

# کرونا ویروس و بارداری

## دکتر محمد احمدیان

مدیر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس  
دانشگاه علوم پزشکی مشهد



## مینا احدی

رئیس گروه سلامت مادران  
دانشگاه علوم پزشکی مشهد



ویروس جدید کرونا که توسط سازمان جهانی بهداشت کووید ۱۹ نامگذاری شده می‌تواند منجر به بیماری حاد تنفسی شود. این بیماری دارای طیف وسیعی از علائم خفیف تا شدید است، اما در گروه‌های پرخطر ممکن است منجر به مرگ و میر شود. گرچه اطلاعات مربوط به این بیماری هنوز محدود است ولی توجه خاص به زنان باردار با توجه به تغییرات فیزیولوژیک در طی بارداری و بخصوص در مادران باردار مبتلا به بیماری‌های زمینه‌ای لازم به نظر می‌آید. این عفونت ویروسی می‌تواند توسط قطرات تنفسی، سرفه، عطسه یا صحبت کردن منتقل شود. در ضمن

## اهداف آموزشی

### انتظار می‌رود خوانندگان محترم پس از مطالعه:

- مواردی که لازم است به‌روزان و مراقبان سلامت در مراقبت‌های بارداری رعایت کنند شرح دهند.
- توصیه‌های لازم به مادران باردار برای پیشگیری از ابتلا به کرونا را بیان کنند.



تماس با بیماران مبتلا به کرونا و حضور در اماکن پر ازدحام نقش بسیار مهمی در ابتلا به بیماری دارد. در حال حاضر واکسن و درمان مناسب برای کووید ۱۹ شناخته نشده است. تنها راه مقابله با بیماری، پیشگیری از ابتلا و رعایت اصول بهداشت فردی و محیطی است. با توجه به ناشناخته بودن بیماری کووید ۱۹، مطالعات زیادی در مورد احتمال انتقال ویروس از مادر به جنین انجام نشده، اما طبق مطالعات محدودی که انجام شده، خطر انتقال بیماری از مادر به نوزاد بسیار کم است.

با توجه به اهمیت حفظ سلامتی مادران باردار در دوران شیوع کرونا، حداقل مواردی که لازم است به روزان و مراقبان سلامت رعایت کنند به شرح ذیل است:

\* مراقبت‌های دوران بارداری و پس از زایمان مطابق با دستورالعمل‌های وزارت بهداشت برای مادران باردار کم خطر و پرخطر در پایگاه‌های سلامت و خانه‌های بهداشت پیگیری و انجام شود.

\* در این راستا پیگیری مادران باردار پرخطری که برای ادامه دریافت مراقبت‌ها به مراکز مراجعه نداشته‌اند از طریق تلفن یا همکاری داوطلبان و سفیران سلامت و... انجام شده و آموزش‌های لازم به ایشان جهت حفظ سلامت مادر و نوزاد انجام شود.

\* همزمان در هر بار ارایه مراقبت، آموزش‌های لازم به مادران در خصوص راهکارهای پیشگیری از ابتلا به بیماری کرونا و همچنین بررسی علائم بیماری در مادر انجام شود.

\* حفاظت ایمنی ارایه‌دهندگان خدمت و رعایت فاصله حداقل ۱ تا ۱/۵ متر از مراجعان، استفاده از ماسک، شست‌وشوی دست‌ها و... رعایت شود.

\* پس از استفاده از وسایل پزشکی مانند دستگاه فشارخون و... تا حد امکان وسایل تمیز و با الکل ۷۵ درصد به بالا ضدعفونی شود.

\* تأکید به همراه آوردن دماسنج شخصی توسط مراجعان از تجمع مادران باردار در پایگاه سلامت و خانه بهداشت خودداری شود. به این منظور بایستی اقدامات ذیل انجام شود:

**الف:** جداسازی محل انتظار مراقبت گروه هدف

مادران باردار به منظور پیشگیری از تجمع افراد و رعایت فاصله‌گذاری اجتماعی

**ب:** اسامی مادران باردار نیازمند پیگیری مشخص و زمان و ساعت مشخصی برای مراجعه آنان تعیین و از طریق تلفن یا پیامک اطلاع‌رسانی شود.

در صورت تمایل نداشتن مادر به مراجعه جهت دریافت خدمت، باید از ایشان در مورد حرکات جنین / علائم تنفسی یا تب سؤال شده و نتیجه استعلام انجام شده در پرونده الکترونیک ثبت شود.

