



كل يوم معلومة طبية
DAILY MEDICAL INFO

الحمل في زمن الكورونا



ماذا أفعل؟

أنا حامل وخائفة على حملي وجنيني من فيروس كورونا..

هل الحامل أكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا؟

حسب المعلومات المتاحة من قبل منظمة الصحة العالمية، لا يوجد أدلة حاسمة حتى الآن تشير إلى أن الحوامل هن من الفئات الأكثر عرضة لفيروس كورونا، ولكن في العموم المناعة في فترة الحمل تكون ضعيفة مما قد يسهل التقاط العدوى بشكل عام والتسبب في التهابات الجهاز التنفسي بشدة.



هل يجب على الحامل إجراء تحليل فيروس كورونا؟

يتحدد ذلك حسب عدة ظروف منها المكان الذي تعيشين فيه، وإن كنتِ محاطة بأشخاص يشتبه في إصابتهم أم لا، أيضا هل تظهر عليك الإصابة بالفيروس أم لا؟ وفي حال توافر هذه الشروط تكون توصيات منظمة الصحة العالمية هنا بأن تكون الأولوية للحوامل لإجراء تحليل فيروس كورونا.



ما هو العلاج الآمن على الحمل في حالة الإصابة بكورونا؟

في الغالب يكون العلاج هنا مشابه لعلاجات أمراض الجهاز التنفسي الأخرى، ويكون من خلال تناول عقار الأسيتامينوفين عند ارتفاع درجة الحرارة إلى 38 درجة مئوية أو أعلى، مع الحفاظ بمد الجسم بالماء والسوائل الكافية ومنخفضة السكر، والالتزام بالراحة

في حال استمرار الأعراض مع مواجهة صعوبة في عملية التنفس، يجب استشارة الطبيب، وانتبهي لا يجب تناول الأدوية من تلقاء نفسك أبداً، ويجب استشارة الطبيب



فيروس كورونا ومخاطره على الجنين

هل جنيني معرض لخطر الإصابة بكورونا؟

لم يبلغ عن أي مشاكل صحية تعرض لها الجنين، أو أن الفيروس قد يكون له تأثير سلبي على عملية النمو عند الطفل.

هل يمكن أن ينتقل فيروس كورونا من الأم للجنين؟

حتى الآن لا توجد معلومات أو أدلة كافية حول انتقال فيروس كورونا للمواليد أو مدى تأثيرهم خلال فترة الحمل، لكن يذكر أيضا أنه تم الإبلاغ عن بعض حالات الولادة المبكرة للأمهات المصابة بالفيروس، بالإضافة إلى إصابة بعض الأطفال بالفيروس بعد ولادتهم.



أنا حامل وأعمل بالرعاية الصحية..

أنا حامل وأعمل بالرعاية الصحية.. بماذا تنصحونني؟

في العموم يجب تقديم كل الدعم للحوامل وخياراتهم فيما يخص عملهن، وهناك بعض النصائح التي يمكن اتباعها حسب في أي أسبوع من الحمل أنتِ

قبل الأسبوع الـ 28 من الحمل وبدون أي مشاكل صحية

- يفضل الالتزام بالعزل الذاتي، لكن يمكنك الاستمرار في العمل مع المرضى.
- في حال اختيار الاستمرار في العمل، يجب الالتزام بالاحتياطات اللازمة كتجنب رعاية ومخالطة المرضى المشتبه في إصابتهم بعدوى الفيروس.
- في حال صعوبة ذلك، يجب عليك الالتزام بسبل الوقاية الشخصية.
- يجب الالتزام بوسائل الوقاية اللازمة في حال العمل في غرف العمليات والأقسام المتعلقة بأمراض الجهاز التنفسي، بسبب ارتفاع الخطر

بعد الأسبوع الـ 28 من الحمل أو في حال كان هناك مشاكل صحية

يختلف الوضع في حال كنت في الثلث الثالث من الحمل، أو كنت تعانين من بعض المشاكل الصحية مثل أمراض القلب أو الرئة، يجب الالتزام بالآتي:

- يوصى بشدة بتجنب الاختلاط المباشر مع المريض، ويجب البقاء في المنزل قدر المستطاع.
- يجب على أصحاب العمل توفير مرونة أكبر للحوامل في الثلث الثالث لتجنب التعامل المباشر مع المرضى.
- تناقشي مع أصحاب العمل لديك حول ظروفك الصحية ووضعتك في الحمل.
- تجنبي التعامل مع أي شخص يشتبه في إصابته بالفيروس ويعاني من الأعراض المعروفة.
- حاولي تقليل الاختلاط بالأشخاص حولك قدر الإمكان



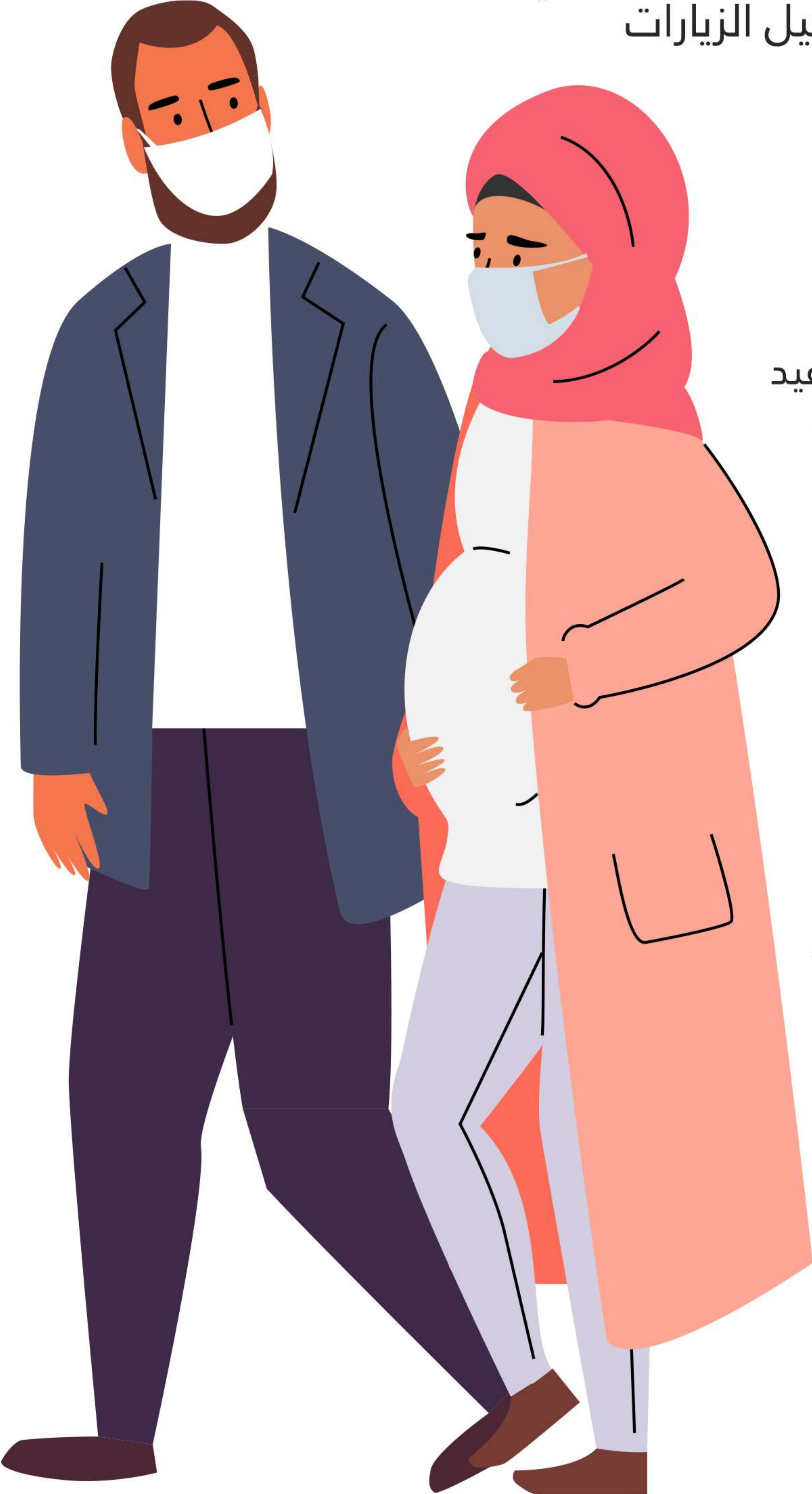
أنا حامل ومصابة بفيروس كورونا..

