



# כרטיס מעקב היריון

## לקוחה יקרה,

כללית שמחה ללוות אותך באחת התקופות המשמעותיות של חיך. במהלך החודשים הקרובים יעמדו לרשותך המומחים של כללית במרפאות ובבתי החולים – רופאים, אחיות והצוות הרב-מקצועי, על מנת לסייע לך בטיפול, הכוונה וייעוץ.

בנוסף, עומדים לשירותך:

- ◀ שירות "היריון בליווי אישי" – ליווי אישי של אחות היריון מוסמכת בכל תקופת ההיריון.
- ◀ מוקד היריון ולידה, המאויש על ידי אחיות מוסמכות, שתשמחנה לסייע בכל בעיה או שאלה, 24 שעות ביממה ב-2700 \* מכל טלפון.
- ◀ אתר כללית המכיל מגוון של שירותים ייחודיים לתקופת ההיריון והלידה. [clalit.co.il](http://clalit.co.il)

חוברת זו היא כרטיס מעקב ההיריון שלך. בכל פניה לבדיקה במהלך ההיריון ובבואך ללדת, הציגי כרטיס זה ואת כל המסמכים הקשורים להיריון.

באיחולי היריון ולידה קלים,



## מילון מונחים

### מעקב היריון

נשים בתקופת ההיריון מהוות קבוצת אוכלוסייה הדורשת מעקב בריאותי מיוחד עקב השינויים הגופניים והנפשיים המתחוללים במהלך תקופה זו. ביקורים סדירים אצל אחות ורופא וביצוע בדיקות מומלצות, חשובים לשמירה על בריאות האישה ההרה ותינוקה.

### בדיקות סקר לנשאות מחלות תורשתיות

במסגרת "שירות קדם היריון" ובאמצעות תוכנה ממוחשבת ייעודית, ניתן לקבל מאחות מוסמכת מידע על בדיקות סקר למחלות תורשתיות שמומלץ לבני הזוג לבצע על פי מוצא משפחותיהם. הידע, המיומנות והטכנולוגיה מתפתחים כל העת, ולכן מומלץ להיוועץ עם הצוות הרפואי לקראת ובמהלך כל ההיריון, אם יש בדיקות נוספות שמומלץ לבצע. גם לזוגות שבצעו בדיקות סקר באמצעות "דור ישרים" מומלץ להתעניין אצל הצוות אלו בדיקות נוספות מומלץ שיבצעו על פי ארצות המוצא של משפחותיהם.

### חומצה פולית

מומלץ שנשים תיטולנה חומצה פולית בכמות של 0.4 מ"ג ליום כ-3 חודשים לפני ההיריון ובמהלך כל ההיריון (במיוחד בשליש הראשון).  
משרד הבריאות ממליץ לנשים ליטול חומצה פולית במהלך כל תקופת הפוריות. לקוחות כללית מושלם נהנות מהנחה ברכישת חומצה פולית בבתי המרקחת של כללית.

### אולטרה סאונד

בדיקה בעזרת גלי על קול המאפשרת ראיית העובר ואברי גופו השונים על גבי הצג (לא מדובר בצילום רנטגן).

### סקר שלישי ראשון ושני לאיתור סיכון לתסמונת דאון בעובר

**סקר שלישי ראשון** – כולל בדיקת אולטרסאונד לשקיפות עורפית ובדיקת דם. שקלול התוצאות של בדיקות אלו מאפשר לאתר נשים בסיכון ללידת עובר עם תסמונת דאון.  
**סקר שלישי שני** – כולל בדיקות דם, שקלול התוצאות עם סקר שלישי ראשון מאפשר לאתר נשים בסיכון ללידת עובר עם תסמונת דאון. סקר זה מאפשר גם לאתר עוברים עם סיכון למומים במערכת העצבים המרכזית ובמערכות נוספות.

