

冠状病毒或 COVID-19：您应该知道什么，您应该问什么？

2020 年 3 月 28 日：

请注意，此处提供的信息基于少数感染此疾病的孕妇。每天都有新信息更新。我们鼓励您与您的医生或助产士咨询最新的信息。

COVID-19 是什么？

COVID-19 是一种由冠状病毒引起的感染，冠状病毒是一种与引起普通感冒的许多病毒相似的病毒或病菌。不同之处在于，尽管大多数人感觉与普通感冒时没有什么不同，但患有其他健康问题（如肺部疾病或糖尿病）的人患上重病或出现严重肺部疾病的风险更高。COVID-19 患者通常会发烧、咳嗽或感到呼吸急促。如果情况变得更糟，他们可能会有严重的呼吸问题，需要住院或住重症监护病房。

它是如何传播的？

引起 COVID-19 的病毒主要是通过与感染的病人接触，或接触他们最近接触过的物体、打喷嚏或咳嗽接触过的物体而传播的。病毒可在唾液或鼻涕的分泌物中发现。病毒通过与嘴、鼻子或眼睛接触而进入人体。

我怎样才能避免感染 COVID-19？

与房屋外的物体接触后要定期洗手，避免用手触摸脸部，是避免生病的最佳方法。社交距离(与他人保持至少 2 米或 6 英尺的距离)和尽可能呆在家里也是避免生病的好方法。为了防止病毒传染给他人，人们应该在打喷嚏或咳嗽时用手臂(肘部内侧)捂住嘴，而不是用手遮住嘴。

我应该避免去医院看医生或助产士吗？

当你怀孕的时候，你与医生和助产士会有多次预约。这些对你和你的孩子的健康都很重要，只有和你的医生或助产士讨论后才能取消。有些产前检查可以通过电话或视频电话进行，如果合适的话，你的医生或助产士会考虑这样做。如果你在怀孕期间遇到了问题，你应该毫不犹豫地联系你的医生或助产士，与他们讨论接受治疗的最佳方式。当你去诊所或医院时，当你接触物体时要经常洗手，避免用手触摸你的脸，并尽

冠状病毒或 COVID-19：您应该知道什么，您应该问什么？

量与等候区其他人保持至少 2 米或 6 英尺的距离。你离开的时候也应该洗手。如果你有咳嗽，一到医院或诊所就戴上口罩；或者最好在你到达之前让别人知道，这样他们会等候你，更好地准备照顾你。如果您患有 COVID-19，并且你已经预约了常规的就诊，联系你的医生或助产士，看看是继续你的预约还是把它推迟。

如果我在怀孕时患 COVID-19，对我有危险吗？

我们缺乏关于孕妇感染 COVID-19 的足够信息。我们知道最好避免生病。但是从我们掌握的很少信息来看，与未怀孕的同龄女性相比，孕妇患 COVID-19 的机会没有增加。有其他健康问题，尤其是肺部问题、高血压、糖尿病或艾滋病的妇女患病的风险更高。如果您被诊断出患有 COVID-19，可能会比其他孕妇受到更密切的关注。大多数健康的测试呈阳性的孕妇将在家中得到照顾，但是如果症状开始恶化，则应尽快对其进行检查。生病时进行紧急护理是预防母亲或怀孕出现严重问题的最佳方法。医生可能建议您进行 X 射线检查。有时必须治疗病重的孕妇。如果他们知道您怀孕了，则应采取所有必要措施，以确保对您和您的婴儿尽可能安全。得了重病并需要住院的母亲，提前分娩的风险较高，应对此予以密切注意。如果您发烧，对乙酰氨基酚或扑热息痛是怀孕期间的安全药物。

如果我在怀孕时患 COVID-19，对我的婴儿有危险吗？

关于病毒是否在怀孕期间从母亲传给胎儿，我们所知甚少。到目前为止，对 3 名婴儿的血液测试显示，他们可能在怀孕期间对病毒产生了反应。没有迹象表明 COVID-19 会增加出生缺陷的风险，尽管我们知道只有少数妇女在这种最危险的情况下感染了这种病毒并生了孩子。在怀孕 6 周后高烧可能会增加脊柱和脑部出现问题的风险。这并不是 COVID-19 特有的症状，任何导致发烧的原因都可能发生上述问题，虽然风险仍然很低。大约每 1000 名怀孕早期发烧的妇女中就有 2 名可能有这样的问题，而每 1000 名怀孕早期没有发烧的孕妇中有 1 名可能有这样的问题。建议在 18 至 22 周时进行超声检查，以检查此类问题。

