

कोरोनावायरस (COVID १९) और गर्भावस्था

रोगी सूचना श्रृंखला - आपको क्या पता होना चाहिए, आपको क्या पूछना चाहिए।

२४ मार्च २०२०: कृपया ध्यान दें - यहाँ दी गयी जानकारी covid १९ संक्रमण से ग्रसित गर्भवती महिलाओं की छोटी संख्या पर आधारित है . हर रोज नयी जानकारी मिलती है . डॉक्टर और नर्स से बात करते रहना हमेशा बेहतर रहता है

covid १९ क्या है

covid १९ एक संक्रमण है जो कोरोना वायरस के कारण होता है . यह वायरस कॉमन कोल्ड के वायरस जैसा होता है . सामान्य व्यक्ति में इसके लक्षण सामान्य जुकाम जैसे रहते हैं लेकिन मधुमेह और फेफड़े की बीमारी से ग्रसित व्यक्ति इस वायरस से गंभीर हालत में पहुँच सकते हैं . covid १९ से आमतौर पर खांसी और बुखार होता है या साँस लेने में तकलीफ होती है . बीमारी ज्यादा गंभीर होने पर साँस लेने में तकलीफ बढ़ जाती है और गहन चिकित्सा इकाई में भर्ती करने की जरूरत पड़ सकती है .

यह कैसे फैलता है ?

वायरस संक्रमित व्यक्ति के संपर्क में आने से फैलता है . यह संक्रमित व्यक्ति के खांसी या छींक से भी फैल सकता है . वायरस लार और नाक से होने वाले स्त्राव में होता है और नाक , मुँह और आँख के द्वारा दूसरे व्यक्ति को संक्रमित कर सकता है

COVID -19 से कैसे बचा जा सकता है ?

अपने घर के बाहर की वस्तुओं के संपर्क में आने के बाद अपने हाथों को नियमित रूप से धोयें और अपने हाथों से अपने चेहरे को छूने से बचायें . यही सबसे अच्छे तरीके हैं . सामाजिक दूरी (दूसरों से २ मीटर या ६ फीट) बनाये रखना और घर के अंदर रहना बचाव का अच्छा तरीका है . दूसरे व्यक्ति पर संक्रमण न फैले , इसलिए खांसते या छींकते समय कोहनी के अंदर वाले भाग से मुँह को ढके .

क्या मुझे हॉस्पिटल जाना चाहिए ?

अगर आपका कोई अपॉइंटमेंट है तो पहले बात कर लेना उचित होगा . बहुत सारी समस्याएं टेलीफोन से बात कर के सुलझाई जा सकती है . अगर आपको हॉस्पिटल जाना पड़े तो कुछ छूने के बाद हाथ को धोये और चेहरे को न छुए . अन्य लोगो से २ मीटर की दूरी पर बैठे . घर आने के पहले और बाद हाँथ धोये . अगर आपको खांसी है तो मास्क पहन कर जाये . अगर आपको कोविड १९ है तो टेलीफोन से अपने अपॉइंटमेंट के बारे में पूछ ले .

क्या गर्भवती महिलाओं में covid १९ संक्रमण खतरनाक है ?

इस विषय में बहुत कम जानकारी उपलब्ध है . बीमार होने से बचना सबसे अच्छा है . इतना पता है की गर्भवती महिलाओं में यह संक्रमण ज्यादा गंभीर नहीं होता है . लेकिन अगर मधुमेह , उच्च रक्तचाप , फेफड़े की बीमारी या hiv संक्रमण पहले से है तो आपके खतरे ज्यादा हो सकते हैं . आपको विशेष देखभाल की जरूरत होगी . स्वस्थ गर्भवती महिलाये घर में आराम कर सकती है लेकिन अगर बीमारी गंभीर रूप ले रही हो तो तुरंत हॉस्पिटल पहुंचना जरूरी है . तत्परता से देखभाल कर के माँ और बच्चे को सुरक्षित रखा जा सकता है . covid १९

कोरोनावायरस (COVID १९) और गर्भावस्था

रोगी सूचना श्रृंखला - आपको क्या पता होना चाहिए, आपको क्या पूछना चाहिए।

के गंभीर संक्रमण के बाद समय से पहले प्रसव का खतरा बढ़ जाता है और इसके लिए सतर्कता जरूरी है .पेरासिटामोल बुखार के लिए सुरक्षित दवा है.

क्या कोविड १९ संक्रमण मेरे गर्भवस्थ शिशु के लिए खतरनाक है ?

गर्भावस्था के दौरान वायरस बच्चे तक नहीं जाता है . कोविड १९ संक्रमण जन्मजात विकृतिओ के खतरे को नहीं बढ़ाता है हालांकि अबतक बहुत कम ऐसी महिलाओ को हम जानते है जो COVID १९ के संक्रमण के बाद गर्भवती हुई है . गर्भ के ४ से ६ हफ्ते के दौरान तेज बुखार होने पर दिमाग और रीढ़ की विकृतिओ का खतरा बढ़ता है ,तक्ररीबन १००० महिलाओ में २ के साथ ऐसा हो सकता है. यह खतरा किसी भी तरह के बुखार से हो सकता है सिर्फ कोविड १९ से ही नहीं . गर्भ के दौरान अल्ट्रासाउंड से ऐसी विकृतिओ का पता किया जा सकता है.