### בדיקות לגילוי סוכרת בהיריון

בדיקת דם הנלקחת בין השבוע 24-28 להיריון על מנת לאבחן המצאותה של סוכרת בהיריון. גילוי מוקדם וטיפול בסוכרת הריונית חשובים גם לאישה וגם לעובר.

## פרטים אישיים

שם משפחה	שם פרטי	מספר זהות
מען מגורים רחוב	מס' בית	יישוב
מיקוד		
מספר טלפון	מספרים נוספים (טלפון, נייד, פקס)	
דוא"ל		

## הגורם הרפואי האחראי למעקב בהיריון הנוכחי

שם המרפאה / טיפת חלב	מספר טלפון במרפאה / בטיפת חלב
כתובת המרפאה / טיפת חלב	
שם הרופא המטפל	טלפון ישיר
שם האחיות המלווה	טלפון ישיר

מימון הבדיקה		מקום ביצוע הבדיקה	שם הבדיקה / שירות	שבוע ההיריון
במסגרת כללית מושלם פלטינום	במסגרת כללית מושלם זהב	במסגרת הסל	מרכזי בריאות האישה / מרפאות ייעודיות	לפני ההיריון (בעיקר ההיריון ראשון)
במסלול הסדר: 80 ₪ על פי רשימת הבדיקות המאושרות בכללית מושלם	במסלול הסדר: 80 ₪	לאוכלוסיות בסיכון: חלק מהבדיקות כלולות בסל הבריאות. חלק מהבדיקות בהנחה למבטחי "כללית מושלם". חלק מהבדיקות במימון עצמי.	מרכזי בריאות האישה / מרפאות ייעודיות	לפני ההיריון או מוקדם ככל האפשר במהלכו
		הבדיקה אינה כלולה בסל הבריאות. עלות בדיקה אחת 2200 ₪, לשני בני הזוג 3400 ₪	בחלק מהמכונים הגנטיים. מבוצעת לאם או לשני בני הזוג	פאנל מורחב לנשאות של מחלות תורשתיות נפוצות (סניפי צ'יפ). בדיקת נשאות של כ-200 מחלות תורשתיות.
		במסגרת סל הבריאות	טיפת חלב מרכזי בריאות האישה / מרפאות ייעודיות	למשך כל ההיריון
		במסגרת סל הבריאות	מרפאות	10-7
		במסגרת סל הבריאות	מרפאות נשים / מרכזי בריאות האישה / מכוני אולטרה סאונד	10-7
במסלול הסדר: 400 ₪ במסלול החזר: במסגרת סל לנשים בהיריון 75% ועד 2,000 ₪ להיריון**	במסלול הסדר: 800 ₪ במסלול החזר: 75% ועד כ-1,462 ₪	בסל הבריאות לנשים ששרו בגיל 35 ומעלה במימון הקופה במקרים של תוצאות חריגות בסקר לתסמונת דאון, ע"פ המלצת היועץ הגנטי	בתי חולים / מכוני פרטיים לביור פני ל-2700*	12-10
מסלול החזר: במסגרת סל לנשים בהיריון 75% ועד 2,000 ₪ להיריון**		הבדיקה אינה כלולה בסל הבריאות	"מור" (פרטים אצל רופא הנשים)	משבוע 10
		במסגרת סל הבריאות בהשתתפות עצמית של 46 ₪	רופא נשים מרכזי בריאות האישה / מרפאות ייעודיות / מרכזי לקיחת דם	11-13 + 6 ימים
מסלול הסדר: 57 ₪ מסלול החזר: במסגרת סל לנשים בהיריון 75% ועד 2,000 ₪ להיריון**	מסלול הסדר: 114 ₪ מסלול החזר: 50% ועד 626 ₪	הבדיקה אינה כלולה בסל הבריאות	מבוצע באופן פרטי בבי"ח / מכוני פרטיים לביור פני ל-2700*	13-17 (רצוי 14-16)
במסלול הסדר: 400 ₪ במסלול החזר: במסגרת סל לנשים בהיריון 75% ועד 2,000 ₪ להיריון**	במסלול הסדר: 800 ₪ במסלול החזר: 75% ועד כ-1,462 ₪	בסל הבריאות לנשים מעל גיל 35 במימון הקופה במקרים של תוצאות חריגות בסקר לתסמונת דאון, ע"פ המלצת היועץ הגנטי	בתי חולים שבהסדר לביור פני ל-2700*	משבוע 16
		במסגרת סל הבריאות בהשתתפות עצמית של 63 ₪	מרכזי בריאות האישה / מרפאות ייעודיות / מרכזי לקיחת דם רצוי לבצע את בדיקת סקר שלישי ראשון וסקר שלישי שני באותה המעבדה	16-19 + 6 ימים מומלץ בשבוע 18
במסלול הסדר: 57 ₪ במסלול החזר: במסגרת סל לנשים בהיריון 75% ועד 2,000 ₪ להיריון**	מסלול הסדר: 114 ₪ מסלול החזר: 50% ועד 626 ₪	הבדיקה אינה כלולה בסל הבריאות בהיעדר הפניה רפואית	מבוצע באופן פרטי בבי"ח / מכוני פרטיים לביור פני ל-2700*	19-25 (רצוי 20-24)
		במסגרת סל הבריאות	מרפאה / מ.בריאות האישה	24-28
		במסגרת סל הבריאות	מרפאה / מ.בריאות האישה / מכוני אולטרה סאונד	30-34
		במסגרת סל הבריאות	מרפאה / מ.בריאות האישה	אחרי שבוע 40
		במסגרת סל הבריאות	מרפאה / מ.בריאות האישה	6 שבועות לאחר הלידה

