

**The Royal Australian
and New Zealand
College of Obstetricians
and Gynaecologists**
Excellence in Women's Health

임신부를 위한 코로나 19 정보

대부분의 여성들과 가족들에게 임신은 기쁨과 설레임의 시간입니다. 그러나, 코로나 19 (코로나바이러스) 대확산이 선언된 후, 임신부들은 자신과 태아의 건강 뿐만 아니라, 출산 후 아기의 건강에 대해서도 크게 우려할 것입니다. 다음은 임신부와 아기와 관련된 코로나 19 에 대한 최신 정보 및 영향을 요약한 내용입니다.

임신부는 코로나 19 에 더욱 취약한가요?

임신부는 위험군에 속하며 취약하다고 고려되어야 하며, 이는 임신 중에 여성의 신체에 발생하는 변화 때문입니다. 그러나, 현재까지는 임신부에게 코로나 19 감염증이 발병했을 때 일반인구 집단보다 그 증세가 더욱 심각해지는 것은 아니라고 보여집니다. 대부분의 임신부는 감기/독감과 유사한 경미하거나 중증의 증상들만 경험하게 될 것입니다. 불행히도, 현재 코로나 19 를 위한 백신은 없습니다.

코로나 19 가 유산을 야기하나요?

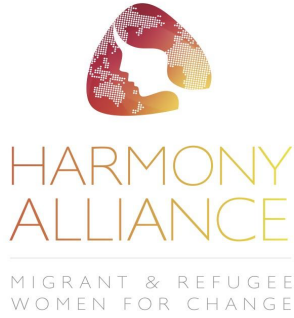
코로나 19 가 임신을 준비 중이거나 임신 초기에 있는 여성들에게 유산의 위험을 증가시킨다는 증거가 없습니다.

코로나 19 가 엄마로부터 태아에게 전파되나요?

임신 중에 코로나바이러스가 태아에게 전파된다는 증거는 없고 (이를 수직감염이라고 합니다), 코로나바이러스로 인해 태아의 기형이 야기된다는 증거도 없습니다. 수직감염의 위험을 줄이기 위해 제왕절개나 유도분만이 필요하다는 증거도 없습니다. 건강상의 긴급한 위험이나 다른 산과적 징후가 없는 한, 코로나 19 감염증에 걸렸거나 감염에 크게 노출되었을 시 선택적 제왕절개나 유도분만은 가능한 연기되어야 합니다.

코로나 19 가 출산 관련 합병증을 야기하나요?

중국에서 코로나 19 증상을 보인 일부 임신부들이 조산을 한 사례들이 있었습니다. 코로나바이러스가 원인이었는지, 혹은 임신부의 건강이 좋지 않았기 때문에 의사가 조산을 결정할 것인지의 여부는 확실하지 않습니다. 신생아와 유아의 경우, 현재로서는 감염으로 인한 합병증 위험이 증가되는 것으로 보이지 않습니다.



**The Royal Australian
and New Zealand
College of Obstetricians
and Gynaecologists**
Excellence in Women's Health

코로나 19 대확산 시기에 산전 케어를 계속 받아야 하나요?

건강한 출산과 산모의 안전을 위해 산전 검사, 초음파 검사, 산모 및 태아 검진은 계속 되어야합니다.

일상적인 산전 케어를 조정하기 위해 제안된 방법들은 다음과 같으며, 이에 국한되지는 않습니다.

- 산전 케어 방문 횟수를 줄이거나, 연기하거나 방문 간격을 늘림
- 산전 케어 방문 시간을 15 분 이하로 제한함
- 원격의료 상담으로 대체하거나, 일반 진료와 병행함
- 대면으로 진행되는 산전 교실 취소
- 입원 시에 방문객 제한 (배우자만 허용)
- 조기 퇴원 고려

또한, 코로나 19 감염에 대한 대응에 영향을 주지 않는 한, 임신 중에 백일해 및 독감 백신을 투여해야 합니다.

병원에서 출산하는 것이 안전한가요?

