

Κορωνοϊός ή COVID-19 και κύηση

Σειρά Πληροφοριών για Ασθενείς – Τι πρέπει να γνωρίζετε, τι πρέπει να ρωτήσετε

28 Μαρτίου 2020: Παρακαλούμε λάβετε υπόψη ότι η πληροφορία που παρέχεται εδώ βασίζεται σε έναν μικρό αριθμό εγκύων με αυτή τη λοίμωξη. Καθημερινά προκύπτουν νέες πληροφορίες. Σας ενθαρρύνουμε να συζητήσετε με τον γιατρό ή τη μαία σας για τις τελευταίες πληροφορίες

Τί είναι η COVID-19;

Η COVID-19 είναι λοίμωξη που προκαλείται από έναν κορωνοϊό, έναν ιό που είναι παρόμοιος με πολλούς από τους ιούς που προκαλούν το κοινό κρυολόγημα. Η διαφορά του έγκειται στο ότι αν και οι περισσότεροι ασθενείς δεν αισθάνονται διαφορετικά από ό,τι αν είχαν απλά ένα κρυολόγημα, ασθενείς με άλλα προβλήματα όπως πνευμονικά προβλήματα ή ενεργό διαβήτη διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αρρωστήσουν βαρύτερα ή να αναπτύξουν σοβαρά προβλήματα από τους πνεύμονες. Οι ασθενείς με COVID-19 τυπικά θα έχουν πυρετό και βήχα ή δύσπνοια. Εάν η λοίμωξη επιδεινωθεί, μπορεί να αναπτυχθούν σοβαρά αναπνευστικά προβλήματα και να χρειαστεί εισαγωγή στο νοσοκομείο ή στη μονάδα εντατικής θεραπείας.

Πώς μεταδίδεται;

Ιός που προκαλεί COVID-19 μεταδίδεται κυρίως μέσω επαφής με κάποιον που είναι μολυσμένος και ασθενής, ή με επαφή με αντικείμενα στα οποία προηγουμένως κάποιο μολυσμένο άτομο ή ασθενής έβηξε ή φταρνίστηκε ή τα άγγιξε. Ο ιός μπορεί να εντοπιστεί στο σάλιο ή στο έκκριμα της ρινικής καταρροής. Ο ιός εισέρχεται στο σώμα μέσω επαφής με το στόμα, τη μύτη ή τα μάτια.

Πώς μπορώ να αποφύγω να πάθω COVID-19?

Ο καλύτερος τρόπος για να αποφύγετε να αρρωστήσετε είναι να πλένετε συχνά τα χέρια όταν έρχεστε σε επαφή με αντικείμενα έξω από το σπίτι σας, καθώς και να αποφεύγετε να αγγίζετε το πρόσωπό σας με τα χέρια σας. Η κοινωνική αποστασιοποίηση (να μένετε τουλάχιστον 2 μέτρα μακριά από άλλα άτομα) και η παραμονή στο σπίτι για όσο το δυνατόν περισσότερο είναι επίσης καλοί τρόποι για να αποφύγετε να αρρωστήσετε. Προκειμένου να αποφευχθεί η μετάδοση ιών σε άλλα άτομα, θα πρέπει να καλύπτετε το στόμα με το εσωτερικό του αγκώνα, και όχι με το χέρι σας, όταν φταρνίζετε ή βήχετε.

Πρέπει να αποφεύγω να πάω στο νοσοκομείο ή να δω τον γιατρό ή τη μαία μου;

Στη διάρκεια της εγκυμοσύνης θα έχετε πολλά ραντεβού με γιατρούς και μαίες. Τα ραντεβού αυτά είναι σημαντικά για την υγεία σας και την υγεία του παιδιού σας, και δεν πρέπει να τα χάνετε πάρα μόνο μετά από συνεννόηση με τον γιατρό ή τη μαία σας. Μερικές επισκέψεις θα μπορούσαν να γίνουν τηλεφωνικά ή με βιντεοκλήση, και ο γιατρός ή η μαία σας θα σας πουν αν αυτή η λύση είναι κατάλληλη για εσάς. Εάν έχετε προβλήματα στην κύηση, πρέπει να επικοινωνείτε με τον γιατρό ή τη μαία σας και να συζητήσετε τον καλύτερο τρόπο φροντίδας σας. Όταν πάτε στην κλινική ή στο

