Waar moet je op letten?

Door goed op te letten tijdens je zwangerschap kun je de kans op besmetting met CMV verminderen. Het virus verspreidt zich namelijk via contact met speeksel en urine van besmette personen. Verminder de kans op besmetting op de volgende manieren:



Contact met speeksel van kleine kinderen vermijden. Je kunt kleine kinderen beter niet op de mond kussen.



Niet eten van bestek van kinderen, drinken uit hun bekers of speentjes in je mond schoonmaken.



Goed je handen wassen, 20 seconden lang, nadat je een luier hebt verwisseld, hun neus hebt afgeveegd of speeksel op je handen hebt gekregen.



Baby's, peuters en jonge kinderen hebben vaak een CMV-besmetting en kunnen het virus verspreiden naar hun zwangere moeder, tante of leidster.

Meer informatie

Op de website kun je, als (aanstaande) ouder, maar ook als professional, meer informatie vinden over het virus. De stichting CMV spant zich in om ouders te informeren om de kans op CMV-infecties te verminderen, onderzoek te financieren en te wijzen op goede begeleiding voor kinderen met CMV.

www.stichtingcmv.nl

Ben je zwanger?

Wees alert

en voorkom dat je baby besmet raakt met **CMV**

www.stichtingcmv.nl