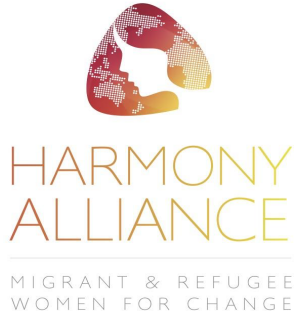
숙련된 직원들이 있고 필요할 때 응급 설비를 이용할 수 있는 병원은 출산을 위해 가장 안전한 장소입니다. 경막외마취 등을 포함하여 임산부가 겪는 진통, 질식분만 혹은 제왕절개 경험은 크게 영향을 받지 않아야 하며, 여성들은 자신의 계획에 따라 출산을 할 수 있도록 격려되고 지원받아야 합니다.

모유수유가 안전한가요?

임산부가 원한다면 모유수유를 장려하고 지원해야 합니다. 현재까지 모유에 코로나바이러스가 있다는 증거는 없습니다. 더불어 이미 잘 알려진 모유수유의 장점이 잠재적인 감염 전파 위험을 능가합니다. 엄마가 코로나 19 에 감염된 경우, 자동적으로 엄마와 아기를 격리시키기 보다는 일반 위생수칙을 철저히 지키면서 더욱 주의를 기울이고 수유 중에 마스크 착용을 고려해야 합니다.

내가 실천해야 하는 일반 위생수칙은 무엇입니까?

- 알코올 손 소독제 혹은 비누와 물로 정기적으로 자주 손을 씻습니다.
- 기침과 재채기를 하는 사람을 피합니다.
- 눈, 코, 입을 만지지 않습니다.
- 사회적 거리두기를 실천하고 일반 지역사회 노출을 줄입니다.



**The Royal Australian
and New Zealand
College of Obstetricians
and Gynaecologists**
Excellence in Women's Health

- 증상이 발생하면 초기에 알리고 검진을 받습니다.
- 감염이 상당한 경우에는 적절한 치료 및 지원 조치를 받습니다.
- 도움을 주는 사람을 한 사람으로 제한하고, 배우자가 코로나 19 감염증에 걸렸거나 그러한 증상이 있다면 병원에 동행하지 않습니다.
- 불필요한 모든 이동을 자제합니다. 일반적으로, 사람들이 모이는 장소를 피하고 집에 있는 것이 가장 안전합니다. 가능하다면 대중교통 이용을 줄이고 재택근무를 합니다.

나에게 코로나 19 증상이 발생하면 어떻게 해야 하나요?

감기/독감 증상들이 (발열, 기침, 인후통, 어지러움, 구토, 설사, 피로 및 호흡곤란) 발생하면 즉시 의료 검진을 요청하십시오 (발열 클리닉, GP 의원, 응급실). 상기 증상이 있거나, 자가 격리를 해야하거나, 코로나 19 확진을 받은 경우에는 담당 의료진에게 알려야 합니다.

우려가 있으면 누구와 상의해야 하나요?

임신과 양육에 대한 불안과 우울증이 동반될 수 있으며, 현재 상황은 임신부와 배우자 그리고 가족들에게 그 위험을 더욱 증가시킬 수 있습니다. 따라서, 출산전후기 불안 및 우울증, 약물 남용, 가정 폭력에 대한 조사, 진단, 관리 및 서비스는 지속되어야 합니다. 이에 대한 우려가 있다면 담당 보건 전문가에게 조언과 도움을 요청하세요. 담당 의사, 조산사 및 기타 보건 종사자들은 임신부와 아기의 건강에 관심을 가지고 있습니다.

또한 가능하다면, 휴식을 취하고 건강한 식생활을 유지하면서 좋아하는 활동을 계속하세요. 태아를 위한 최적의 보호 수단은 엄마입니다. 따라서 엄마가 자신의 정서적 신체적 건강을 잘 돌보는 것이 가장 중요합니다.

다시 한번 코로나바이러스가 임신부와 아기에게 미치는 위험이 경미하다는 점을 알려드리며, 저희는 여러분 모두가 건강하고 행복하시기를 바랍니다.

Harmony Alliance (하모니 얼라이언스): Migrant and Refugee Women for Change 는 회원중심의 조직이며, 이민자 및 난민 출신의 여성들이 중요한 이슈를 옹호할 수 있는 플랫폼을 제공하고 있습니다.

The Royal Australian and New Zealand College of Obstetricians and Gynaecologists (RANZCOG)는 호주 및 뉴질랜드의 여성 보건을 위한 전문 교육 및 표준제정 기구입니다.