



Koronawirus a ciąża. Uspokajamy przyszłe mamy

Pandemia to czas trudny dla każdego z nas, jednak kobiety ciężarne mogą być bardziej zaniepokojone – wszak martwią się nie tylko o siebie i swoje rodziny, ale również o nienarodzonego malucha. Wyjaśniamy, co powinnaś wiedzieć o koronawirusie SARS-CoV-2, żeby odetchnąć spokojnie!

Wpływ koronawirusa na nierodzone dziecko

Co prawda wirus SARS-CoV-2 jest nowy i nasza wiedza o nim wciąż jest niewielka, jednak poczyniono już pierwsze obserwacje. Jednak, jeżeli chodzi o kobiety ciężarne, warto pamiętać, że obserwowane są pojedyncze przypadki, więc nie wiadomo na ile te wnioski przełożą się na wszystkie kobiety ciężarne z całego świata.

Co prawda wśród ciężarnych chorych na COVID-19 zaobserwowano np. porody przedwczesne, ale ze względu na niewielką liczbę przypadków, nie można stwierdzić na ile były to powikłania zakażenia, a na ile kwestia spontanicznego rozpoczęcia porodu lub decyzji podjętej przez lekarzy. To sprawia, że zakażenie SARS-CoV-2 **nie jest uznawane za czynnik ryzyka poronienia czy porodu przedwczesnego.**

Nadal nie wiadomo czy COVID-19 przenosi się do płodu przez łożysko. Chińscy naukowcy przebadali:

- płyn owodniowy,
- krew pępowinową,
- wymazy z gardła noworodków,
- próbki mleka z piersi matek chorujących na COVID-19

i w żadnym z tych materiałów **nie wykazano obecności wirusa.**

Przebadano również trzy łożyska zakażonych matek i w nich również nie znaleziono wirusa. Wszystkie te dane sugerują, że do zakażenia opisanego w literaturze i mediach przypadku chorego noworodka doszło po urodzeniu.

Koronawirus jak chorują kobiety w ciąży?

Obecnie dostępne dane nie wskazują na zwiększone ryzyko zakażenia SARS-CoV-2 u kobiet ciężarnych. Jednocześnie wiemy od dawna, że ciężarne są w grupie ryzyka cięższego przebiegu i zgonu np. z powodu grypy – dlatego kobiety w ciąży traktowane są jak grupa zwiększonego ryzyka zakażenia nowym koronawirusem.

Większość kobiet w ciąży **przejdzie infekcję łagodnie** i będzie odczuwało jedynie średnio nasilone objawy grypopodobne, do których może dojść kaszel. Gdyby doszło do cięższego przebiegu infekcji, ciężarne leczą się standardowo. Opisano kilka przypadków kobiet powyżej 30 tygodnia ciąży chorujących na COVID-19, które wymagały podłączenia do respiratora – wszystkie wyzdrowiały i urodziły zdrowe dzieci. Dotychczas nie zanotowano żadnych przypadków śmierci kobiet ciężarnych z powodu koronawirusa.



Koronawirus jak można się chronić przed zachorowaniem?

U kobiet w ciąży wystarczą standardowe zasady profilaktyki:

- Regularnie myj ręce wodą z mydłem, przez co najmniej 20 sekund. Jeżeli nie możesz umyć rąk, zdezynfekuj je preparatem na bazie alkoholu (z zawartością co najmniej 60%).
- Unikaj dotykania rękami twarzy, w szczególności ust, nosa i oczu.
- **#zostańwdomu** Możesz wyjść na krótki spacer, ale w miejsca, gdzie nie będzie dużo ludzi.
- Kiedy kaszlesz lub kichasz, zakryj usta i nos zgiętym łokciem lub chusteczką. Po wykorzystaniu chusteczkę wyrzuć do kosza i od razu umyj lub zdezynfekuj ręce.
- Unikaj kontaktu z osobami chorymi, mającymi objawy chorób układu oddechowego (kaszel, kichanie).
- Unikaj skupisk ludzi.
- Unikaj dzielenia się jedzeniem, pić i naczyniami.

Opieka okołoporodowa w czasie epidemii koronawirusa

Epidemia SARS-CoV-2 wymogła wprowadzenie zmian w funkcjonowaniu ośrodków systemu ochrony zdrowia, w tym szpitali położniczych. Dla bezpieczeństwa pacjentek i ich dzieci szpitale zostały zamknięte nie tylko dla odwiedzających, ale również dla osób towarzyszących przy porodzie. Pamiętaj jednak, że nie będziesz sama!

W szpitalu zostaniesz otoczona opieką położnych i lekarzy, którzy w tych dniach przywiązują szczególną wagę do dbania o komfort i samopoczucie pacjentek. Będziesz miała również wokół siebie inne pacjentki, z którym możecie stworzyć własny krąg wsparcia. Ponadto możesz też korzystać z dobrodziejstw technologii i w niemal każdej chwili połączyć się z rodziną przez telefon lub Internet.

Pacjentki zakażone lub podejrzane o zakażenie koronawirusem powinny się zgłosić na poród do jednego ze szpitali przekształconych w szpital zakaźny. Ich lista dostępna jest pod adresem:

<https://www.gov.pl/web/koronawirus/lista-szpitali>.