

# فيروس الكورونا أو الكوفيد 19 و الحمل

سلسلة معلومات : ماذا يجب أن تعرف و ماذا يجب أن تسأل.

28 مارس 2020: الرجاء ملاحظة أن المعلومات المقدمة هنا جاءت معتمدة على عدد صغير من النساء الحوامل المصابات بهذا الإنتان, إذ تتواتر المعلومات الجديدة بشكل يومي . لذا ننصحك بالتحدث مع طبيبك أو القابلة للحصول على آخر المعلومات.

## ما هو الكوفيد 19؟

الكوفيد 19 هو إنتان يحدث بفعل فيروس الكورونا, وهو فيروس يشبه العديد من الفيروسات التي تسبب نزلة البرد. غير أن الفرق هنا أنه وبالرغم من أن معظم الناس لن تشعر بشئ مختلف عن نزلة البرد , إلا أن الناس الذين يعانون من مشاكل صحية كأمراض الرئتين والسكري معرضون لتدهور حالتهم الصحية أو الانتهاء باعتلالات رئوية حادة. يشكو مرضى الكورونا عادة من ارتفاع حرارة, سعال أو ضيق في التنفس. قد تتفاقم الأمور ليعاني المريض من مشاكل تنفسية حرجة تستدعي الدخول للمستشفى أو وحدة العناية المركزة.

## ما هي كيفية الانتشار؟

غالبا" ما ينتقل الكوفيد 19 عن طريق الاتصال بشخص مصاب أو ملامسة أشياء سبق أن لمسها أو سعل أو عطس عليها شخص مصاب مؤخرا". إذ يتواجد الفيروس في اللعاب و الإفرازات الأنفية و يدخل الفيروس الجسم بملامسة الفم أو الأنف أو العين.

## كيف يمكنني الوقاية من الإصابة بالكوفيد 19؟

غسل اليدين بانتظام بعد ملامسة الأسطح خارج المنزل و تجنب ملامسة الوجه باليدين هي أفضل الطرق لتجنب المرض. كما أن البقاء في المنزل قدر المستطاع و الحفاظ على التباعد المجتمعي (و ذلك بأن تبقى بعيدا" عن الآخرين بمسافة لا تقل عن مترين) تعد وسائل جيدة لتجنب المرض أيضا". و لتجنب نشر الفيروسات للآخرين فعلى الجميع تغطية أفواههم عند السعال او العطس بباطن المرفق, و ليس باليدين.

## هل يتوجب علي تجنب زيارة المستشفى أو زيارة طبيبي أو القابلة؟

يتوجب على المرأة الحامل زيارة الطبيب أو القابلة مرات عديدة, منها ما هو ضروري لصحة الأم و منها ما هو ضروري لسلامة الجنين, ولا يجب إغفال أي زيارة إلا بعد النقاش مع الطبيب أو القابلة. بعض الزيارات يمكن إجراؤها عن طريق الهاتف بعد استشارة الطبيب.

إذا واجهت مشكلة خلال فترة الحمل فلا تترددي بالاتصال بطبيبك أو القابلة لمناقشة الوسيلة الأفضل للحصول على الرعاية اللازمة. فإذا تطلب ذلك زيارة العيادة أو المستشفى فعليك بغسل يديك بانتظام و تجنب ملامسة وجهك بيدك و حاولي أن تحافظي على مسافة بينك و بين الآخرين في قاعة الانتظار لا تقل عن مترين و اغسلي يديك عند المغادرة.

إذا كنت تعانين من السعال فعليك ارتداء كمامة لحظة دخولك المستشفى أو العيادة , و قومي بإبلاغ الشخص المسؤول بذلك, و الأفضل أن تبلغينهم قبل وصولك ليتمكنوا من الاستعداد لتقديم الرعاية الصحية المناسبة. أما إذا كنت مصابة بالكوفيد 19 و لديك موعد مسبق فعليك الاتصال بطبيبك ليقرر إن كان من الأفضل تأجيل الموعد أو الإبقاء عليه.

# فيروس الكورونا أو الكوفيد 19 و الحمل

سلسلة معلومات : ماذا يجب أن تعرف و ماذا يجب أن تسأل.