בדיקות מסיימות עשויות לעורר שאלות הלכתיות. מומלץ להיוועץ במורה הוראה, לפני קבלת החלטה על ביצוע הבדיקה.

תכנית הפלטינום מאפשרת לנשים בהיריון לקבל החזר של 75% מההוצאה בפועל עד לסכום של 2,000 ₪ להיריון, ועד 4 היריונות. החזר עבור ייעוץ, טיפולים, בדיקות ושירותים הקשורים להיריון, ללידה ולאחר הלידה (עד 6 חודשים), על פי בחירתה של הלקוחה, כגון: בדיקות גנטיות, סקירת מערכות, בדיקת מי שפיר, דולה, שימור דם טבורי וניתוח קיסרי בש"פ.

**תקופת האכשרה והתנאים המחייבים הם בהתאם לתקנון כללית מושלם ופליטינום | התערפיים מעודכנים לתאריך 07.2019**

\* לקוחות כללית מושלם זכאיות להשתתפות בעלות בדיקה אחת מבין השתיים: מי שפיר או סיסטי שלייה, כולל צ'יפ גנטי, ולהשתתפות בעלות בדיקת אולטרה סאונד לסקירה מוקדמת או בדיקת אולטרה סאונד לסקירה מורחבת מאוחרת - אחת מהשתיים.

\*\* לקוחות כללית מושלם פלטינום רשאיות להגיש בקשה להחזר במסגרת סל לנשים בהיריון, של 75% ועד 2,000 ₪ להיריון ועד 8,000 ₪ ל-4 היריונות.

היריון נוכחי

תאריך התחלת המעקב

<p>מספר ההיריון</p>	<p>מחזור וסת</p> <p><input type="checkbox"/> סדיר <input type="checkbox"/> לא סדיר</p> <p>נמשך <input type="text"/> ימים</p>	<p>תאריך וסת אחרונה</p> <p><input type="checkbox"/> ידוע</p> <p><input type="checkbox"/> בספק</p> <p><input type="checkbox"/> לא ידוע</p> <p>התאריך</p> <p><input type="text"/></p>
<p>חישוב גיל ההיריון הנוכחי הוא לפי תאריך וסת אחרונה</p> <p><input type="checkbox"/> תאריך ידוע U/S מאוחר <input type="checkbox"/> IVF <input type="checkbox"/> ביוץ <input type="checkbox"/> U/S מוקדם</p> <p><input type="checkbox"/> מעבדה <input type="checkbox"/> בדיקה קלינית מוקדמת</p>		<p>תאריך וסת אחרונה מחושב</p> <p><input type="text"/></p> <p>תאריך לידה משוער</p> <p><input type="text"/></p>

