

معلومات در مورد ویروس کرونا یا (COVID-19) برای زنان حامله

دوران حاملگی زمان شادی و انتظار بسیار زیادی برای بیشتر زنان و خانواده های آنها است. پس از اعلام بیماری همه گیر کرونا (COVID-19) (coronavirus)، ما می فهمیم که تمام زنان حامله، در مورد سلامتی خودشان، و نوزاد متولد نشده یا نوزادشان احساس میکنند. معلومات زیر خلاصه از دانش فعلی ما در مورد تأثیر ویروس کرونا (COVID-19) بالای بارداری و طفل تان میباشد.

آیا زنان حامله نسبت به بیماری ویروس کرونا (COVID-19) آسیب پذیرتر هستند؟
به دلیل تغییرات که در بدن زن حامله رخ می دهد، زنان حامله باید آسیب پذیر یا در معرض خطر قلمداد شوند. به هر حال، در این زمان زنان حامله اگر مبتلا به عفونت کرونا (COVID-19) باشند، نسبت به جمعیت عمومی به شدت مریض نمی شوند. انتظار میرود که اکثریت قشر زنان حامله فقط مانند علائم سرماخوردگی و آنفولانزا خفیف یا متوسط را تجربه کنند. متأسفانه، واکسین برای ویروس کرونا (COVID-19) در دسترس نیست.

آیا ویروس کرونا (COVID-19) باعث سقط جنین می شود؟
در مورد زنان که در حال کوشش بچه دار شدن یا در دوران حاملگی اولیه هستند، هیچ ثبوت بر افزایش خطر سقط جنین با COVID-19 وجود ندارد.

آیا میتوانم ویروس کرونا (COVID-19) را به طفل تولد نشده ام انتقال دهم؟
هیچ مبنی وجود ندارد که ویروس بتواند در هنگام حاملگی به طفل تان انتقال کند (این انتقال، انتقال عمودی نامیده میشود) یا این ویروس باعث ناهنجاری میشود. هیچ ثبوت وجود ندارد که عمل سزین یا القای زایمان خطر انتقال عمودی را کم کند. اگر زن مبتلا به عفونت کرونا (COVID-19) باشد، یا در معرض خطر قابل توجهی قرار داشته باشد، در صورت وجود خطرات فوری برای سلامتی وی یا سایر نشانه های زایمان، سزین انتخابی یا القای زایمان باید به تأخیر بیفتد.

آیا عفونت کرونا (COVID-19) باعث عوارض مربوط به تولد میشود؟
در چین برخی از مادر های که عفونت کرونا داشتند (COVID-19) نوزادان شان زودتر به دنیا آمده اند. مشخص نیست که ویروس کرونا (coronavirus) عامل اصلی بوده است، یا تسمیم داکتر که ببیاید طفل را زودتر به دنیا بیاورد، چون آن زن مریض بوده است. به نظر نمیرسد اطفال و نوزادان تازه در معرض خطر عوارض ناشی از عفونت باشند.

آیا باید مراقبتهای قبل از تولد را در طول بیماری همه گیر کرونا (COVID-19) ادامه دهم؟
بررسیهای روتین پیش از تولد، سونوگرافی، ارزیابیهای مادر و جنین باید ادامه یابد و این امر باعث تغییراتی در زیر میشود. اگرچه این امر در پاسخ به عفونت کرونا (COVID-19)، سرفه و آنفولانزا تأثیر نمیکند ولی در دوران حاملگی باید ادامه یابد.

تغییرات مربوط به مراقبتهای روتین پیشنهاد شده است، اما به آنها محدود نمیشود، و شامل موارد زیر است:

- کم کردن و/ یا افزایش فاصله بین ملاقاتهای قبل از تولد
- کم نمودن ملاقاتهای قبل از تولد به کمتر از ۱۵ دقیقه
- استفاده از مشاوره های تلفونی از راه دور به عنوان جایگزین یا علاوه بر این، بازدیدهای روتین
- کنسل کردن درس رو به رو پیش از تولد
- محدود نمودن ملاقات در شفاخانه (تنها به همسر)
- با توجه به رخصت زودتر از شفاخانه

آیا ولادت یا زایمان در شفاخانه امن است؟

امن ترین جا برای تولد نوزاد شما شفاخانه است، جایی که شما به پرسنل بسیار آموزش دیده و به تجهیزات عاجل دسترسی دارید. تجربه یک خانم در زمان ولادت، ولادت طبیعی یا سزارین، از جمله استفاده از دوا بی دردی به طور مثال اپیدورال، نباید به طور قابل توجهی تحت تأثیر قرار گیرد و طوریکه ولادت طفل برنامه ریزی شده زنان باید تشویق و حمایت شوند.