## هل هناك خطورة علي كأم إذا أصبت بالكوفيد 19 و أنا حامل؟

يتوفر لدينا معلومات ضئيلة جدا" عن المرأة الحامل المصابة بالكوفيد 19. نعلم أنه من الأفضل تجنب المرض. غير أنه مما يتوفر من معلومات (على قلتها) يبدو أن المرأة الحامل المصابة بالكوفيد 19 لا تتأثر أكثر من المرأة غير الحامل المصابة من نفس العمر. أما النساء اللواتي يعانين من مشاكل صحية كأمراض الرئة، ارتفاع ضغط الدم، السكري، الإيدز، فهن عرضة أكثر لتدهور الحالة الصحية. و عليه ستمت متابعة الحمل عن كثب أكثر إذا تبين إصابتك بالكوفيد 19 و كنت تعانين من أي من الامراض السابق ذكرها. معظم الحوامل اللواتي يظهرن نتيجة إيجابية لفحص الكوفيد 19 يمكن متابعة علاجهن في المنزل و لكن يتوجب معاينتهن بسرعة فور تطور الأعراض. فالتدخل السريع عند تطور الأعراض هو الحل الأمثل لمنع حدوث مضاعفات خطيرة. قد يطلب الأطباء صورة أشعة X , فأحيانا تكون ضرورية جدا" في حال تدهور الحالة الصحية. عندها سيأخذ الاطباء كل الإجراءات الطبية الضرورية للحفاظ على سلامتك و سلامة الجنين. إن الحوامل اللواتي يدخلن المستشفى بسبب تدهور حالتهم الصحية يكن أكثر عرضة للولادة و يجب مراقبة ذلك عن كثب. أدوية الباراسيتامول و الأسيتامينوفين هي أدوية آمنة خلال الحمل و يمكن استخدامها في حال حدوث ارتفاع في حرارة الجسم.

## هل هناك خطورة على الجنين في حال كنت مصابة بالكوفيد 19 و أنا حامل؟

يتوفر لدينا معلومات قليلة جدا" لمعرفة هل الفيروس قادر على الانتقال من الأم إلى الجنين خلال الحمل. حتى الآن هناك 3 أطفال أظهرت تحاليلهم الدموية إمكانية وجود ارتكاس للفيروس لديهم خلال الحمل. و لا توجد علامات تدل على أن الكوفيد 19 يزيد من حدوث التشوهات الخلقية بالرغم من أننا نعلم عن بضع حالات فقط إلى الآن. إن ارتفاع الحرارة حول الأسبوع السادس من الحمل قد يرتبط باعتلالات في الدماغ و الحبل الشوكي. هذه الاعتلالات ليست مرتبطة بالكوفيد 19 بالذات, و لكنها مرتبطة بأي مسبب لارتفاع الحرارة. إلا أن هذه الاحتمالية تعتبر ضئيلة, إذ أن 2 من كل 1000 حامل تتعرض لارتفاع حرارة الجسم في بداية الحمل قد يتعرض جنينها لهذا النوع من المشاكل, في حين أن 1 من كل 1000 حامل لم تشهد ارتفاعا" لدرجة حرارة الجسم في بداية الحمل قد يتعرض جنينها لنفس النوع من المشاكل. لذا, ينصح بإجراء فحص بالالتراساوند بين الأسبوع 18 و 22 للكشف عن هذا النوع من المشاكل.

إن اكبر خطر على الجنين يحدث إذا أصبت و دخلت بولادة مبكرة تلقائيا", أو نصحك الأطباء بالولادة قبل الأوان لأن الطفل في حالة سيئة نتيجة لتدهور وضعك الصحي. كلما كنت أقرب من موعد الولادة المتوقع كان الخطر أقل على الطفل. في حالة الولادة عند المصابات بالكوفيد 19 , قد لا يستطيع الجسم الحصول على الأكسجين كما يفعل عادة, و قد يصعب على الجنين التكيف مع هذا الوضع أثناء الولادة. و عليه ينصح أن تكون الولادة في المستشفى حيث تتوفر مراقبة الجنين باستمرار و عن كثب, كما تتوفر إمكانية إجراء العملية القيصرية إذا استدعى الأمر. حتى الآن, لا يوجد ما يستدعي اعتماد خيار العملية القيصرية كبديل عن الولادة الطبيعية عند إصابة الأم بالكوفيد 19, إلا إذا وجدت مسببات أخرى. حاليا" في ظل المعلومات القليلة المتوفرة, يبدو أن 1 من كل 20 طفل ستظهر عليه علامات الإنتان خلال عدة أيام من الولادة في حال كانت الأم مصابة بالكوفيد 19 عند الولادة. على الأغلب تحدث العدوى لدى هؤلاء الأطفال عند الولادة. المعلومات المتوفرة لدينا حاليا" حول 3 أطفال احتاجوا العلاج و تعافوا بشكل جيد من الإصابة بالكوفيد 19.

تقترح بعض الدراسات على فيروسات مماثلة أن الجنين قد لا ينمو بشكل طبيعي بعد الإصابة بفيروسات مشابهة للكوفيد 19 , و عليه فينصح معظم الخبراء بإجراء كشف بالالتراساوند مرة على الأقل بعد أسبوعين إلى أربعة أسابيع من انتهاء الإنتان للتأكد من أن الجنين ينمو بشكل جيد. كما ينصح بمتابعة الكشف على الجنين كل أربعة أسابيع على الأقل طيلة فترة الحمل لمراقبة نمو الجنين.

# فيروس الكورونا أو الكوفيد 19 و الحمل

سلسلة معلومات : ماذا يجب أن تعرف و ماذا يجب أن تسأل.