**סטטוס התמכרויות**

**עישון האישה**

לא עישנה מעולם

הפסיקה לעשן לחלוטין, מתי \_\_\_\_\_

מעשנת כיום:

כמו לפני ההיריון, כמה סיגריות? \_\_\_\_\_

פחות, כמה סיגריות? \_\_\_\_\_

**בני הבית**

מעשנים  לא מעשנים

**אלכוהול**

אינה שותה

שותה לפעמים - בעיקר במסיבות ואירועים

שותה באופן קבוע

**אחר פרוט:**

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**בדיקה גופנית**

לב

ריאות

בטן

ורידים

בדיקה לדנית (P.V)

הערכת אגן

חתימה וחותמת הרופא



פרטים	האם	האב
שם משפחה		
שם פרטי		
ארץ מוצא		
גיל		
עיסוק		
מצב משפחתי	<input type="checkbox"/> נשואה <input type="checkbox"/> רווקה <input type="checkbox"/> גרושה <input type="checkbox"/> אלמנה <input type="checkbox"/> חד הורית	

**רגישות לתרופות**

\_\_\_\_\_

**היריון בסיכון: פירוט**

\_\_\_\_\_

**קרבת דם בין בני הזוג**

כן  לא

**תזונה**

רגילה

צמחונית

טבעונית

**פעילות גופנית**

איזו?

בכלל לא

מדי פעם

באופן קבוע

תרופות

יש להתייעץ עם הרופא המטפל לפני לקיחת כל תרופה בזמן ההיריון. מרבית התרופות עוברות את השלייה ומגיעות לעובר. מידע בנושא ניתן גם לקבל ב"מרכז הארצי ליעוץ טרטולוגי של משרד הבריאות" בטלפון: 02-5082825

עישון

מחקרים מראים שעישון בזמן ההיריון עלול לגרום לעיכוב בהתפתחות ובצמיחה של העובר. חשוב להפסיק לעשן! גם חשיפתה של אישה הרה, שאינה מעשנת, לעישון של אחרים, עלולה להזיק לה ולעובר, במהלך ההיריון וגם לאחר הלידה, ולכן יש להימנע מכך. לרשותכם סדנאות גמילה מעישון בחינם - פרטים והרשמה \*2700 מכל טלפון

האישה

המחלה		הערות
סוכרת		
יתר לחץ דם		
ניתוחים ותאונות		
נוטלת תרופות בקביעות (פרוט)		
מחלות/בעיות גניקולוגיות		
מחלות אחרות		
א פ ר י ו	טיפולים	
	משך תקופת אי פריון	

המשפחה

המחלה		קרבת משפחה	הערות
סוכרת			
יתר לחץ דם			
מחלות לב			
מחלות גנטיות ומומים			
ספור משפחתי של נקע מולד בפרק הירך			<input type="checkbox"/> ידוע <input type="checkbox"/> לא ידוע
אחר (פרט)			



פעילות גופנית

המשיכי בפעילות גופנית מתונה בהתאם ליכולתך האישית והעדפותיך. הפעילות הגופנית משפרת את ההרגשה הגופנית ותפקודי מערכות הגוף השונות, מפיגה מתחים, מקלה על המנוחה.

