძუთი</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია ჩვილის ასაკის შესაბამისად ძუძუთი გამოკვების სიხშირის ნორმის შესახებ (დაბადებიდან 48-72 საათის განმავლობაში, 7-14 დღის ასაკის ახალშობილი და დაახლოებით 6 კვირის ასაკის ახალშობილი)</p> <p>ბოლო 24 საათის განმავლობაში, რამდენჯერ დასჭირდა ახალშობილს შარდვისა და კუჭის მოქმედების მიზეზით საფენების გამოცვლა?</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია ჩვილის ასაკის შესაბამისად შარდვისა და კუჭის მოქმედების სიხშირის ნორმის შესახებ</p>	<input type="checkbox"/>

<p>ცდილობთ თუ არა მაქსიმალურად ხშირად და ხანგრძლივად გყავდეთ ჩვილი კანით-კანთან შეხებაში?</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია კანით-კანთან კონტაქტის სარგებლის შესახებ</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია ჩვილის ექსკლუზიურად ძუძუთი კვების მნიშვნელობის შესახებ და იმ საშუალებების შესახებ, რომლებიც უზრუნველყოფს ძუძუში საკმარისი რაოდენობით რძის ჩადგომას</p> <p>მიაწოდეთ ქალს ინფორმაცია ძუძუთი კვებასთან დაკავშირებით დახმარების მიღების მიზნით ადგილობრივი მომსახურების ხელმისაწვდომობის შესახებ და შესაბამისი საკონტაქტო ინფორმაცია (იმ შემთხვევაში, თუ მსგავსი მომსახურება ხელმისაწვდომია ადგილობრივად)</p>	
<p>თუ ჩვილი ხელოვნურ კვებაზე იმყოფება:</p> <p>გაესაუბრეთ ქალს ჩვილისთვის საკვების მომზადებამდე ხელის ჰიგიენის დაცვის, ჭურჭლის სტერილიზაციის და, ინსტრუქციის დაცვით, საკვები ფორმულის სუფთა სასმელ წყალში გახსნის მნიშვნელობის შესახებ</p> <p>გარემოებების გათვალისწინებით, გაესაუბრეთ ქალს ჩვილის ძუძუთი კვებაზე გადაყვანის თაობაზე, იმ შემთხვევაში; თუ ქალი ამ თემაზე საუბრისთვის მზადყოფნას გამოთქვამს, და თუ ჩვილის ძუძუთი კვების ინიცირებისგან თავის შეკავება განპირობებული იყო კულტურული გარემოებით.</p>	<input type="checkbox"/>
ახალშობილის ჯანმრთელობის შეფასება	
<p>როგორ გრძნობს თავს ახალშობილი?</p> <p>ახალშობილის ჯანმრთელობის ზოგადი მდგომარეობის შეფასება</p> <p>გაესაუბრეთ ქალს ახალშობილის ნორმალურ ქცევაზე/ძილის ჩვევასა და ამ მიმართულებით პრობლემების არსებობის შემთხვევაში, მათი გადაჭრის გზებზე</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ხომ არ დეღავთ რაიმეზე თქვენს ჩვილთან დაკავშირებით?</p> <p>დედის მიერ საკუთარი ჩვილის შეფასება</p>	<input type="checkbox"/>
<p>ხომ არ აღენიშნებოდა თქვენს ჩვილს ჯანმრთელობისათვის საფრთხის შემცველი რომელიმე ნიშანი?</p> <p>ხომ არ შეცვალა ჩვილმა კვების სიხშირე და ინტენსიობა?</p> <p>ხომ არ შეგინიშნავთ ბავშვის აქტიურობის დონის შენელება?</p> <p>ხომ არ ჰქონია ჩვილს კრუნჩხვები?</p> <p>ხომ არ გიჭირთ ჩვილის გაღვიძება და ხომ არ არის ჩვილი მუდმივად ძილის მდგომარეობაში?</p> <p>ხომ არ მოგეჩვენათ შეხებისას ჩვილი ან ძალიან ცხელი ან ძალიან ცივი, ყოველგვარი ობიექტური მიზეზის გარეშე?</p> <p>გაესაუბრეთ დედას იმის შესახებ, რომ ჩვილს ესაჭიროება მოზრდილთან შედარებით ერთი ან ორი ფენით მეტი სამოსი</p> <p>ხომ არ შეგინიშნავთ თქვენს ჩვილზე სუნთქვის გახშირება და სუნთქვის დროს ხომ არ აღენიშნება გულმკერდის ზომაზე მეტად ჩადრეკა?</p> <p>ხომ არ აღენიშნება ჩვილს სიყვითლე ხელის და ფეხის გულზე?</p> <p>იმ შემთხვევაში, თუ დედის ინფორმაციის თანახმად, ჩვილს აღენიშნება საფრთხის შემცველი გართულების ნიშნები, გაუწიეთ დედას საჭირო კონსულტაცია ან გადაამისამართეთ სხვა სპეციალისტთან, არსებული გაიდლაინის/პროტოკოლის</p>	<input type="checkbox"/>