أنا حامل وتأكد إصابتي بالفيروس.. ماذا يجب أن أفعل؟

في حال ظهرت نتائج التحليل وكانت إيجابية، وكانت الأعراض لديك خفيفة أو متوسطة ينصح بالبقاء في المنزل للتمائل للشفاء، أما في حال كانت الأعراض أكثر حدة يجب الذهاب للمستشفى لتلقي العلاج. يجب عليك أيضا إخبار الفريق القائم على توليدك بالحالة وإنك مصابة بالفيروس، لمعرفة كيفية التعامل الصحيح.

هل يمكنني الذهاب للطبيب لمتابعة حملي؟

نعم من المهم الاستمرار في الذهاب للطبيب طالما كنت في صحة جيدة لمتابعة الحمل وتطوره، وذلك لمنع أي مضاعفات محتملة، أما في حال كان لديك أعراض فيروس كورونا، فيجب عليك الاتصال بطبيبك لتأجيل الزيارات حتى تنتهي فترة العزل.



أحرص على التالي أيضا:

- التواصل باستمرار مع الطبيب، وتعويض المواعيد الملغية والمؤجلة بأخرى في الوقت المناسب.
- يمكن إجراء بعض المواعيد هاتفيا أو من خلال تقنية الفيديو في حال لا يوجد ضرورة لبعض الفحوصات مثل ضغط الدم.. إلخ.
- عند حضور المواعيد المحددة لك، يجب الحضور بالحد الأدنى من الأفراد، مع تجنب إحضار الأطفال، وذلك لتقليل التجمعات ومنع انتشار العدوى.
- يجب الاهتمام بمتابعة وملاحظ حجم بطنك من الأسبوع الـ 26 طالما لم تكوني في فترة العزل الذاتي.
- في حال كان لديك اشتباه في أعراض فيروس كورونا تواصل مع الطبيب هاتفيا لمعرفة الموعد المناسب للحضور والقواعد التي يجب اتباعها للذهاب لعدم نشر العدوى.



ما هي الطريقة الأفضل للولادة في حالة الإصابة بفيروس كورونا؟

سيقوم الطبيب بتحديد الطريقة الأفضل والأنسب لك، ولا يوجد حتى الآن من المعلومات والأدلة ما يذكر أن الولادة القيصرية هي الأفضل، بل الاعتبارات الصحية لديك هي ما يحدد ذلك.

هل سيتم عمل تحليل فيروس كورونا للطفل بعد الولادة؟

في حال كان تم تشخيص إصابتك بفيروس كورونا أو حتى الاشتباه في إصابتك قبل الولادة، سيقوم الطبيب بفحص طفلك، وتحديد إذا كان هناك حاجة للتحليل أم لا، كما سيقدم لك النصائح حول كيفية رعايته