آیا شیردهی در امان است؟

زنانی که به شیر دادن آرزو دارند باید تشویق و حمایت شوند. هیچ ثبوت وجود ندارد که ویروس در شیر مادر حمل میشود، و بنابراین، فایده شناخته شده شیردهی از خطرات احتمالی انتقال بیشتر است. اگر مادر مبتلا به عفونت کرونا (COVID-19) است، نباید بطور اوتوماتیک از مادر جدا شود، اما اقدامات بهداشتی عمومی را با رعایت عمومی انجام داده و هنگام شیردادن از ماسک استفاده شود.

چه اقدامات بهداشتی عمومی باید انجام دهیم؟

- شستن دست به طور منظم و با دستمال الکول دار یا صابون و آب انجام شود
- از هرکسی که سرفه و عطسه میکند، دوری کنید
- از لمس چشم، بینی و دهان خوداری کنید
- دوری اجتماعی جامعه و کاهش مواجهه عمومی از جامعه
- گزارش زودتر و بررسی علائم
- دسترسی به درمان مناسب و اقدامات حمایتی فوری در صورت قابل توجه بودن عفونت
- شخص کمی را به یک نفر کم کنید و اگر شریک زندگی شما کرونا (COVID-19) داشته باشد یا علامت آن باشد، نباید با شما به شفاخانه بروید.
- از سفرهای غیر ضروری خود داری کنید. ماندن در خانه و جلوگیری از فضاهای عمومی امن ترین است. در صورت امکان استفاده از وسایل حمل و نقل عمومی را کاهش دهید و کار از خانه کنید.

در صورت بروز علائم ویروس کرونا (COVID-19) باید چی انجام دهیم؟

در صورت بروز علائم سرماخوردگی و آنفولانزا (تب، سرفه، گلودرد، دلدب، استراخ، اسهال، خستگی، مشکل تنفسی) لطفاً بررسی فوری با داکتر ترتیب دهید (کلینیک تب، داکتر عمومی، بخش عاجل). اگر شما این علائم را دارید، یا مجبور به انزوای خود هستید، یا به بیماری COVID-19 مبتلا شده اید، شما باید به فراهم کنندگان خدمات صحتی خود اطلاع دهید.

اگر نگرانی دارم با کی باید صحبت کنم؟

حامله بودن و والدین با اضطراب و افسردگی همراه هستند و محیط فعلی فقط این خطر را برای زنان و خانواده های آنها تشدید میکند. تست جلوگیری، تشخیص، مدیریت و خدمات اضطراب پیش از بارداری و افسردگی، استفاده مواد مخدر و خشونت خانگی باید ادامه یابد. در صورت نگرانی از داکتر خود کمک بگیرید.

داکترها، قابله ها و سایر کارمندان صحتی از شما و کودک شما مراقبت میکنند. ما درک میکنیم که شما احساس نگرانی دارید. استراحت کنید، خوب غذا بخورید و در صورت امکان از خود حفاظت کنید. بهترین محافظ کودک شما، شما هستید، بنابراین مراقبت از خود، صحت روحی و جسمی شما مهمترین چیز است. ما میخواهیم به شما اطمینان دهیم که خطر به شما و کودک تان ناچیز است و آرزوی خوشبختی برای شما آرزو میکنیم.

اتحاد هارمونی: زنان مهاجر و پناهنده برای تغییر، یک سازمان محور عضوی است و زمینه را برای زنان با سابقه مهاجر و پناهندگان فراهم می کند تا از موضوعاتی که برای ما مهم است حمایت کند.

کالج زنان و زایمان و متخصص زنان رویال استرالیا و نیوزیلند (RANZCOG) پیشرفته در زمینه آموزش حرفه و استاندارد در صحت زنان در استرالیا و نیوزیلند است.