Κορωνοϊός ή COVID-19 και κύηση

Σειρά Πληροφοριών για Ασθενείς – Τι πρέπει να γνωρίζετε, τι πρέπει να ρωτήσετε

νοσοκομείο, να πλένετε τα χέρια σας τακτικά όταν αγγίζετε αντικείμενα, να αποφεύγετε να αγγίζετε το πρόσωπο με τα χέρια σας και να προσπαθείτε να στέκεστε τουλάχιστον 2 μέτρα μακριά από άλλα άτομα στο χώρο αναμονής. Επίσης, θα πρέπει να πλένετε τα χέρια σας φεύγοντας. Εάν έχετε βήχα, φορέστε μάσκα μόλις φτάσετε στην κλινική ή στο νοσοκομείο και ειδοποιήστε κάποιον αμέσως μόλις φτάσετε, ή, ακόμη καλύτερα, πριν φτάσετε, ώστε να μπορέσουν να σας περιμένουν και να προετοιμάσουν καλύτερα τη φροντίδα σας. Εάν είστε άρρωστη με COVID-19 και έχετε ραντεβού για τακτική επίσκεψη, επικοινωνήστε με τον γιατρό ή τη μαία σας για να δείτε αν είναι καλύτερο να κρατήσετε το ραντεβού σας ή να το μεταφέρετε σε άλλη ημερομηνία.

Είναι επικίνδυνο για μένα να αρρωστήσω με COVID-19 στην εγκυμοσύνη μου;

Έχουμε πολύ λίγες πληροφορίες για γυναίκες που αρρώστησαν με COVID-19 στην εγκυμοσύνη τους. Γνωρίζουμε ότι είναι καλύτερο να αποφύγετε να αρρωστήσετε. Ωστόσο, από τις περιορισμένες πληροφορίες που έχουμε, φαίνεται ότι οι έγκυοι δεν αρρωσταίνουν βαρύτερα από τις μη εγκύους συνομήλικές τους. Γυναίκες με άλλα προβλήματα υγείας, και ειδικά προβλήματα από τους πνεύμονες, υπέρταση, διαβήτη ή HIV διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να αρρωστήσουν βαρύτερα. Εάν εσείς ανήκετε σε αυτές τις κατηγορίες, μπορεί να παρακολουθείτε στενότερα από τις άλλες εγκύους εάν διαγνωστείτε με COVID-19. Οι περισσότερες υγιείς έγκυοι που βγαίνουν θετικοί για COVID-19 θα μείνουν και θα πάρουν φροντίδα στο σπίτι, όμως θα πρέπει να τους δει γιατρός γρήγορα εάν τα συμπτώματα αρχίσουν να χειροτερεύουν. Η γρήγορη φροντίδα με την εμφάνιση επιδείνωσης είναι ο καλύτερος τρόπος για να προληφθούν σοβαρά προβλήματα για τη μητέρα ή την κύηση. Οι γιατροί μπορεί να σας συστήσουν να κάνετε ακτινογραφία θώρακος. Πολλές φορές χρειάζεται να δοθεί θεραπεία στις έγκυες που νοσούν σοβαρά. Αν γνωρίζουν ότι είστε έγκυος, θα πάρουν όλες τις απαραίτητες προφυλάξεις και θα το κάνουν με τον πιο ασφαλή τρόπο για σας και το μωρό σας. Οι έγκυοι που αρρωσταίνουν βαριά και χρειάζεται να νοσηλευτούν σε νοσοκομείο διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να μπουν σε τοκετό και πρέπει να παρακολουθούνται στενά για αυτό. Η ακεταμινοφαίνη ή παρακεταμόλη είναι ασφαλή φάρμακα στην κύηση εάν ανεβάσετε πυρετό.

