

Coronavirus tai COVID-19 ja raskaus

Patient Information Series – What you should know, what you should ask.

20. Maaliskuuta 2020: Huomioithan, että tässä tiedotteessa annettu informaatio perustuu pieneen otantaan raskaana olevia naisia, joilla on todettu Coronavirus infektio. Uutta tietoa on saatavilla päivittäin. Suosittelemme olemaan yhteydessä teitä hoitavaan lääkäriin tai äitiysneuvolan henkilökuntaan uusimman tiedon saamiseksi.

Mikä on COVID-19?

COVID-19 on koronaviruksen aiheuttama infektio. Virus on saman tyyppinen kuin monet muut virukset, jotka aiheuttavat tavallista flunssaa. Koronaviruksesta tekee erilaisen se, että vaikka suurin osa sairastuneista henkilöistä ei tunne oloaan erilaisemmaksi kuin tavallisessa kausi-influenssassa, henkilöt, joilla on muita terveysongelmia, kuten keuhkosairaus tai diabetes ovat kohonneessa riskissä sairastua vakavasti ja kehittää vakavia keuhko-ongelmia. Henkilöt, joilla on COVID-19-infektio, ovat tyypillisesti kuumeisia, yskivät ja tuntevat hengenahdistusta. Jos tila huononee, heille voi tulla vakavia hengitysongelmia ja heidät tulee ohjata sairaalahoitoon tai teho-osastolle.

Kuinka virus leviää?

COVID-19 virus leviää kontaktien kautta. Useimmiten virus leviää infektoituneen sairaan henkilön kautta pisaratartuntana tai kosketustartuntana pinnoilta, joihin on äskettäin koskettu, aivastettu tai yskitty. Virusta löytyy syljestä ja nenän eritteistä. Virus kulkeutuu elimistöön suun, nenän tai silmien välityksellä.

Kuinka voin välttää saamasta COVID-19-infektion?

Parhaita keinoja välttää tartunta on pestä kädet säännöllisesti koskettuasi kodin ulkopuolella oleviin esineisiin tai pintoihin ja välttämällä kasvojesi koskettamista käsilläsi. Hyvä keino välttää sairastumista on sosiaalisten kontaktien välttäminen (pysymällä vähintään 2 metrin etäisyydellä muista) ja pysymällä kotona mahdollisimman paljon. Viruksen leviämisen ehkäisemiseksi, aivastaessa ja yskiessä tulisi suu peittää käden taiteella, ei kädellä.

Pitäisikö minun välttää sairaalakäyntejä tai lääkärin ja äitiysneuvolan vastaanottokäyntejä?

Sinulla on raskaana ollessasi useita lääkäri- ja äitiysneuvola käyntejä. Käynnit ovat sinun ja vauvan terveydelle tärkeitä ja mahdollinen vastaanottokäynneiltä poisjääminen tulisi tapahtua vain keskusteltuasi lääkärisi tai äitiysneuvolan hoidosta vastaavan henkilön kanssa. Osa

Coronavirus tai COVID-19 ja raskaus

Patient Information Series – What you should know, what you should ask.

vastaanotoista voidaan suorittaa puhelin- tai videovastaanottona, jonka toteuttamisen soveltuvuudesta päättää lääkäri tai äitiysneuvolan hoidosta vastaava henkilö. Jos raskautesi aikana epäilet sinulla olevan ongelmia, älä epäröi ottaa yhteyttä lääkäriisi tai äitiysneuvolaan keskustellaksesi parhaasta tavasta saada hoitoa.

Saapuessasi klinikalle, äitiysneuvolaan tai sairaalaan, pese kädet säännöllisesti koskettuasi pintoihin ja esineisiin, vältä koskettamasta kasvojasi käsilläsi ja pyri odotustilassa pitämään vähintään kahden metrin etäisyys lähimpään henkilöön. Kädet tulisi pestä myös poistuessasi. Jos sinulla on yskä, peitä suu hengityssuojaimella/-maskilla, kun saavut klinikalle, äitiysneuvolaan tai sairaalaan. Kerro välittömästi saapuessasi, mielellään jopa ennen saapumistasi, terveydentilastasi, jotta sinua hoitava henkilökunta voi varautua ja paremmin valmistautua hoitamaan sinua. Jos sinulla on todettu COVID-19-infektio ja sinulla on varattuna säännöllisiä vastaanottokäyntejä, ota yhteys lääkäriisi ja/tai äitiysneuvolan hoidosta vastaavaan henkilöön, jolloin voitte sopia onko käynnit syytä pitää niille varattuina ajankohtina vai siirtää myöhemmäksi.

Onko vaarallista, jos saan COVID-19-infektion ollessani raskaana?