შესაბამისად განუმარტეთ დედას საჭირო დახმარებისთვის დროულად მიმართვის აუცილებლობა, ჩვილის ჯანმრთელობისთვის საფრთხის შემცველი გართულების რომელიმე ნიშნის აღმოჩენის შემთხვევაში	
გაესაუბრეთ დედას ჩვილის კვებისა, შარდვისა და კუჭის მოქმედების ნორმების შესახებ - დეტალურად იხილეთ ახალშობილის კვების შესახებ კითხვების ჩამონათვალში	<input type="checkbox"/>
რა მდგომარეობაშია ჩვილის ჭიპი? გაესაუბრეთ დედას ჩვილის ჭიპის მოვლის შესახებ, თუ ეს თქვენს კომპეტენციაში შედის	<input type="checkbox"/>
გაესაუბრეთ დედას ხელის ჰიგიენისა და ზოგადი ჰიგიენის მნიშვნელობის თაობაზე, ინფექციისაგან ჩვილის დაცვის მიზნით	<input type="checkbox"/>
გაითვალისწინეთ დედის ჯანმრთელობის მდგომარეობა და დაავადებები, რომლებიც შესაძლოა საჭიროებდეს დამატებით ყურადღებასა და მკურნალობას, ჩვილის უსაფრთხოების უზრუნველსაყოფად, როგორცაა, აივ არანამკურნალები სიფილისი ან სქესობრივი გზით გადამდების სხვა ინფექციები (სგგი)	<input type="checkbox"/>
მიეცით საშუალება ქალს გაგიზიაროთ ნებისმიერი პრობლემა, რომელიც მას აწუხებს	<input type="checkbox"/>
ჯანმრთელობის დაცვის საკითხები, რომლის შესახებაც საჭიროა ქალის ინფორმირება	
ჯანმრთელობის დაცვის საკითხებზე ქალების ინფორმირება, კონსულტაციების საშუალებით ჩვილის ექსკლუზიურად ძუძუთი კვება ესაუბრეთ ქალს ზოგადი საკითხების შესახებ, როგორცაა ძუძუში რძის ნაკლებობა, ძუძუში საკმარისი რაოდენობით რძის ჩადგომის უზრუნველყოფა, სარძევე ჯირკვლების მოვლა ლაქტაციური ამენორეის მეთოდი (ლამ) კრიტიკუმები ოჯახის დაგეგმვა და ორსულობებს შორის ინტერვალის რეგულირება ლაქტაციური ამენორეის მეთოდი (ლამ) ესაუბრეთ ქალს კონტრაცეფციის თანამედროვე მეთოდებსა და ამ სფეროში არსებულ არჩევანზე შესაძლებლობის არსებობის შემთხვევაში, შეეცადეთ ქალის მიერ შერჩეული კონტრაცეფციის მეთოდთან დაკავშირებული მომსახურება მას გაუწიოთ, მშობიარობის შემდგომ, სამედიცინო დაწესებულებიდან გაწერამდე ან პირისპირ კონტაქტის საშუალებით გახორციელებული სტანდარტული პოსტნატალური მომსახურების დროს. იმ შემთხვევაში, თუ ქალის მიერ შერჩეული კონტრაცეფციის მეთოდი არ არის ხელმისაწვდომი სამედიცინო დაწესებულებაში, უზრუნველყავით ქალის გადამისამართება შესაბამისი მომსახურების მისაღებად. ესაუბრეთ ქალს სქესობრივი ცხოვრების განახლებასა და უსაფრთხო სქესობრივი ცხოვრებასთან დაკავშირებულ საკითხებზე ინფორმაცია სწორი კვების შესახებ	<input type="checkbox"/>
კონსულტაცია ადგილობრივი კონტექსტით განპირობებულ საკითხებზე, მაგალითად: ზომები მალარიით დაავადების თავიდან ასაცილებლად	<input type="checkbox"/>
გეგმიური ვიზიტის/დისტანციური კონსულტაციის რიგის გათვალისწინებით:	<input type="checkbox"/>

