



**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的症状，包括发烧、咳嗽、嗅觉丧失、头痛和疲劳。

约有三分之一感染了COVID-19的孕妇需要住院。对于其中一部分女性而言，住院是为了在妊娠结束时分娩，而不是因为有COVID-19的症状。在那些出现COVID-19不适症状而需要住院的女性中，约有十分之一的人需要入住重症监护病房以寻求对呼吸或其他器官的支持。

COVID-19孕期的国际经验表明，处于妊娠晚期，黑人、亚裔和少数族裔，35岁以上以及存在健康疾患的女性可能更容易有不舒适和住院的风险。这些女性应该特别注意遵循有关社交距离的建议，以确保她们尽可能减少感染的风险。

### 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？

有报道表明，该病毒可能从母亲传播给婴儿（垂直传播）的风险很小。这种情况很少发生在子宫内或在分娩时发生（每100胎中有2胎）。在感染了COVID-19的婴儿中，他们基本保持了健康，不需要任何额外的护理。请放心，目前没有证据表明COVID-19会伤害您的宝宝或在怀孕期间引起异常。

### COVID-19是否会导致分娩并发症？

在一些出现COVID-19不适症状的女性中，早产（37周之前）的风险增加。她们承受的进入早产的风险不见得比非COVID-19女性患者更高。但是，对于某些临近分娩的母亲而言，更早分娩可能对母亲或婴儿更安全。

新生儿和婴儿似乎没有因感染而面临更高的并发症风险，但那些早产儿可能需要在新生儿病房进行护理，直到他们可以出院。

### 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。



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

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

### 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开，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



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

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。