עבר מיילדותי (הריונות קודמים)

מספר ילדים	סה"כ הריונות	לידות במועד	לידות מוקדמות	הפסקות הריון	הפלות	הריונות חוץ רחמיים	ניתוחים קיסריים	הריונות מרובי עוברים

ספונטני=ס טיפולי=ט

זכר=ז נקבה=נ

ספונטני=ס מכשירני=מ בתוחי=נ

תאריך לידה	אופן הכניסה להריון	שבוע סיום ההריון	מין הילוד	משקל הילוד	צורת הלידה	אפגר 5-ב-ד'	אבחנות היילוד וסיבוכי הריון ולידה, מומים מולדים ופגיעות נירולוגיות ואחרות (אם אין מספיק מקום, השלם למטה)
אלימות במשפחה: <input type="checkbox"/> לא <input type="checkbox"/> כן <input type="checkbox"/> חשש							

פרטים רפואיים עבר מיילדותי



גובה \_\_\_\_\_ משקל לפני ההיריון \_\_\_\_\_ BMI \_\_\_\_\_ עובר יחיד   
 טווח עליה מומלץ במשקל \_\_\_\_\_ ריבוי עוברים

שם האחות	הערות	חומצה פולית	תכשירי ברזל	תנועת עובר (דיווח)	בצקת	שתן		משקל	לחץ-דם	שבוע ההיריון	תאריך הבדיקה
						חלבון	אחר				

בדיקות ומעקב אחות

**הנקה**

נסיון הנקה לא מוצלח בעבר  כן  לא   
 נטילת תרופות הדורשות זהירות בהנקה  כן  לא

התערבות כירורגית בשד  כן  לא   
 הכנה להנקה  כן  לא   
 קבוצתי  פרטני

**תזונה**

הקפידי לאכול ארוחות סדירות. יש לכלול בתפריט את כל אבות המזון בצורה מאוזנת.

**חיסונים**

אדמת מחוסנת: חיסון אחד  2 חיסונים  רמת נוגדנים < 31 IU לא מחוסנת \_\_\_\_\_  
 שפעת תאריך חיסון \_\_\_\_\_  אינה מעוניינת בקבלת החיסון  
 שעלת תאריך חיסון \_\_\_\_\_  אינה מעוניינת בקבלת החיסון

**שאלון אדינבורג**

ציון \_\_\_\_\_  
 תאריך מילוי \_\_\_\_\_  
 שבוע היריון \_\_\_\_\_

**בחילות והקאות**

שכיחות בתחילת ההיריון. ביסקוויטים מתוקים ויבשים בבוקר לפני שתייה עשויים להקל על הבחילה. אם את מקיאה, הקפידי לשתות הרבה ובכמויות קטנות (1/3-1/2 כוס לעתים קרובות). רצוי להימנע מאוכל מטוגן או מתובל מדי. טיפול תרופתי מותר בהתאם להוראות רופא.

קורס הכנה ללידה (בהיריון ראשון)  כן  לא

בדיקות סקר למחלות גנטיות

מתן "מידע גנטי" על ידי אחות בתאריך \_\_\_\_\_  
 הופנתה לייעוץ גנטי בשל \_\_\_\_\_ בתאריך \_\_\_\_\_

בדיקה גנטית	בוצעה בתאריך	נשאות אצל האם	נשאות אצל האב
CF		כן/לא	כן/לא
SMA		כן/לא	כן/לא
FRAGILE X		כן/לא	כן/לא
דיסאוטונומיה משפחתית		כן/לא	כן/לא
טי זקס		כן/לא	כן/לא
		כן/לא	כן/לא
		כן/לא	כן/לא
		כן/לא	כן/לא
		כן/לא	כן/לא

בדיקות לאיתור מומים מולדים

סקר שליש ראשון

תאריך	שבוע ההיריון	שקיפות עורפית	PAPP-A	Free beta hCG	סיכון משוקלל
		עובי _____ מ"מ			
		סיכון לפי גיל _____ 1/			
		סיכון לפי הבדיקה _____ 1/			

אינה מעוניינת בביצוע הבדיקות

סקר שליש שני

תאריך	שבוע ההיריון	AFP	HCG	UE3	אינהיבין A	סיכון לפי גיל _____ 1/
						סיכון משוקלל לתסמונת דאון _____ 1/
						סיכון משוקלל ל-NTD _____

