



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

关于 2019 新型冠状病毒病——孕妇须知

对于大多数女性及其家庭来说，怀孕都是一种巨大的喜悦和幸福的期盼。自 2019 新型冠状病毒病（COVID-19）被宣布已构成大流行性疾病后，所有怀孕女性都开始对她们自身的健康、未出生或刚出生的宝宝感到格外紧张，这是可理解的。以下总结了我們目前所知的有关 COVID-19 和怀孕对孕妇及孩子的影响。

孕妇是否更易感染 COVID-19?

由于孕期女性身体的变化，孕妇应该被视为较为脆弱或有风险的群体。不过目前来看，如果孕妇感染了 COVID-19，她们不见得会比一般人群经历更严重的不适。预计大多数受感染孕妇将仅有轻度或中度感冒/流感症状。遗憾的是，目前尚无针对 COVID-19 的任何疫苗。

COVID-19 是否会导致流产?

就那些正尝试怀孕或处于怀孕初期的女性而言，没有证据显示 COVID-19 患者的流产风险更高。

我感染 COVID-19 后，会传染给我肚子里的宝宝吗?

没有证据显示您在怀孕期间会将这种病毒传染给您未出生的宝宝（这种传播被称为母婴传播）或病毒会导致婴儿畸形。没有证据表示需要用剖腹产或引产来降低母婴传播的风险。如果一位妇女感染了 COVID-19 或有明显接触史，除非她的健康面临即时危险或出现其他分娩指征，否则应延后实施选择性剖腹产或引产。

COVID-19 是否会导致分娩并发症?

在中国，一些有 COVID-19 症状的妇女早产生下她们的宝宝。目前尚不明确是新型冠状病毒导致了早产，还是因孕妇状态不佳，医生决定让宝宝提前出生。新生儿和婴儿似乎没有因感染而面临更高的并发症风险。

COVID-19 大流行期间，我应该继续进行产前保健吗?

应继续进行常规产前检查、超声波检查、孕产妇和胎儿评估，但内容可能会有以下调整。在孕期应继续接种百日咳和流感疫苗，这两种疫苗不影响对 COVID-19 感染的反应。

针对常规产前保健，我们建议做出一些改变，包括但不限于：

- 缩短、推迟和/或增加产前检查的间隔时间
- 将所有产前检查的时间限制在 15 分钟以内。
- 使用远程健康咨询来替代或补充常规检查
- 取消现场教学的产前培训课
- 住院期间限制探视人数（仅限伴侣）
- 考虑提前出院



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

在医院分娩安全吗？

医院是最安全的分娩地点，因为这里有训练有素的医护人员及随时待命的急救设施。妇女的分娩和顺产或剖腹产，包括使用硬膜外麻醉等止痛剂，应不受显著影响，应鼓励和支持孕妇如期生产。

母乳喂养安全吗？

对希望母乳喂养的妇女应给予鼓励和支持。目前没有证据表明病毒会通过母乳传播，因此母乳喂养的公认益处胜过任何潜在的传播风险。如果母亲感染了 COVID-19，不应当自然地将其与宝宝隔离，而是应保持整体卫生情况并加强防护，同时考虑在喂奶时戴上口罩。

我应该采取哪些一般卫生措施？

- 勤洗手，多使用酒精免洗手凝胶或肥皂和水
- 远离任何正在咳嗽或打喷嚏的人
- 避免揉眼、触碰口鼻
- 进行社交隔离，减少一般的社区接触
- 及时上报和检查任何症状
- 如果感染情况严重，应立即就医，寻求支持措施
- 仅限一人陪伴，如果您的伴侣感染了 COVID-19 或出现相关症状，请勿让他陪您就医。
- 避免任何非必要的旅行。通常来说，呆在家是最安全的，尽量不要去公共场所。减少使用公共交通工具，选择在家远程办公（如条件允许）。

如果我出现了 COVID-19 症状，应该怎么办？

如果您出现了感冒/流感症状（发烧、咳嗽、喉咙痛，恶心，呕吐，腹泻，疲劳，呼吸困难等），请立刻就医（前往发热门诊、全科诊所和急诊部等）。如果您有上述任何症状，或被要求自我隔离，或已经被诊断为 COVID-19，请告知您的医疗服务提供者。

我感到焦虑时应该向谁诉说？

怀孕和育儿的过程中经常伴随着焦虑和抑郁情绪，当前的疫情环境只会加剧妇女、她们的伴侣和家庭产生这类情绪的风险。必须继续提供针对围产期焦虑和抑郁、药物滥用和家庭暴力的筛查、诊断、管理和服务。如果您感到焦虑不安，请向您的保健专业医生寻求建议和帮助。

您的医生、助产士和其他保健人员都关心着您和您的宝宝。我们理解您的忧虑。尽可能保持充足的休息、良好的饮食和兴趣爱好。对宝宝最好的保护来自于您，因此请好好照顾自己，您的身心健康优于一切。请您放心，对您和您的宝宝来说这次疫情风险是极低的，祝您健康快乐。

Harmony Alliance（和谐联盟）：Migrant and Refugee Women for Change（女性移民及难民寻求改变组织）是一个成员推动型组织，为有移民及难民背景的女性提供了一个在重要问题上发声的平台。

RANZCOG（澳大利亚和新西兰皇家妇产科学院）是一家位于澳大利亚和新西兰，致力于在妇女健康方面建立专业培训和标准的机构。