## هل هناك خطورة على الطفل إذا أصبت بالكوفيد 19 مباشرة بعد الولادة؟

ليس واضحاً" بعد إذا كان من الضروري المباشرة بين الأم المصابة بالكوفيد 19 و المولود الجديد. ففي مناطق مختلفة من العالم يتم التعامل مع هذا الموضوع حسب الوضع المحلي المتوفر في كل منطقة للتعامل مع كوفيد 19. غالباً" ما يقترح إبقاء الطفل معك إذا كنت بصحة جيدة. و في بعض الأحيان قد يتطلب إبعاد الطفل عنك. عليك سؤال طبيبك ما هو أفضل وضع بالنسبة لك. عليك ان تكوني حذرة من نقل الفيروس لطفلك و أفضل ما يمكنك فعله هو ارتداء الكمامة عند العناية بالطفل, غسل يديك قبل لمس طفلك, تجنب لمس وجه الطفل, تجنب العطس و السعال على الطفل. في أوقات عدم العناية بالطفل (كالنوم مثلاً), حاولي أن تبقي بعيدة عن الطفل لمسافة لا تقل عن مترين, و ذلك لتقليل احتمالية نقل الإبتان للطفل.

## هل يمكنني إرضاع طفلي إذا كنت مصابة بالكوفيد 19؟

تم فحص الحليب من بضع نساء مصابات بالفيروس و لم تتوفر علامات على وجود الفيروس في الحليب. لذا يبدو أن إعطاء الحليب للطفل عملية آمنة إذا كنت مصابة بالكوفيد 19. عليك أن تكوني حذرة من نقل الفيروس لطفلك و أفضل ما يمكنك فعله هو ارتداء الكمامة عند إرضاع الطفل, غسل يديك قبل لمس طفلك, تجنب لمس وجه الطفل, تجنب العطس و السعال على الطفل. كما يعد شطف الحليب أو استخلاصه باليد و إعطائه لشخص آخر غير مصاب لإرضاع الطفل خياراً " جيداً". إذا قمت بشطف الحليب أو استخلاصه باليد, فتأكدتي أن تغسلي يديك جيداً" مسبقاً".

## ماذا أفعل إذا ظهرت أعراض الإصابة بالكوفيد 19 على شخص في البيت بعد ولادة الطفل؟

إذا كان هذا الشخص من الذين يعتنون بالطفل فعليه أن يكون حذراً" من نقل الفيروس للطفل و أفضل ما يمكن فعله هو ارتداء الكمامة عند العناية بالطفل, غسل اليدين قبل لمس الطفل, تجنب لمس وجه الطفل, تجنب العطس و السعال على الطفل. أما إذا كان من غير الضروري أن يكون قريباً" من الطفل, فالأفضل أن يظل بعيداً" عنه مسافة لا تقل عن مترين طوال الوقت. و تذكري غسل يديك قبل العناية بالطفل حتى لو لم تكوني مريضة, فربما تكوني قد لامست أسطحاً" ملوثة بالفيروس داخل المنزل. كما أنه يتوجب عليك الحفاظ على مسافة لا تقل عن مترين بينك و بين أي شخص مريض و استمري في غسل اليدين لتجنب الإصابة. إذا كنت قد أصبت بالكوفيد 19 في السابق, فإن التقارير الحديثة تشير إلى أن الجسم سيكون قادراً" على محاربة الفيروس دون أن تصابي مجدداً". و لكن حتى في هذه الحالة فإن غسل اليدين قبل ملامسة الطفل هو أفضل وسيلة لمنع نقل الفيروس لطفلك من الشخص المصاب أو أي سطح لامسه المصاب.

## أسئلة يجب توجيهها لطبيبك أو للقابلة, و ذلك كون الإرشادات تختلف من مكان لآخر في العالم:

- لقد خالطت شخصاً" تظهر عليه أعراض الكوفيد 19, هل يتوجب عليّ إجراء فحص مخبري؟
- تظهر عليّ أعراض الكوفيد 19, هل يتوجب عليّ إجراء فحص مخبري؟
- هل يتوجب عليّ أن أعزل نفسي أنا و عائلتي في البيت؟
- لقد أصبت بالكوفيد 19 في بداية هذا الحمل, متى يتوجب عليّ أن أجري كشف بالانتراساوند لفحص سلامة الجنين؟
- هل تتوجب المباشرة بيني و بين المولود الجديد إذا كنت مصابة؟

# فيروس الكورونا أو الكوفيد 19 و الحمل

سلسلة معلومات : ماذا يجب أن تعرف و ماذا يجب أن تسأل.

إقرار:

إن محتوى هذه [الورقة / الموقع الإلكتروني] يوفر المعلومات العامة فقط، و ليس المقصود من هذه المعلومات أن ترقى لدرجة النصح الطبي الذي يمكن الاعتماد عليه. إذ يجب الحصول على نصيحة طبية متخصصة و محترفة متعلقة بوضعك الشخصي قبل الأخذ أو الامتناع عن أي فعل بناءً على محتوى هذه [الورقة / الموقع الإلكتروني]. بالرغم من أننا قمنا ببذل كل الجهد لتحديث المعلومات في هذه [الورقة / الموقع الإلكتروني]، فإننا لا نَدعي أو نضمن أو نكفل سواء "ظاهرياً" أو ضمناً" أن محتوى هذه [الورقة / الموقع الإلكتروني] دقيق أو كامل أو حديث.

آخر تحديث في 28 مارس 2020