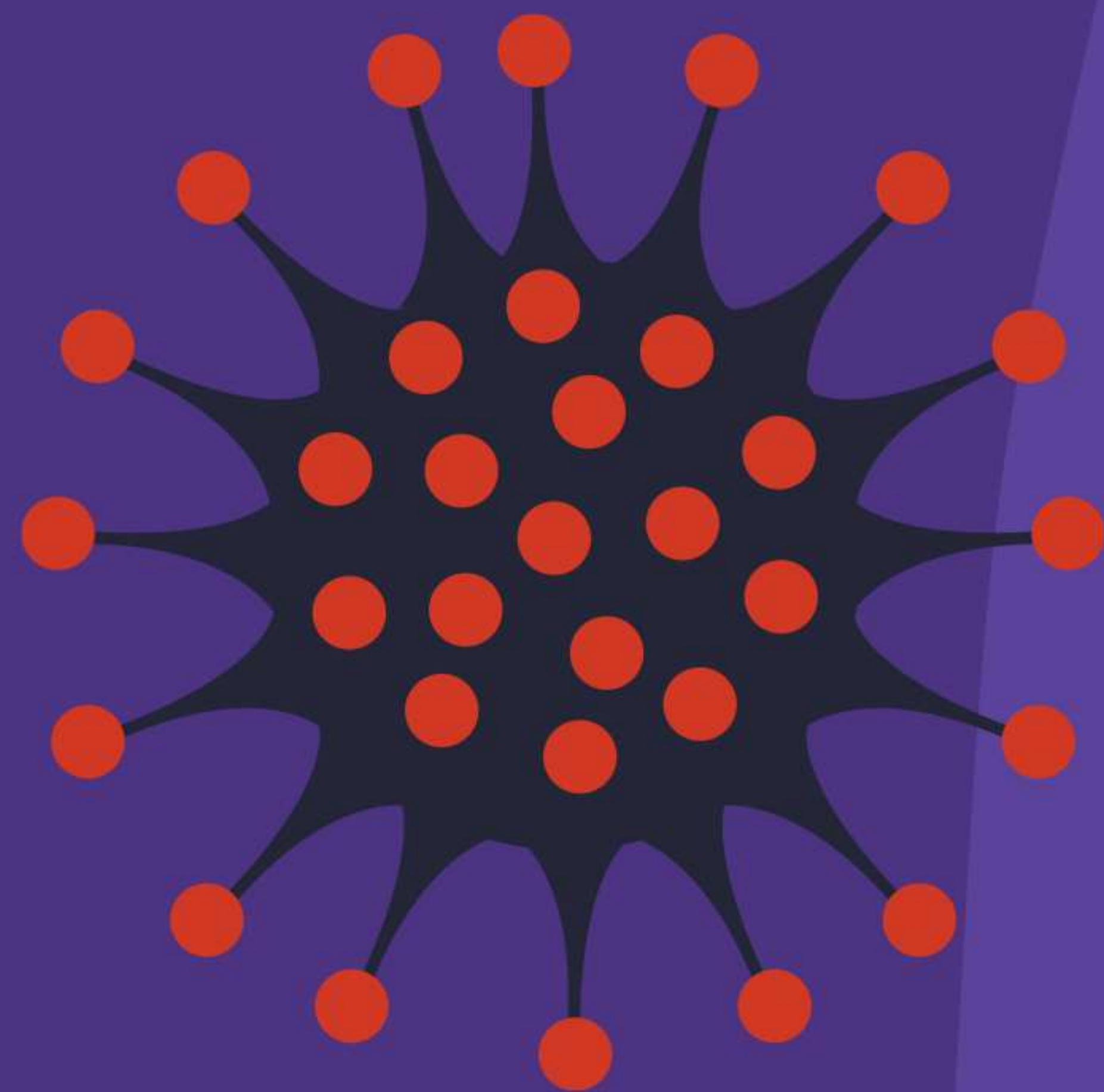
الحجر الصحي للحامل المصابة بفيروس كورونا

ماذا أفعل إذا شعرت بالتعب أو أن جنيني ليس بخير
أثناء العزل؟

في هذه الحالة قومي بالاتصال بطبيبك أولاً، ليقدم لك النصيحة وإن كانت حالتك تستدعي الخروج للذهاب للمشفى أم لا، خاصة أنه ينصح في أوقات العزل بعدم الخروج.
في حال كانت النصيحة هنا الذهاب للمشفى، سيكون هناك بعض الإجراءات الخاصة بالسفر والانتقال والاستقبال في المستشفى تجنباً لنقل العدوى.