შეთანხმდით გეგმით გათვალისწინებულ შემდეგ კონსულტაციაზე	
ხომ არ გაქვთ სხვა კითხვები? რამეზე ხომ არ გსურთ საუბარი?	<input type="checkbox"/>
შეახსენეთ ქალს პოსტნატალური მეთვალყურეობის მნიშვნელობა, დაგეგმეთ მასთან შემდეგი კონსულტაცია და მიეცით მას მითითებები, დანიშნულება ან რეკომენდაციები, რომლებიც ემსახურება დედისა და/ან ახალშობილის ჯანმრთელობის დაცვას.	<input type="checkbox"/>
<p>გაითვალისწინეთ:</p> <p>კონსულტაციის ფარგლებში ხომ არ გამოვლენილა რაიმე რისკ-ფაქტორი? თუ რისკ-ფაქტორის გამოვლენა მოხდა:</p> <p>ხომ არ საჭიროებს ქალი პოსტნატალურ მომსახურებას სამედიცინო დაწესებულებაში ვიზიტის ფარგლებში?</p> <p>ფლობს ქალი ინფორმაციას იმის თაობაზე, თუ როგორ უნდა მიიღოს მომსახურება სამედიცინო დაწესებულებაში, COVID-19-ის პანდემიის პირობებში?</p> <p>როგორ და სად აწარმოებთ ჩანაწერებს მოცემული პოსტნატალური კონსულტაციის შესახებ?</p>	

გამოყენებული ლიტერატურა

1. RCOG & RCM, *Coronavirus (COVID-19) Infection in Pregnancy. Information for health care professionals. Version 5, published Saturday 28th March 2020*. 2020, Royal College of Obstetricians and Gynaecologists and Royal College of Midwives: London.
2. RCOG & RCM, *Guidance for antenatal and postnatal services in the evolving coronavirus (COVID-19) pandemic: Information for health professionals*. 2020, Royal College of Obstetricians & Gynaecologists and The Royal College of Midwives.
3. UNFPA, *Coronavirus Disease (COVID-19) Preparedness and Response UNFPA Interim Technical Brief 2020*, UNFPA: New York.
4. International Confederation of Midwives (ICM), *Women's Rights in Childbirth Must be Upheld During the Coronavirus Pandemic*. 2020, International Confederation of Midwives: The Hague.
5. World Health Organization. *Q&A on COVID-19, pregnancy, childbirth and breastfeeding*. 2020 [cited 2020 1st April]; Available from: <https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-on-covid-19-pregnancy-childbirth-and-breastfeeding>.
6. Queensland Health, *Queensland Clinical Guidelines Perinatal care of suspected or confirmed COVID-19 pregnant women. Guideline No. MN20.63-V1-R25*. . 2020, State of Queensland (Queensland Health) Queensland, Australia.
7. The White Ribbon Alliance. *Respectful Maternity Care Charter*. 2011 [cited 2020 03/04/2020]; Available from: <https://www.whiteribbonalliance.org/respectful-maternity-care-charter/>.
8. Sandall, J., et al., *Midwife-led continuity models versus other models of care for childbearing women*. Cochrane Database of Systematic Reviews, 2016(4).
9. World Health Organization, *WHO Recommendations on the Postnatal Care of the Mother and Newborn*. 2013, World Health Organization: Geneva.
10. Healthy Newborn Network (HNN). *Healthy Newborn Network: PNC Checklist*. 2020 [cited 2020

21 April]; Available from: https://www.healthynewbornnetwork.org/hnn-content/uploads/PNC-Checklist_Asia-1.pdf

11. World Health Organization, *Advice on the use of masks in the context of COVID-19*. 2020, World Health Organization: Geneva.
12. World Health Organization, *Rational use of personal protective equipment (PPE) for coronavirus disease (COVID-19) Interim Guidance*. 2020, World Health Organization: Geneva.