

## هل أنت حامل؟

تعلمي كيف تقومين بحماية جنينك الذي لم يولد بعد من مرض تضخم الخلايا، الفيروس المسبب الرئيسي للتشوهات والعاهات الخلقية، بما في ذلك الصمم، فقدان السمع والشلل الدماغي.

تضخم الخلايا هو فيروس يكون في كثير الأحيان بلا أعراض و ينتشر عبر اللعب، المخاط والبول. الأطفال الأصحاء الصغار والرضع يمكن أن يصابوا بفيروس تضخم الخلايا من أقرانهم ويقوموا بنقله إلى أمهاتهم الحوامل.

### نصائح لحماية نفسك وجنينك من فيروس تضخم الخلايا:

- عندما تقومين بتقبيل طفل صغير حاولي تجنب الاتصال باللعب، على سبيل المثال يمكنك تقبيل الجبين أو الخدين بدلاً من الشفاه.
- لا تقومي بوضع أشياء في فمك كانت في فم طفل صغير، بما في ذلك الطعام، الأكواب، الملاعق واللهايات.
- اغسلي يديك بعد مسح أنف الطفل أو فمه أو تغيير حفاظاته.