ماذا أفعل إذا جاءني المخاض أثناء العزل؟

- قومي بالاتصال فوراً بالطبيب أو المستشفى مع إخبارهم بأنك مصابة بالفيروس أو هناك اشتباه في الإصابة لتوجيهك ونصحك بكيفية التعامل.
- سيقوم الطبيب أو الفريق الطبي في المستشفى بتوجيهك أو توجيه المرافقين لك بطريقة الحضور الأنسب لك، تجنباً لأي مشكلات وعدم نقل العدوى.
- سيتم استقبالك في المدخل، مع منحك قناع (كمامة طبية) لمنع نشر العدوى أو التقاطها.



ماذا بعد الولادة؟

الرضاعة الطبيعية.. هل تنقل الفيروس من الأم للطفل؟

لا يوجد دليل حتى الآن، أن الرضاعة الطبيعية تنقل الفيروس للطفل، بل على العكس الفوائد المعروفة للرضاعة تتفوق على أي مخاطر محتملة للفيروس. المشكلة هنا تتعلق بالاتصال المباشر بين الأم والطفل عند الرضاعة، يمكنك استشارة الطبيب حول الطريقة الأنسب لك ولطفلك لمنع العدوى، مع ضرورة اتباع قواعد النظافة المعروفة مثل:

- غسل اليدين جيدا بالماء والصابون قبل وبعد حمل الطفل أو لمس الثدي أو زجاجة الرضاعة.
- ارتداء الكمامة إن أمكن.
- حاولي تجنب العطس أو الكحة عند حمل أو إرضاع الطفل.

هل يمكنني حمل طفلي إذا كنت مصابة؟

نعم يمكنك ذلك، مع ضرورة اتباع قواعد النظافة التي ذكرناها سابقا عند الرضاعة.



إذا كنت تردين متابعة حملك بانتظام وحساب الموعد
المُتوقع لولادة طفلكِ .. وتشاهدي كيف ينمو الآن
بداخلكِ!