Είναι επικίνδυνο για το παιδί μου να αρρωστήσω με COVID-19 στην εγκυμοσύνη μου;

Έχουμε πολύ λίγα στοιχεία ώστε να γνωρίζουμε εάν ο ιός περνάει από τη μητέρα στο έμβρυο κατά τη διάρκεια της κύησης. Ως τώρα, αιματολογικές εξετάσεις σε 3 νεογνά δείχνουν ότι θα μπορούσαν να έχουν αντιδράσει στον ιό στη διάρκεια της κύησης. Δεν υπάρχουν στοιχεία ότι η COVID-19 αυξάνει τον κίνδυνο συγγενών ανωμαλιών, αν και γνωρίζουμε λίγες μόνο εγκύους που μολύνθηκαν από τον ιό στην πιο επικίνδυνη περίοδο και μετά γέννησαν τα παιδιά τους. Υψηλός πυρετός γύρω στις 4 με 6 εβδομάδες μετά τη σύλληψη μπορεί να συνδέεται με αυξημένο κίνδυνο για προβλήματα από τη σπονδυλική στήλη και τον εγκέφαλο. Αυτό δεν αναφέρεται συγκεκριμένα στην COVID-19 αλλά αφορά σε πυρετό κάθε αιτιολογίας. Ο κίνδυνος παραμένει πολύ χαμηλός. Περίπου 2 στις 1000 γυναίκες με πυρετό στην αρχή της κύησης θα έχουν παιδί με προβλήματα τέτοιου είδους,

Κορωνοϊός ή COVID-19 και κύηση

Σειρά Πληροφοριών για Ασθενείς – Τι πρέπει να γνωρίζετε, τι πρέπει να ρωτήσετε

συγκριτικά με 1 στις 1000 γυναίκες που δεν ανέβασαν πυρετό στην αρχή της κύησης. Για τη διάγνωση τέτοιων προβλημάτων συνιστάται υπερηχογράφημα στις 18-22 εβδομάδες κύησης.

Ο μεγαλύτερος κίνδυνος για το έμβρυο είναι εάν αρρωστήσετε βαριά και γεννήσετε πολύ πριν την πιθανή ημερομηνία τοκετού, ή εάν οι γιατροί ή οι μαίες συστήσουν να γεννήσετε νωρίς επειδή το έμβρυο δυσφορεί λόγω της κατάστασής σας. Όσο πιο κοντά γεννήσετε στην πιθανή ημερομηνία τοκετού, τόσο μικρότεροι είναι οι κίνδυνοι για το παιδί. Εάν έχετε COVID-19 και βρίσκεστε σε τοκετό, το σώμα σας είναι πιθανό ότι δεν θα μπορεί να πάρει τόσο οξυγόνο όσο συνήθως. Αυτό μπορεί να δυσκολέψει το έμβρυο να ανταπεξέλθει στο στρες του τοκετού. Συνιστάται, όποτε είναι δυνατό, να γεννήσετε σε νοσοκομείο όπου το έμβρυο θα μπορεί να παρακολουθείται στενά και συνεχώς και όπου θα μπορεί να γίνει καισαρική τομή αν χρειαστεί. Προς το παρόν δεν υπάρχει λόγος να επιλεγεί καισαρική τομή αντί για φυσιολογικό τοκετό σε μία γυναίκα με COVID-19, εκτός εάν συντρέχουν και άλλοι παράγοντες. Με βάση τα πολύ λίγα στοιχεία που υπάρχουν όταν η μητέρα νοσεί με COVID-19 κατά τον τοκετό, φαίνεται ότι περίπου 1 στα 20 νεογνά θα εμφανίσει στοιχεία λοίμωξης μέσα σε μερικές μέρες από τη γέννηση. Είναι πολύ πιθανό ότι τα παιδιά αυτά απέκτησαν τη λοίμωξη κάποια στιγμή γύρω από τον τοκετό. Γνωρίζουμε τα περισσότερα από 3 παιδιά που χρειάστηκαν θεραπεία αλλά φαίνεται να έχουν αναρρώσει καλά από τη λοίμωξη.