Tietoa naisista, jotka on sairastuneet raskaana ollessa COVID-19-infektioon on tällä hetkellä erittäin vähän. Käytettävissä olevan tiedon perusteella voimme todeta, että raskaana olevat naiset eivät sairastu vakavammin kuin samanikäiset ei raskaana olevat. Naiset, joilla on muita terveydellisiä ongelmia, erityisesti naiset joilla on keuhkosairaus, korkea verenpaine, diabetes tai HIV, ovat kohonneessa riskissä sairastua vakavammin. Jos olet tässä ryhmässä ja sinulla todetaan COVID-19-infektio, sinut saatetaan ottaa tarkemman seurannan piiriin kuin muut raskaana olevat naiset, joilla on myös todettu COVID-19-infektio. Suurinosa raskaana olevista naisista, jotka on testattu positiivisiksi virukselle hoidetaan kotona, mutta heidät tulee ottaa viipymättä vastaanotolle, jos oireet pahenevat. Kiireellinen hoito sairauden pahetessa on sekä äidille, että raskaudelle paras tapa välttää vakavat ongelmat. Lääkärit voivat ehdottaa röntgenkuvausta. On usein välttämätöntä hoitaa raskaanaolevaa naista, jonka sairauden tila on huononemassa. Tieto, että olet raskaana, varmistaa, että kaikki tarvittavat toimet tehdään, jotta mahdollistetaan mahdollisimman turvallinen toimenpide sekä sinulle että vauvalle. Äidit, jotka tulevat niin sairaaksi, että heidät pitää ottaa sairaalahoitoon, ovat kohonneessa riskissä synnytyksen käynnistymiselle ja tämän vuoksi heitä tulee seurata erityisen tarkasti. Asetaminofeeni ja/tai parasetamoli ovat turvallisia lääkkeitä raskauden aikana, jos sinulla on kuumetta.

Jos minulla on COVID-19-infektio ollessani raskaana, onko se vaarallista vauvalle?

Virus ei näyttäisi siirtyvän äidistä vauvaan raskauden aikana. Ei ole näyttöä, että COVID-19 aiheuttaisi kohonnutta riskiä synnyttämiselle sairauksille, vaikka näyttöä syntyneistä vauvoista naisille, jotka ovat saaneet viruksen kaikkein vaarallisimmassa ajankohdassa on vähän. Korkea kuume raskausviikolla 6 tai 4 viikkoa hedelmöitymisen jälkeen voi olla kytköksissä selkärangan ja aivojen ongelmien kohonneeseen riskiin. Tämä ei ole erityistä COVID-19-infektioille, vaan mille tahansa syyille, joka aiheuttaa kuumetta. Riski on kuitenkin hyvin pieni. Keskimäärin kaksi naista tuhannesta, joilla on kuumetta alkuraskaudesta saattaa saada vauvan, jolla on edellä kuvattuja ongelmia verrattuna siihen, että ilman kuumetta riski on yksi tuhannesta. Ultraäänitutkimus raskausviikoilla 18-22 on suositeltavaa, jolloin voidaan todentaa edellä kuvattujen ongelmien mahdollisuus.

Suurin riski vauvalle on, jos sairastut vakavasti ja synnytät vauvan ennen laskettua aikaasi tai lääkärisi suosittelee synnytyksen käynnistämistä, koska vauva ei voi hyvin sairautesi vuoksi. Mitä lähempänä olet laskettua aikaasi, sitä pienemmät ovat riskit vauvallesi. Jos sinulla on COVID-19-infektio ja olet synnytyksessä, on mahdollista, että kehosi ei kykene vastaanottamaan happea yhtä hyvin kuin normaalisti. Tämä voi vaikeuttaa vauvan selviytymistä synnytyksestä. On suositeltavaa, kun mahdollista, synnyttää sairaalassa, jolloin vauvaa voidaan tarkkailla jatkuvasti ja jossa keisarisleikkaus on saatavilla, jos siihen on tarvetta. Jos äidillä on COVID-19-infektio, keisarisleikkausta ei ole tarpeen valita synnytystavaksi alatiesynnytyksen sijaan ellei siihen ole muita syitä.

Tutkimukset samankaltaisilla viruksilla kuin COVID-19 ovat osoittaneet, että vauvat eivät kasva yhtä hyvin kuin normaalisti infektion jälkeen. Suurin osa asiantuntijoista suosittelee, että tehdään vähintään yksi ultraäänitutkimus 2-4 viikkoa infektion jälkeen, jolloin voidaan varmistaa, että vauva kasvaa hyvin. On suositeltavaa, että säännöllisiä ultraäänitutkimuksia jatketaan 2-4 viikon välein koko raskauden ajan, jotta varmistutaan, että vauva jatkaa normaalia kasvua.

Jos saan COVID-19-infektion pian synnytyksen jälkeen, onko se vaarallista vauvalle?