सबसे बड़ा खतरा है समय से पहले प्रसव का ,ऐसा बीमारी के कारन स्वतः हो सकता है या किसी मेडिकल कारन से बच्चे के हित में करना पड़ सकता है. नियत तारीख के जितने नजदीक प्रसव हो उतना अच्छा और सुरक्षित रहता है .

अगर आपको कोविड १९ संक्रमण है और आप प्रसव में है तो आप को ऑक्सीजन की कमी हो सकती है ऐसी स्थिति में बच्चे को भी समस्या हो सकती है . प्रसव हॉस्पिटल में ही कराये जहाँ अच्छी देख भाल हो सकती है और जरूरी होने पर सीजेरियन ऑपरेशन किया जा सकता है. सिर्फ covid19 संक्रमण के कारन सीजेरियन की जरूरत नहीं है .

इसी तरह के वायरस के साथ कुछ अध्ययनो ने सुझाव दिया है की covid 19 जैसे संक्रमण के बाद बच्चे का विकास अवरुद्ध हो सकता है . इसके लिए संक्रमण के २ से ४ हफ्ते बाद अल्ट्रासाउंड जरूरी होता है . शिशु के विकास को देखने के लिए २ से ४ हफ्ते बाद नियमित अल्ट्रासाउंड करना जरूरी माना गया है .

अगर मुझे जन्म देने के तुरंत बाद covid19 संक्रमण हो जाये तो मुझे क्या करना चाहिए ?

यह स्पष्ट नहीं है की covid19 से संक्रमित माताओ को बच्चे से अलग रखना सही है की नहीं .विभिन्न क्षेत्र स्थानीय उपलब्धता और covid19 की स्थानीय स्थिति के आधार पर अलग निर्णय लेंगे . अगर आप ठीक महसूस कर रही हैं तो बच्चे के साथ रहें ,कुछ खास परिस्थितियों में आपको बच्चे से अलग रहना पड़ सकता है . इसके लिए अपने डॉक्टर और नर्स से सलाह ले. बच्चे के चेहरे को न छुए और बच्चे को खांसी और छींक से होने वाले संक्रमण से बचाये . अगर बच्चा सो रहा हो तो २ मीटर की दूरी बना कर रहे .बच्चे को स्पर्श करने से पहले दोनो हाथों को अच्छे से साबुन और पानी से धो लें व अपने चेहरे पर मास्क लगायें.

अगर मुझे covid19 है तो क्या मैं स्तनपान करा सकती हूँ ?

कुछ संक्रमित महिलाओ के दूध के टेस्ट में वायरस नहीं पाया गया .इसलिए बच्चे को स्तनपान करना सुरक्षित है .हाथ को अच्छी तरह धोये और बच्चे के चेहरे को न छुए , बेहतर होगा आप मास्क पहन कर दूध पिलाये .

आप आपने हाथ और पंप से दूध निकालकर रख सकती हैं और किसी अन्य व्यक्ति को दूध पिलाने का काम दे सकती हैं. दूध पिलाने और निकलने के पहले हाथ जरूर धोये .

कोरोनावायरस (COVID १९) और गर्भावस्था

रोगी सूचना श्रृंखला - आपको क्या पता होना चाहिए, आपको क्या पूछना चाहिए।

यदि मेरे बच्चे के जन्म के बाद घर में किसी को covid 19 के लक्षण है तो क्या होगा?

अगर ऐसे लोग बच्चे की देखभाल कर रहे हैं तो उन्हें आवश्यक सावधानी लेना चाहिए . अगर जरूरी नहीं हो तो ऐसे लोग बच्चे से दूरी बनाकर रखें. आप भी ऐसे लोगों से दूरी बनाकर रखें और हाथ नियमित रूप से अच्छे से धोयें . नए रिसर्च से पता चला है की अगर एकबार covid19 का संक्रमण हो गया है तो दुबारा होने पर खतरा कम रहता है , फिर भी बच्चे को छूने के पहले जरूरी सावधानी जरूर बरते.

सवाल जो आप अपने डॉक्टर या मिडवाइफ से पूछ सकते हैं

- मैं covid19 जैसे लक्षणों से पीड़ित व्यक्ति के संपर्क में आई हूँ ,क्या मुझे जाँच करानी चाहिए?
- मुझे covid19 जैसे लक्षण हैं,क्या मुझे जाँच करानी चाहिए ?
- क्या मुझे और परिवार के अन्य सदस्यों को घर में रहना चाहिए?
- मुझे गर्भावस्था के दौरान covid१९ संक्रमण हुआ है,मुझे कब अल्ट्रासाउंड करना चाहिए?
- मैं अगर बीमार हूँ तो क्या मुझे नवजात शिशु से दूर रहना चाहिए?

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