Μερικές μελέτες με παρόμοιους ιούς έδειξαν ότι το έμβρυο μπορεί να μη μεγαλώνει αρκετά καλά μετά από λοίμωξη παρόμοια με την COVID-19. Οι περισσότεροι ειδικοί συνιστούν τουλάχιστον ένα υπερηχογράφημα 2-4 εβδομάδες αφού τελειώσει η λοίμωξη για να διαπιστωθεί ότι το παιδί μεγαλώνει φυσιολογικά. Συνιστάται επίσης να συνεχίσουν να γίνονται υπερηχογραφήματα ανά τουλάχιστον 4 εβδομάδες σε όλη της διάρκεια της κύησης προκειμένου να ελεγχθεί πώς συνεχίζει να μεγαλώνει το παιδί.

Είναι επικίνδυνο για το παιδί να αρρωστήσω με COVID-19 σύντομα μετά τον τοκετό;

Δεν είναι σαφές εάν οι μητέρες με COVID-19 πρέπει να χωρίζονται από το νεογνό ή όχι. Διαφορετικές περιοχές θα λειτουργήσουν διαφορετικά ανάλογα με την τοπική διαθεσιμότητα και την τοπική κατάσταση με την COVID-19. Συχνά συνιστάται να μένετε με το παιδί σας εάν αισθάνεστε καλά. Σε μερικές καταστάσεις μπορεί να απαιτείται να χωρίζετε από το παιδί σας. Ρωτήστε τον γιατρό ή τη μαία σας αν εσείς ανήκετε σε αυτές τις περιπτώσεις. Πρέπει να προσέχετε να μην μεταδώσετε τον ιό στο παιδί σας. Αυτό προλαμβάνεται καλύτερα εάν πλένετε τα χέρια σας πριν αγγίξετε το παιδί, εάν αποφεύγετε να αγγίξετε το πρόσωπό του, εάν αποφεύγετε να βήχετε και να φταρνίζεστε στο παιδί, ή εάν φοράτε μάσκα όταν το φροντίζετε. Όταν δεν φροντίζετε άμεσα το παιδί (π.χ. όσο αυτό κοιμάται), προσπαθήστε να παραμένετε τουλάχιστον 2 μέτρα μακριά του ώστε να ελαττώσετε τον κίνδυνο να το μολύνετε.

Μπορώ να θηλάσω αν έχω COVID-19;

Κορωνοϊός ή COVID-19 και κύηση

Σειρά Πληροφοριών για Ασθενείς – Τι πρέπει να γνωρίζετε, τι πρέπει να ρωτήσετε

Σε λίγες γυναίκες που μολύνθηκαν με τον ιό ελέγχθηκε το γάλα τους και δεν βρέθηκαν ίχνη του ιού σε αυτό. Έτσι, ο θηλασμός φαίνεται ασφαλής ακόμη και αν έχετε COVID-19. Ωστόσο, πρέπει να προσέχετε για να αποφύγετε να μεταδώσετε τον ιό στο παιδί σας. Αυτό προλαμβάνεται καλύτερα εάν πλένετε τα χέρια σας πριν αγγίξετε το παιδί, εάν αποφεύγετε να αγγίξετε το πρόσωπό του, εάν αποφεύγετε να βήχετε και να φταρνίζεστε στο παιδί και εάν φοράτε μάσκα όταν θηλάζετε. Μία άλλη καλή επιλογή είναι να βγάλετε το γάλα με αντλία ή με το χέρι σας και να το δώσει στο παιδί κάποιος που δεν είναι άρρωστος. Εάν αντλήσετε ή εκθλίψετε το γάλα, βεβαιωθείτε προηγουμένως ότι πλύνετε τα χέρια σας

Τί γίνεται αν κάποιος στο σπίτι έχει συμπτώματα COVID-19 αφού γεννηθεί το παιδί μου;

Εάν έχουν μεγάλη συμμετοχή στη φροντίδα του παιδιού, πρέπει να προσέχουν για να μην του μεταδώσουν τη λοίμωξη. Αυτό προλαμβάνεται καλύτερα εάν πλένουν τα χέρια τους πριν αγγίξουν το παιδί, εάν αποφεύγουν να βήχουν και να φταρνίζονται στο παιδί και εάν φορούν μάσκα όταν το φροντίζουν.