对婴儿来说最大的风险是如果你生了重病，在预产期之前就临产了，或者医生或助产士建议你早点分娩，因为你的病情严重，孩子的身体状况不佳。离预产期越近，孩子面临的风险就越小。如果你患 COVID-19，在分娩时你的身体可能不能像往常一样

冠状病毒或 COVID-19：您应该知道什么，您应该问什么？

吸收那么多的氧气。这可能会使胎儿更难应付分娩。在可能的情况下，建议在医院分娩，可以密切和连续地观察胎儿，如果需要，可以进行剖宫产。除非另有原因，否则目前没有理由选择剖宫产而非阴道分娩。当母亲在出生时感染了 COVID-19 时，可获得的信息非常少，似乎每 20 个婴儿中就有一个在出生后几天内会显示出感染的迹象。他们很可能是在出生前后感染的。我们知道有 3 个需要治疗的婴儿，但是他们似乎感染 COVID-19 后恢复得很好。

一些关于类似病毒的研究表明，在感染了类似 COVID-19 的病毒后，胎儿可能无法正常生长。大多数专家建议在感染结束后 2 - 4 周内至少进行一次超声检查，以确保胎儿生长良好。还建议在怀孕期间每 4 周进行一次常规超声检查，以检查胎儿是否继续生长。

如果我在分娩后不久患上 COVID-19，对婴儿会很危险吗？

尚不清楚患 COVID-19 的母亲是否应与婴儿分开。不同地区应根据本地可行性和 COVID-19 的本地情况采取不同的行动。通常建议您感觉良好时与婴儿在一起。在某些情况下，可能需要您与婴儿分开。具体您应该问医生或助产士。您应小心避免将病毒传播给婴儿。最好的做法是，在触摸宝宝之前先洗手，避免触摸宝宝的脸，避免在照顾宝宝时咳嗽或打喷嚏或照顾宝宝时戴口罩。当不直接照料婴儿时（例如，婴儿睡觉时），请尽量与婴儿保持至少 2 米或 6 英尺的距离，以降低婴儿感染的风险。

如果我患 COVID-19 可以母乳喂养吗？

一些感染了病毒的妇女进行了母乳检测，在母乳中没有发现病毒的迹象。所以，即使你患有 COVID-19，用母乳喂养宝宝也是安全的。你应该小心避免把病毒传给你的孩子。最好是在接触婴儿前洗手，避免接触婴儿的脸，避免对婴儿咳嗽或打喷嚏，或在哺乳时戴口罩。另一个不错的选择是泵奶或用手挤奶，让没有生病的人喂给婴儿。如果你泵奶或用手挤奶，一定要洗手。

如果家里有人在我的孩子出生后出现了 COVID-19 的症状怎么办？

冠状病毒或 COVID-19: 您应该知道什么, 您应该问什么?

如果他们照顾孩子, 他们应该小心避免把病毒传给孩子。最好是在接触婴儿前洗手, 避免对婴儿咳嗽或打喷嚏, 或在照顾婴儿时戴口罩。

如果他们不需要靠近婴儿, 最好是一直保持至少 2 米或 6 英尺的距离。即使你没有生病, 也要记得在照顾婴儿前洗手, 因为你可能接触过与病毒接触过的室内物品。你还应该与病人保持 2 米或 6 英尺的距离, 并经常洗手以避免生病。如果你体内已经有了 COVID-19, 最近的研究似乎表明, 你的身体将能够对抗病毒, 不生病。但即使在这种情况下, 在接触婴儿之前洗手也是防止病毒从病人或他们接触的物体传播给婴儿的最好方法。

你应该问医生或助产士的问题, 因为世界各地的情况不一样:

- 我曾接触过有 COVID-19 症状的人。我需要检查吗?
- 我有 COVID-19 的症状。我需要检查吗?
- 我和我的家人应该把自己隔离在家里吗?
- 我在怀孕早期得了 COVID-19。我应该什么时候做超声检查来检查胎儿的康?
- 当我生病时, 我应该和我刚出生的孩子分开吗?

Disclaimer:

The content of [this leaflet/ our website] is provided for general information only. It is not intended to amount to medical advice on which you should rely. You must obtain professional or specialised individual medical advice relating to your individual position before taking, or refraining from, any action on the basis of the content on [this leaflet/ our website]. Although we make reasonable efforts to update the information on [our leaflets/ website], we make no representations, warranties or guarantees, whether express or implied, that the content on [our leaflet/ website] is accurate, complete or up to date.

Last updated 28th March 2020