



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

Thông tin về COVID-19 dành cho phụ nữ mang thai

Đối với đa số phụ nữ và gia đình họ mang thai là một thời điểm vui sướng và kỳ vọng những gì tốt đẹp nhất. Chúng tôi hiểu rằng sau khi COVID-19 (vi-rút corona) được tuyên bố là một đại dịch toàn cầu, tất cả phụ nữ đang mang thai sẽ cảm thấy lo lắng về sức khỏe của họ, và của em bé chưa ra đời, hay em bé vừa mới ra đời của họ. Thông tin sau đây tóm lược sự hiểu biết hiện tại của chúng tôi về tác động của COVID-19 và thai kỳ đối với quý vị và con của mình.

Đối với COVID-19 phụ nữ mang thai có phải là người dễ bị tổn thương không?

Phụ nữ mang thai cần được xem như là người dễ bị tổn thương, hoặc nhóm người có nguy cơ, do những thay đổi trong cơ thể của họ trong thai kỳ. Tuy nhiên, ở thời điểm này, so với dân số chung, dường như các phụ nữ mang thai nhiễm COVID-19 không bị bệnh thể nặng. Điều được mong đợi là phần lớn các phụ nữ mang thai chỉ bị các triệu chứng như bị cảm/cúm ở mức độ nhẹ hay trung bình. Rất tiếc, hiện tại chưa có vắc-xin cho COVID-19.

COVID-19 có gây xảy thai không?

Không có bằng chứng đề nghị COVID-19 tăng nguy cơ xảy thai ở các phụ nữ đang cố gắng thụ thai, hoặc thai kỳ còn ở giai đoạn đầu.

Tôi có thể lây truyền COVID-19 cho em bé chưa ra đời của tôi không?

Không có bằng chứng nói rằng thai nhi có thể bị lây nhiễm trong thai kỳ (tình trạng này được gọi là truyền dọc) hoặc vi-rút có thể gây dị tật bẩm sinh. Không có bằng chứng nói rằng mổ lấy thai hay thúc chuyển dạ là điều cần thiết để giảm nguy cơ truyền dọc. Nếu một phụ nữ bị nhiễm COVID-19, hoặc đã có tiếp xúc trực tiếp, trừ phi có những nguy cơ cho sức khỏe của người mẹ, hoặc các chỉ định sản khoa khác, nếu có thể, lịch hẹn mổ lấy thai hay thúc chuyển dạ nên được đình lại.

COVID-19 có gây nên các biến chứng liên quan đến sanh đẻ không?

Ở Trung Quốc đã có một số trường hợp là các phụ nữ có triệu chứng COVID-19 đã sanh sớm. Điều không được rõ ở đây là liệu có phải vi-rút corona là yếu tố gây nên tình trạng này hay là vì bác sĩ đã quyết định cho người mẹ sanh sớm vì bà đang ốm. Dường như các bé sơ sinh và em bé không có nhiều nguy cơ hơn bị các biến chứng từ sự nhiễm trùng.

Tôi vẫn nên đi khám thai khi đang có đại dịch toàn cầu COVID-19 không?

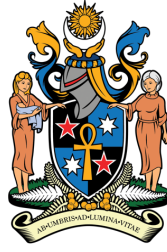
Những cuộc khám tiền sản theo lệ thường, siêu âm, thăm định sức khỏe bà mẹ và thai nhi cần được tiếp tục, nhưng cần tính đến các sửa đổi dưới đây. Mặc dù điều này không ảnh hưởng đến cách đối phó nhiễm COVID-19, người mẹ cần được chích ngừa bệnh ho gà và cúm trong thai kỳ.

Các thay đổi đối với quá trình chăm sóc tiền sản theo lệ thường được đề nghị, nhưng không chỉ giới hạn, bao gồm:

- Giảm, đình hoãn và/hoặc kéo dài thời gian hơn giữa những lần khám tiền sản
- Giới hạn thời gian của mỗi lần khám tiền sản và không quá 15 phút
- Sử dụng thêm hay thay thế các cuộc khám thường lệ bằng hệ thống khám bệnh telehealth (trực tuyến)
- Hủy các lớp học tiền sản gặp mặt trực tiếp
- Hạn chế khách đến thăm khi đang nằm viện (chỉ phối ngẫu)
- Cân nhắc việc xuất viện sớm

Sanh con ở bệnh viện có an toàn không?