\* تشکیل گروه‌های مجازی در صورت امکان توسط به روزان و ماماها ارایه‌دهنده خدمت با مادران باردار با هدف تعامل و آموزش و پیگیری مناسب مادران باردار و ارایه راهنمایی‌های مورد نیاز در صورت لزوم

\* از همه مادران باردار مراجعه‌کننده به مراکز سؤال شود که آیا در ۱۴ روز گذشته با فرد مشکوک یا مبتلا به کرونا ویروس در ارتباط بوده‌اند یا خیر؟ و انجام اقدام مناسب برحسب پاسخ

\* لغوبرگزاری کلاس‌های آموزش گروهی جهت مادران باردار تا اطلاع ثانوی

\* با توجه به تأثیر اضطراب و استرس ناشی از بیماری کووید ۱۹ بر افراد آسیب‌پذیر بخصوص مادران باردار که می‌تواند منجر به عوارض روانشناختی و حتی فیزیکی ناخوشایندی در دوران بارداری و پس از زایمان شود، غربالگری سلامت روان مادران باردار و خشونت خانگی در دوران بارداری و پس



- \* وآمدهای غیر ضروری خودداری کنند.
- \* در مکان‌های شلوغ یا هنگام مراجعه به آزمایشگاه یا رادیولوژی حتماً از ماسک و دستکش استفاده کنند.
- \* تا حد امکان از وسایل نقلیه عمومی استفاده نکنند.
- \* در صورت نیاز درجه حرارت بدن خود را با دماسنج اختصاصی خودشان چک کنند.
- \* خواب کافی و تغذیه مناسب داشته باشند و از مصرف غذاهای نیم پز مانند کباب و تخم مرغ عسلی خودداری کنند.
- \* به طور فراوان میوه، آبمیوه طبیعی و مایعات گرم بنوشند.
- \* تحرک مناسب داشته و روزانه بیست تا سی دقیقه در منزل قدم بزنند.
- \* فقط مکمل‌های توصیه شده را بخورند و از مصرف خودسرانه هر گونه دارو بدون مشورت پزشک یا ماما خودداری کنند.
- \* اگر زمان مراقبت‌های بارداری فرارسیده ابتدا تلفنی با پایگاه / خانه بهداشت منطقه خود جهت تعیین نوبت تماس گرفته و سپس حضور پیدا کنند.
- \* در تماس مداوم با کارکنان پایگاه سلامت / خانه بهداشت منطقه مربوط خود باشند و در صورت بروز هر گونه علامت خطر دوران بارداری یا کاهش حرکات جنین به مراکز مربوط مراجعه کنند.
- \* مادرانی که علائم تب، لرز، سرفه، تنگی نفس، درد بدن، اسهال، تهوع، استفراغ، از بین رفتن حس بویایی و چشایی را بروز می‌دهند یا با افراد مبتلا تماس داشته‌اند در اسرع وقت باید با مراکز خدمات جامع سلامت / پایگاه و خانه بهداشت جهت مشاوره تماس بگیرند.
- \* آموزش مناسب به مادران باردار جهت امکان بهره‌مندی از خدمات مشاوره‌ای در تماس با شماره ۴۰۳۰

از زایمان بایستی به شکل جدی پیگیری و انجام شود و ارجاع‌های لازم و پیگیری آن‌ها بر اساس دستورالعمل‌های وزارتی ضروری است.

\* ارایه‌دهندگان خدمت باید علاوه بر راهکارهای پیشگیری از بیماری کرونا، اصول قرنطینه خانگی را در خصوص مادران مبتلای سرپایی یا مادران مبتلای ترخیص شده از بیمارستان بدانند و برحسب نیاز، آموزش‌های لازم را به مادران و خانواده‌های ایشان داده و بر اساس دستورالعمل‌ها پیگیری‌های لازم را انجام دهند.

### اهم توصیه‌های لازم به مادران باردار برای پیشگیری از ابتلا به بیماری کرونا:

- \* آرامش خود را در تمام موقعیت‌ها حفظ کرده و استرس به خود راه ندهند.
- \* از دست دادن، در آغوش گرفتن و روبوسی با دیگران حتی افرادی که به ظاهر سالم هستند خودداری کنند.
- \* به طور مکرر دست‌های خود را با آب و صابون به مدت حداقل ۲۰ ثانیه بشویند.
- \* در خانه بمانند و از حضور در مجامع عمومی و رفت

منابع: دستورالعمل‌های ابلاغی از سوی وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی

به این موضوع امتیاز دهید (۱۰۰ تا ۱۰۰). کد موضوع ۱۰۵۲۵ پیامک ۳۰۰۰۷۲۷۳۱۰۰۱ نحوه امتیازدهی: امتیاز - شماره مقاله. مثال: اگر امتیاز شما ۸۰ باشد (۸۰ - ۱۰۵۲۵)