On epäselvää tulisiko äiti, jolla on todettu COVID-19-infektio, eristää vauvastaan vai ei. Eri alueet toimivat eri tavalla paikallisen saatavuuden ja COVID-19:n paikallisen tilanteen perusteella. Useimmiten suositellaan, että sinun tulisi jäädä lapsesi luo, jos voit hyvin. Jotkut tilanteet voivat vaatia äidin ja vauvan erottamista toisistaan. Voit tiedustella lääkäriltäsi tai äitiysneuvolan

Coronavirus tai COVID-19 ja raskaus

Patient Information Series – What you should know, what you should ask.

hoitavalta henkilöltä miten sinun tilanteessasi tulisi toimia. Sinun tulee varoa siirtämästä virusta vauvallesi. Paras tapa välttää tarunta on pestä kädet ennen kuin kosketat vauvaa, vältät koskemasta vauvan kasvoja ja vältät yskimästä tai aivastamasta vauvaa kohti. Voit myös käyttää hengityssuojainta/-maskia, kun hoidat vauvaasi. Kun et hoida vauvaa (kun vauva esimerkiksi nukkuu) pysytkään vähintään kahden metrin etäisyydellä vauvasta. Näin pienennät vauvan infektoitumisen riskiä.

Voinko rintaruokkia vauvaani, jos minulla on todettu COVID-19-infektio?

Muutamien infektiopositiivisten naisten rintamaito on tutkittu viruksen suhteen, eikä heidän maidostansa löytynyt merkkejä viruksesta. On turvallista ruokkia vauvaa rintamaidolla, vaikka sinulla olisi todettu COVID-19-infektio. Sinun tulee olla varovainen, ettet tartuta virusta vauvaasi. Paras tapa välttää tarunta on pestä kädet ennen kuin kosketat vauvaa, välttää koskemasta vauvan kasvoja, välttää yskimästä tai aivastamasta vauvaa kohti ja käyttää hengityssuojainta/-maskia, kun rintaruokit vauvaasi. Vaihtoehtoinen hyvä tapa on pumpata tai lypsää käsin rintamaito ja antaa henkilön, joka ei ole sairas ruokkia vauvaa. Jos pumpaat tai lypsät maidon käsin, huolehdi, että peset kädet huolella ennen lypsämistä.

Mitä jos muilla henkilöllä talossa on COVID-19-infektio vauvani syntymän jälkeen?

Jos he osallistuvat vauvan hoitamiseen, heidän tulee olla varovaisia siirtämästä virustartuntaa vauvalle. Paras tapa välttää tarunta on käsien pesu ennen kuin koskettaa vauvaa, välttää koskettamasta vauvan kasvoja, välttää yskimästä tai aivastamasta vauvaa kohti ja käyttää hengityssuojainta/-maskia vauvaa hoidettaessa.

Jos heillä ei ole tarvetta olla vauvan lähellä, heidän on parasta pysytellä koko ajan vähintään kahden metrin etäisyydellä vauvasta. Muista pestä kädet ennen kuin hoidat vauvaa, vaikka et olisikaan sairas, sillä olet saattanut koskea pintoihin ja esineisiin talossa, jotka ovat olleet kontaktissa viruksen kanssa. Voit ehkäistä sairastumista pysymällä vähintään kahden metrin etäisyydellä sairastuneista ja pesemällä kädet säännöllisesti. Jos sinulla on jo ollut COVID-19-infektio, viimeaikainen tutkimus on osoittanut, että elimistö kykenee muodostamaan vastustuskyvyn virukselle. Myös tässä tapauksessa käsien pesu ennen kuin kosketat vauvaa, on paras tapa ehkäistä viruksen tartuttaminen vauvalle sairaalta ihmiseltä tai esineistä ja pinnoista, joihin he ovat koskeneet.

Coronavirus tai COVID-19 ja raskaus

Patient Information Series – What you should know, what you should ask.

Kysymyksiä, joita sinun pitäisi kysyä lääkäriltäsi tai äitiysneuvolan hoitavalta henkilöltä, kun suositukset vaihtelevat eri puolilla maailmaa:

- Olen altistunut henkilölle, jolla on COVID-19-oireita. Pitäisikö minut testata?
- Minulla on COVID-19-oireita. Pitäisikö minut testata?
- Pitäisikö minut ja perheeni eristää itsemme kotiin?
- Minulla oli COVID-19 aikaisemmin raskauden aikana. Milloin minun tulisi käydä ultraäänitutkimuksessa tarkistamaan vauvani terveydentila?
- Pitäisikö minut eristää vastasyntyneestä vauvastani, silloin kun olen sairas?

Vastuuvapauslauseke:

Tämän esitteen / verkkosivustomme sisältö on tarkoitettu vain yleistä tietoa varten. Sitä ei ole tarkoitettu lääketieteelliseen neuvontaan, johon sinun tulisi luottaa. Sinun on hankittava ammattilaisen tai erikoistuneen henkilön lääketieteellisiä neuvoja, jotka koskevat henkilökohtaista tilaasi, ennen kuin ryhdyt tai pidättäydyt mistään toiminnasta tämän esitteen / verkkosivustomme sisällön perusteella. Vaikka pyrimme kohtuullisella panoksella päivittämään tietoja esitteissämme / verkkosivustollamme, emme anna mitään lausumia, takuita tai takeita, olipa ne ilmaistuja tai epäsuoria, että esitteemme / verkkosivustomme sisältö on tarkkaa, täydellistä tai ajantasaista.

Viimeksi päivitetty 20. Maaliskuuta 2020