Bệnh viện là nơi an toàn nhất để sanh con, vì ở đó có đội ngũ nhân viên được đào tạo và cơ sở vật chất cho trường hợp khẩn cấp, nếu cần. Trải nghiệm sanh đẻ và sanh tự nhiên, hay mổ lấy thai, bao gồm



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

việc sử dụng thuốc giảm đau như gây tê ngoài màng cứng, sẽ không gây ảnh hưởng đáng kể và các phụ nữ cần được khuyến khích, hỗ trợ để sinh con như dự định.

Cho con bú sữa mẹ có an toàn không?

Nên khuyến khích và hỗ trợ các phụ nữ muốn cho con bú sữa mẹ. Hiện tại không có bằng chứng là vi-rút có trong sữa mẹ và, vì vậy những lợi ích được công nhận rộng rãi của việc cho con bú sữa mẹ có nhiều giá trị hơn nguy cơ lây truyền tiềm tàng nào. Không nên tự động cách ly người mẹ nếu họ bị nhiễm COVID-19, nhưng cần có sự đề phòng cao với vấn đề vệ sinh chung và có thể nên đeo khẩu trang khi cho con bú.

Tôi cần có những biện pháp gì cho vấn đề vệ sinh chung?

- Thường xuyên rửa tay bằng dung dịch chứa cồn hoặc bằng nước và xà phòng
- Tránh những ai đang ho hay hắt hơi
- Tránh sờ vào mắt, mũi và miệng
- Giữ khoảng cách giao tiếp và giảm sự tiếp xúc bình thường trong cộng đồng
- Trình báo và điều tra sớm khi có các triệu chứng
- Nếu tình trạng nhiễm ở mức nghiêm trọng, hãy sớm tìm sự điều trị và biện pháp hỗ trợ thích hợp
- Hạn chế chỉ một người chăm sóc và nếu phối ngẫu bị nhiễm COVID-19, hoặc có các triệu chứng, thì họ không nên cùng quý vị đến bệnh viện
- Tránh tất cả sự đi lại không cần thiết. Nói chung, ở nhà là an toàn nhất và tránh đến những nơi công cộng. Nếu được, tránh sử dụng chuyên chở công cộng và nếu được hãy làm việc ở nhà.

Tôi cần làm gì nếu có các triệu chứng nhiễm COVID-19?

Nếu bắt đầu có các triệu chứng bị cảm/cúm (như sốt, ho, viêm họng, buồn nôn, ói mửa, tiêu chảy, mệt mỏi, khó thở) hãy thu xếp để được khám bệnh ngay lập tức (với phòng mạch về sốt, bác sĩ gia đình, khoa cấp cứu). Nếu có các triệu chứng này, hoặc quý vị phải tự cách ly, hoặc được chẩn đoán bị nhiễm COVID-19, quý vị cần thông báo cho cơ quan chăm sóc sức khỏe của mình.

Tôi có thể nói chuyện với ai nếu lo ngại?

Mang thai và làm cha mẹ có liên kết với chúng lo âu và trầm cảm và tình trạng hiện tại chỉ làm tăng nguy cơ cho phụ nữ, phối ngẫu và gia đình họ mắc các bệnh này. Công việc kiểm tra, chẩn đoán, quản lý và cung cấp dịch vụ cho chứng bệnh lo âu và trầm cảm sau sinh, lạm dụng được chất và bạo hành gia đình phải được tiếp tục. Nếu lo lắng hãy tìm lời khuyên và sự giúp đỡ của các chuyên viên y tế.

Các bác sĩ, bà mẹ và nhân viên chăm sóc của quý vị quan tâm đến quý vị và em bé. Chúng tôi hiểu quý vị cảm thấy lo lắng. Hãy nghỉ ngơi, ăn uống đầy đủ và duy trì những sở thích của mình, khi nào được. Điều quan trọng nhất cần nhớ là quý vị là sự bảo vệ tốt nhất cho em bé của mình, vì vậy hãy chăm sóc cho bản thân về mặt cảm xúc cũng như thể chất. Chúng tôi muốn quý vị hãy yên tâm vì nguy cơ cho quý vị, và em bé cực kỳ thấp và chúc quý vị mọi điều tốt lành.

Harmony Alliance: Migrant and Refugee Women for Change (Tổ chức đem lại sự thay đổi cho phụ nữ di dân và tỵ nạn) là một tổ chức nhờ vào các hội viên, cung cấp một nền tảng để các phụ nữ thuộc người di dân và tỵ nạn có thể hoạt động về những vấn đề quan trọng đối với họ.

The Royal Australian and New Zealand College of Obstetricians and Gynaecologists (RANZCOG) (Trường Đào tạo Sản Phụ Khoa Úc và Tân Tây Lan) là cơ sở đào tạo chuyên nghiệp và đặt tiêu chuẩn về sức khỏe phụ nữ ở Úc và Tân Tây Lan.