يمكنكِ القيام بذلك من خلال حاسبة الحمل والولادة
من موقع كل يوم معلومة طبية



اضغطي
هنا



كل يوم معلومة طبية
DAILY MEDICAL INFO

3 نصائح لحماية نفسك من فيروس كورونا أثناء الحمل

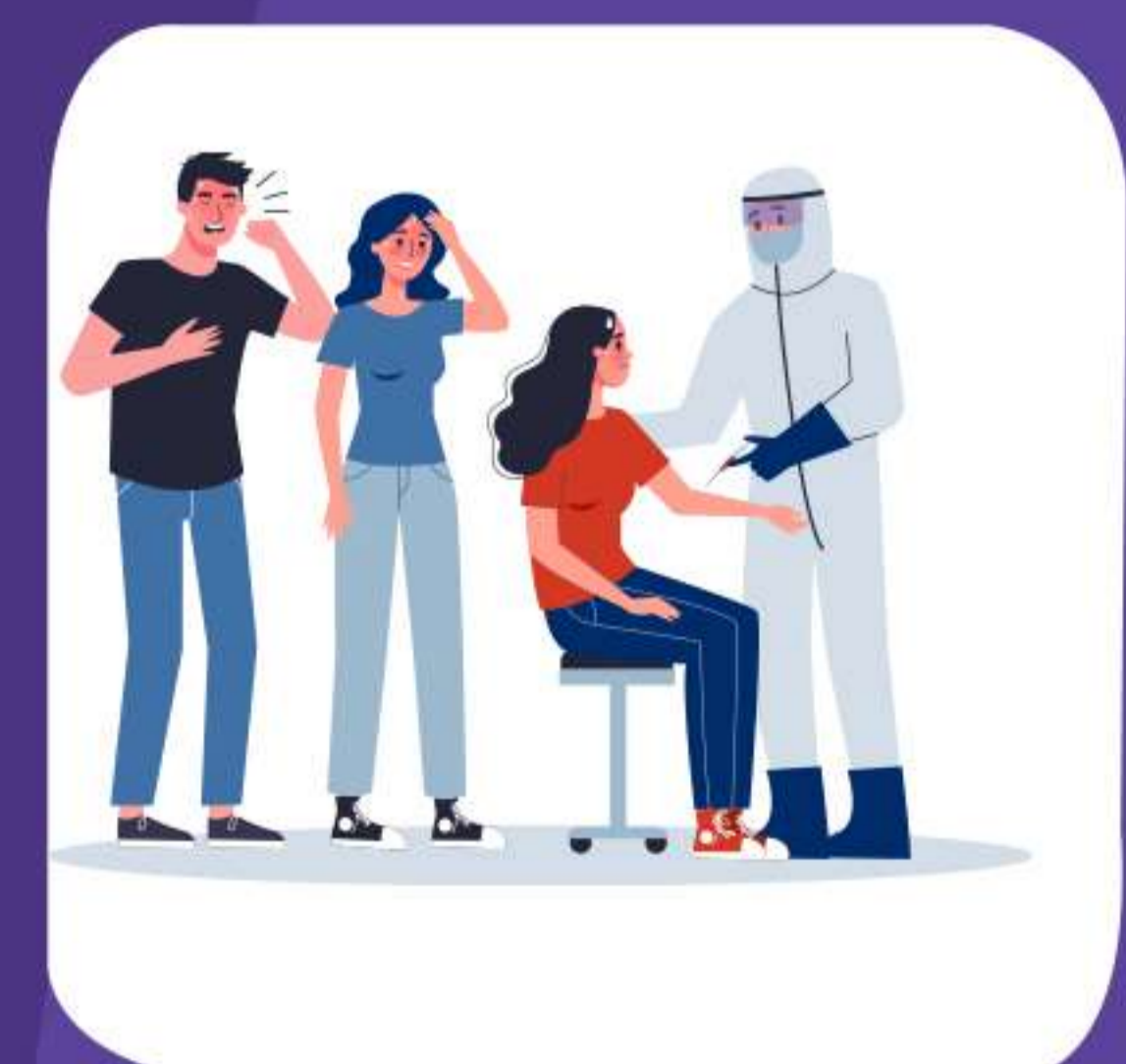
اغسلي يديك بالماء والصابون جيدا لمدة لا تقل عن 20 ثانية أو استخدمي المعقم في حال عدم توفرهما



قومي بتغطية الأنف والفم عند العطس والسعال



ابتعدي عن التجمعات والأشخاص المشتبه بإصابتهم بالفيروس





كل يوم معلومة طبية
DAILY MEDICAL INFO

نصائح للحامل في الحجر الصحي

خليكِ بالبيت واتبعي هذه النصائح:

ابقِي بالمنزل 7 أيام وإن كنت تعيشين مع أشخاص آخرين يجب أن يبقوا 14 يوم على الأقل، لمنع نشر العدوى

7

تجنبي الذهاب إلى الأماكن العامة.



تجنبي استخدام وسائل النقل العامة



امنعِي الزيارات



قومي بتهوية الغرف وافتحي النوافذ



حاولي عزل نفسك عن الآخرين في المنزل في حال وجد اشتباه في الأعراض



استخدمي الأدوات الخاصة بك ولا ينصح بالمشاركة مع الآخرين



عند طلب أي منتجات اطلبي من عمال التوصيل تركها خارجا



لا تهملِي ممارسة بعض الأنشطة في البيت كاليوغا، الانترنت سيساعدك





كل يوم معلومة طبية
DAILY MEDICAL INFO

نصائح لحماية الطفل

حديث الولادة من فيروس كورونا

احمي نفسك لتحمي طفلك وقومي بـ



تجنب العطس
والكحة أثناء حمل
أو إرضاع طفلك



ارتداء الكمامة
أثناء الرضاعة
أو حمل طفلك



الابتعاد عن التجمعات
واحرص على وجود
مسافة 6 أقدام على
الأقل مع الآخرين



غسل اليدين جيدا
بالماء والصابون
قبل وبعد حمل
وإرضاع طفلك



كل يوم معلومة طبية

DAILY MEDICAL INFO

لنقم جميعا بدورنا