אינה מעוניינת בביצוע הבדיקה

Integrated משולבת

בדיקת סיסי שלייה/ מי-שפיר

מחקי את המיותר

תאריך	שבוע ההיריון
	ממצא
	כן/לא
	הערות

סקירת מערכת

תאריך	בוצע בשבוע	ממצא	חתימה וחותמת
		כן/לא	
		כן/לא	
		כן/לא	

אינה מעוניינת בביצוע הבדיקות

לא רלוונטי  
 אינה מעוניינת בביצוע הבדיקות

האב	Rh	סוג הדם

Coomb's Indirect

תוצאה	שבוע ההיריון	מתאריך
		1.
		2.

בדיקות סוכר

תאריך	שבוע ההיריון	הבדיקות	התוצאה
		סוכר בצום	
		G.C.T גר' 50	
	0	O.G.T.T. גר' 100	
	60'		
	120'		
	180'		
	0	75 גר'	
	60'		
	120'		
		HbA1c	
		HbA1c	

בדיקות שתן

תאריך	בדיקה	תוצאה	הערות
	שתן כללית		
	שתן תרבית		
	שתן תרבית		
	שתן תרבית		

בדיקות מעבדה

האם	Rh	סוג הדם

תאריך שבוע היריון	הבדיקה	התוצאה
	טסיות	
	המוגלובין	
	טסיות	
	המוגלובין	
	טסיות	
	המוגלובין	
	M.C.V	
	M.C.H	
	V.D.R.L	
	HB S AG	

חיסון באנטי D

תאריך	שבוע	מינון	אצווה	חתימה



חתימה וחותמת הרופא	ממצאים בבדיקה והנחיות	עובר					גודל רחם	גיל ההיריון בשבועות	תאריך הבדיקה
		פרופיל ביופיסיקלי	NST	תנועות (דיווח האשה)	מצג	זפק			

**הנקה**

חלב אם הוא המזון האידיאלי לתינוקות, מקנה יתרונות בריאותיים והתפתחותיים ומקטין סיכון למחלות חריפות וכרוניות.

**יחסי מין**

אין מניעה מלקיים יחסי מין במהלך מרבית ההיריון. במצבים של דימום, כאב בטן, חשד לירידת מים או סיכון ללידה מוקדמת יש להיוועץ בצוות המטפל.

**ממצאים מיוחדים והנחיות לחדרי לידה**  
(אנמנסטיים וקליניים)




**סקירה על קולית u/s**  
(לפי התוויה רפואית)

חתימה וחותמת הרופא	ממצאים	גיל ההיריון בשבועות	תאריך הסקירה



## היריון בליווי מושלם

בכללית מושלם גיבשו במיוחד עבורך חבילת שירותים כדי להבטיח את בריאותך ואת בריאות תינוקך במהלך ההיריון ואחריו.

### כללית מושלם זהה

שירותי כללית מושלם לאישה בהיריון כוללים בין היתר:

- ▶ **3 התייעצויות עם רופא מומחה** בשנה קלנדרית והתייעצות נוספת אחת לנשים בהיריון בנושא היריון ולידה בשני המסלולים גם יחד: במחיר של 150 ₪ בלבד במסלול "רשת הרופאים" של כללית מושלם, במסלול החצר: 80% ועד 612 ₪ באמצעות רופאים שהוכרו כיועצים על ידי כללית מושלם
- ▶ **ערכה לבדיקת היריון** – בהנחה ניכרת לרכישה בבתי המרקחת של כללית
- ▶ **ערכה לבדיקת ביוץ** – בהנחה לרכישה בבתי המרקחת של כללית
- ▶ **בדיקות גנטיות** – בהשתתפות עצמית של 80 ₪ לבדיקה במכוני הסדר ובדיקה נוספת במסלול החצר: 75% ועד 190 ₪ פעם אחת בכל תקופת החברות בתוכנית
- ▶ **סקירת מערכות** – אחת מוקדמת או מאוחרת בהשתתפות עצמית של 114 ₪ לעובר במכוני הסדר או במסלול החצר: 50% ועד 626 ₪
- ▶ **בדיקת מי שפיר או בדיקת סיסי שיליה כולל צ'יפ גנטי** – בהשתתפות עצמית של 800 ₪ במכוני הסדר או במסלול החצר: 75% ועד 1,462 ₪
- ▶ **תרופות לפרויות מחוץ לסל: GONAL-F, PUREGON** במחירים מוזלים לרכישה בבתי המרקחת של כללית
- ▶ תרופות וויטמינים ללא מרשם רופא – פרנטל, חומצה פולית ועוד במחירים מוזלים לרכישה בבתי המרקחת של כללית
- ▶ **הפריה חוץ גופית** – בהשתתפות עצמית נמוכה בבתי חולים שבהסדר עד 5 טיפולים בשנה לילד ראשון ושני. עד 6 טיפולים לכל ילד מילד שלישי ואילך במסלול החצר: 75% ועד 7,308 ₪
- ▶ **מוצרי הנקה** – בהנחה לרכישה בבתי המרקחת של כללית
- ▶ **ייעוץ והדרכה בנושא הנקה** – פגישה עם יועצת או מדריכת הנקה לשני מפגשים, עד 6 חודשים לאחר הלידה, בתנאי שבין המפגש הראשון לשני לא יעברו יותר מ-3 חודשים. המפגשים ייערכו בבית הלקוחה או במרכז הנקה בהשתתפות עצמית בסך 150 ₪ לפגישה הראשונה ו-50 ₪ לפגישה השנייה במכוני הסדר במסלול החצר: 57 ₪ למפגש ועד 5 מפגשים
- ▶ **סדנת הכנה להנקה** – על ידי מדריכה או יועצת בהסדר בעלות של 30 ₪ למפגש
- ▶ **מטריטי יוניט** – אביזר בהשאלה להקלת כאבי היריון ולידה, בהשתתפות עצמית נמוכה
- ▶ **הבראה ליוולדת** – מילד רביעי ומעלה במסלול החצר: 75% ועד 305 ₪ ליום, עד שלושה ימים במלונית ליוולדת
- ▶ **קורס הכנה ללידה** – בהשתתפות עצמית של 200 ₪ במכוני הסדר
- ▶ **בדיקת PAPS לנשים** – בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית
- ▶ **סדנאות בנושא היריון ולידה** – בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית

- ▶ **קורס התעמלות לנשים הרות** – בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית
- ▶ **סדנה לטיפול ברך הנוולד** – להורים לתינוקות עד גיל שנה בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית
- ▶ **סדנת עיסוי תינוקות** – להורים לתינוקות מגיל חודש ועד גיל זחילה בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית
- ▶ **סדנת החייאה ועזרה ראשונה** – להורים לתינוקות ופעוטות בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית
- ▶ **סדנה לחיזוק רצפת האגן** – לנשים אחרי לידה בהשתתפות עצמית נמוכה במרפאות כללית

### כללית מושלם פלטינום

#### סל היריון מורחב

תכנית פלטינום מאפשרת לנשים בהיריון לקבל החזר של 75% מההוצאות עד לסכום של 2,000 ₪ להיריון ועד 8,000 ₪ ל 4 היריונות לכל תקופות החברות בתוכנית. ההחזר עבור ייעוץ, בדיקות וטיפולים רפואיים הקשורים להיריון, ללידה ולאחר הלידה (עד 6 חודשים), כגון: בדיקות גנטיות, סקירת מערכות, בדיקת מי שפיר, בדיקת דם לאיתור תסמונת דאון בעובר, ניתוח קיסרי (בשירות רפואי פרטי שערי צדק בהשתתפות עצמית), דולה או תומכת לידה ועוד. קיימות תקרות החזר לשירותים שונים.