Για όλο το διάστημα που δεν χρειάζεται να βρίσκονται κοντά στο παιδί, είναι καλύτερα να απέχουν από αυτό τουλάχιστον 2 μέτρα. Θυμηθείτε να πλένετε τα χέρια σας πριν φροντίσετε το παιδί ακόμη κι η ίδια δεν είστε άρρωστη, καθώς μπορεί να έχετε αγγίξει αντικείμενα στο σπίτι τα οποία έχουν εκτεθεί στον ιό. Επίσης, πρέπει να παραμένετε τουλάχιστον 2 μέτρα μακριά από άτομα που έχουν αρρωστήσει και να πλένετε τα χέρια σας τακτικά ώστε να αποφύγετε να αρρωστήσετε και εσείς. Εάν είχατε ήδη COVID-19, πρόσφατη έρευνα φαίνεται να δείχνει ότι το σώμα σας θα είναι σε θέση να καταπολεμήσει τον ιό χωρίς να αρρωστήσετε και πάλι. Ακόμη κι έτσι όμως, το πλύσιμο το χεριών σας πριν αγγίξετε το παιδί είναι ο καλύτερος τρόπος για να προλάβετε τη μετάδοση του ιού σε αυτό από ένα άτομο που νοσεί ή από ένα αντικείμενο που άγγιξε αυτό το άτομο.

Ερωτήσεις που θα έπρεπε να κάνετε στο γιατρό ή στη μαία σας, καθώς οι κατευθυντήριες οδηγίες διαφέρουν στα διάφορα κράτη και μέρη:

- Εκτέθηκα σε κάποιον με συμπτώματα COVID-19. Πρέπει να ελεγχθώ;
- Έχω συμπτώματα COVID-19. Πρέπει να ελεγχθώ;
- Πρέπει η οικογένειά μου και εγώ να απομονωθούμε στο σπίτι;
- Είχα COVID-19 νωρίτερα στην κύηση. Πότε πρέπει να κάνω υπερηχογράφημα για να ελέγξω την υγεία του παιδιού;
- Πρέπει να χωριστώ από το νεογέννητο παιδί μου για όσο είμαι άρρωστη;

Αποποίηση:

Το περιεχόμενο [αυτού του φυλλαδίου/ του ιστοτόπου μας] διατίθεται για γενική πληροφόρηση μόνο. Δεν προτίθεται να αποτελέσει ιατρική συμβουλή στην οποία θα βασιστείτε. Πρέπει να λάβετε επαγγελματική ή εξειδικευμένη εξατομικευμένη ιατρική συμβουλή σχετικά με την προσωπική σας κατάσταση πριν προχωρήσετε σε, ή απορρίψετε, οποιαδήποτε ενέργεια με βάση τα περιεχόμενα [αυτού του φυλλαδίου/ του ιστοτόπου μας]. Αν και προβαίνουμε σε λογικές ενέργειες ώστε να ανανεώνουμε τις πληροφορίες [του

Κορωνοϊός ή COVID-19 και κύηση

Σειρά Πληροφοριών για Ασθενείς – Τι πρέπει να γνωρίζετε, τι πρέπει να ρωτήσετε

φυλλαδίου/ του ιστοτόπου μας], δεν παρέχουμε διαβεβαιώσεις ή εγγυήσεις, είτε σαφείς είτε εννοούμενες, ότι το περιεχόμενο [αυτού του φυλλαδίου/ του ιστοτόπου μας] είναι ακριβές, πλήρες ή επικαιροποιημένο.

Τελευταία επικαιροποίηση 20 Μαρτίου 2020