#### בדיקת היריון במסלול הסדר

לקוחות פלטינום זכאיות לבצע בדיקות היריון בהשתתפות עצמית נמוכה במיוחד.

- ▶ סקירת מערכות – בהשתתפות עצמית של 57 ₪ בלבד
- ▶ מי שפיר או סיסי שיליה כולל צ'יפ גנטי – בהשתתפות עצמית של 400 ₪ בלבד

#### תרומת ביצית במדינת חוץ

לקוחות פלטינום המעוניינת בתרומת ביצית במדינת חוץ, לצורך ביצוע הפריה חוץ גופית במדינת חוץ בעבור ילד ראשון ושני, זכאית להחזר הוצאות בשיעור של 75% מעלויות תהליך ההפריה ועד סכום של 12,140 ₪ לכלל הניסיונות בגין כל ילד. זאת, כל עוד גיל המבוטחת אינו עולה על 52 שנים, ואת הטיפול אישר מראש המנהל הרפואי של התכנית. תהליך ההפריה יכלול את בדיקת התורמת, הכנתה, השגת הביצית והחזרתה לנתרמת במדינת חוץ.

#### הבראה ליוולדת

לקוחות פלטינום זכאיות להשתתפות בהוצאות ההבראה של יולדת לילד ראשון או שני או שלישי במוסד או במתקן המיועד להבראה, עד 75% מההוצאה ולא יותר מ-356 ₪ ליום ועד 3 ימים בעבור ילד אחד בלבד. כמו כן, תוספת ימי הבראה והשתתפות במסגרת הזכאות ב"סל היריון".

**למידע ופרטים נוספים ניתן לפנות למרכז שירות הלקוחות ב-2700\***

**או באתר האינטרנט: [mushlam.clalit.co.il](http://mushlam.clalit.co.il)**

\* התנאים המחייבים ותקופות האכשרה הם בהתאם לתקנון "כללית מושלם ופלטינום"

\* התעריפים מעודכנים לתאריך 07.2019

clalit.co.il

אתר האינטרנט של כללית מציע מגוון של שירותים ומידע בריאותי נרחב לתקופת ההיריון והלידה, 24 שעות ביממה, בקלות ובנוחות. זה הזמן להפוך את אתר כללית לאתר הבית שלך.

## שירותים מתקדמים

קבלת תוצאות בדיקות מעבדה • זימון תורים לרופא נשים • זימון ביקור לרופא המשפחה והילדים • זימון ביקור לרפואה יועצת (אף-אוזן-גרון, עור, עיניים, אורטופדיה) • עדכון פרטים אישיים • ועוד.  
**לקבלת קוד וסיסמה לשירות פני למשרד המרפאה.**

## אפליקציית 40 שבועות

כל מה שאישה בהיריון צריכה באפליקציה אחת! הורדי עכשיו את אפליקציית "40 שבועות" של כללית, לסמארטפון ו/או לטאבלט שלך, ותוכלי לקבל מכל מקום ובכל דקה את כל המידע והשירותים שאת זקוקה להם בתקופת ההיריון.



## חשוב!

מתי עליך להיבדק ללא דיחוי?

- ◀ כאשר יש דימום נרתיקי.
- ◀ כאשר את חשה בכאב בטן או בכאבים בגב תחתון או צירים.
- ◀ כאשר יש ירידת מי שפיר.
- ◀ כאשר תנועות העובר נחלשות או נעלמות למשך מספר שעות.
- ◀ בכל מקרה של חריגה מהמצב התקין (כאבי ראש, הקאות וכד')
- ◀ נא לפנות לצוות המטפל.

מה עליך להביא לחדר הלידה?

- ◀ כרטיס לקוח כללית
- ◀ כרטיס מעקב היריון
- ◀ חפצים אישיים

בהצלחה!

