



اهمیت مراقبت‌های دوران بارداری در دوران همه‌گیری کرونا

فاطمه میرشکاری

کارشناس سلامت مادران معاونت بهداشتی
دانشگاه علوم پزشکی زابل



اهداف آموزشی

امید است خوانندگان محترم پس از مطالعه:

- اهمیت مراقبت‌های دوران بارداری را در تأمین سلامت مادران در دوران کرونا بیان کنند.
- نشانه‌های بیماری کووید را در دوران بارداری توضیح دهند.
- راه‌های پیشگیری از بیماری کووید را شرح دهند.

مقدمه

پروتکل‌های بهداشتی (فاصله گذاری اجتماعی، وسایل حفاظت شخصی و...) کاهش یافته و سایر مراقبت‌ها جهت پیشگیری از حضور در مکان‌های عمومی و احتمال ابتلا به شکل غیرحضور انجام می‌شود. مراقبت‌ها برای مادران پر خطر نیز براساس دستورالعمل‌های سلامت مادران با حفظ شرایط فیزیکی و ضوابط بهداشتی، حضور براساس نوبت دهی و عدم حضور در مراکز با حجم بالای مراجعه کننده، اجرا می‌شود.

شایع‌ترین و مهم‌ترین نشانه‌های بیماری

علائم بیماری در مادران باردار مشابه سایر افراد غیرباردار شامل شروع ناگهانی حداقل سه مورد از علایمی چون تب، سرفه، ضعف عمومی، خستگی مفرط، سردرد، درد عضلانی، گلودرد، آبریزش بینی، تنگی نفس، بی‌اشتهایی، تهوع، استفراغ و اسهال است. همچنین سیر بیماری دارای چهار مرحله است، که شامل مرحله صفر، بی علامت یا قبل بروز، مرحله یک یا ابتدایی عفونت، مرحله دو، فاز تنفسی بوده و مرحله سه نیز فاز التهاب شدید است. خاطر نشان می‌شود نمی‌توان مرز دقیقی بین مراحل مختلف بیماری تصور کرد و همپوشانی ممکن است وجود داشته باشد. از سویی تغییر فاز به ترتیب مراحل نیست و ممکن است فرد از مرحله یک بسرعت و ناگهانی به مرحله پیشرفت برسد.



علائم بیماری در مادران باردار مشابه سایر افراد غیر باردار شامل شروع ناگهانی حداقل سه مورد از علایمی چون تب، سرفه، ضعف عمومی، خستگی مفرط، سردرد، درد عضلانی، گلودرد، آبریزش بینی، تنگی نفس، بی‌اشتهایی، تهوع، استفراغ و اسهال است.

از مهم‌ترین شاخص‌های مهم توسعه در جامعه، شاخص میزان مرگ مادران باردار است و یکی از راهکارهای کاهش آن، مراقبت بموقع و با کفایت در دوران بارداری و پس از زایمان محسوب می‌شود. از طرفی مراقبت‌های دوران بارداری در تمام ابعاد روحی، روانی، اجتماعی، و جسمی مادر و نوزاد مؤثر است. از سال ۲۰۱۹ با توجه به شیوع بیماری کرونا و سرعت انتشار آن در سطح جهان گروه‌های آسیب پذیر جامعه از جمله زنان باردار به علت تغییرات فیزیولوژیک در دوران بارداری در معرض خطر بیشتری قرار دارند به همین دلیل نگرانی‌هایی در مورد عوارض «کرونا ویروس» بر مادر و نوزاد وجود دارد و استرس آن مادران و اطرافیان را تحت تأثیر قرار می‌دهد. بنابراین در درجه اول باید با رعایت نکات بهداشتی از ابتلا آنان پیشگیری شود و در صورت ابتلا نحوه صحیح مراقبت و درمان می‌تواند در سلامت آنان مؤثر باشد.

اهمیت ونحوه مراقبت‌های بارداری در دوران کرونا

بارداری حساس‌ترین دوران زندگی فرد است و آسیب‌های این دوران حتی پس از گذر آن، زندگی مادر و نوزاد را تحت تأثیر قرار می‌دهد. تغییرات فیزیولوژیک در دوران بارداری برای کاهش پاسخ ایمنی حاد و جلوگیری از انتقال به جنین اتفاق می‌افتد. به دلیل تغییرات فیزیولوژیک در سیستم ایمنی و قلبی ریوی طی بارداری، مادران باردار نسبت به سایر زنان بیشتر در معرض بیماری‌های شدید پس از مواجهه با ویروس‌ها به ویژه ویروس‌های تنفسی قرار دارند. بنابراین توصیه می‌شود مادران باردار به شکل منظم تحت مراقبت‌های دوران بارداری قرارگیرند و تعداد مراقبت‌ها در دوران پاندمی کرونا با توجه به ریسک بیماری و طبقه بندی مناطق که شامل سه منطقه قرمز، نارنجی و زرد، متفاوت است. در مناطق قرمز و نارنجی از هشت مراقبت معمول به ۴ مراقبت شامل (مراقبت هفته‌های ۶ تا ۱۰ و ۲۸ تا ۳۰ و ۳۱ تا ۳۴ و ۳۷) و در منطقه زرد به ۵ مراقبت (هفته ۶ تا ۱۰ و ۱۶ تا ۲۰ و ۲۸ تا ۳۰ و ۳۱ تا ۳۴ و ۳۷) به شکل حضوری با رعایت

تشخیص و عوارض

بیماری در مرحله بی علامت در حین بیماریابی و غربالگری افراد بی علامت در مکان‌های تجمیعی فقط با انجام تست آزمایشگاهی پی‌سی آر قابل تشخیص است. در مرحله یک که مرحله خفیف بیماری در نظر گرفته می‌شود تشخیص به شکل علائم خفیف، تب ۳۸ درجه یا بدون سرفه خشک، لرز، سردرد، بی اشتها، از دست دادن حس بویایی و چشایی است. در مرحله دوم علائم به شکل تنگی نفس (احساس درد، فشار در قفسه سینه و...) تب بیش از ۳۸ درجه، درگیری ریوی کمتر از ۵۰ درصد و در مرحله سوم بروز علائم نارسایی تنفسی با وجود اکسیژن درمانی، بروز نشانه‌های شوک و نارسایی چند ارگانی مشهود است.

راه‌های پیشگیری در دوران بارداری

انجام واکسیناسیون مادران باردار مؤثرترین روش پیشگیری است. طبق دستورالعمل کشوری واکسیناسیون مرداد ماه ۱۴۰۰ بی‌خطرترین واکسن در دوران بارداری، پس از زایمان و شیردهی، واکسن سینوفارم است. رعایت پروتکل‌های بهداشتی (فاصله‌گذاری اجتماعی، شست و شوی دست‌ها و...) استفاده از وسایل حفاظت شخصی (پوشیدن ماسک، دستکش و...) عدم حضور در مکان‌های عمومی و پر ازدحام از سایر روش‌های پیشگیری است.

توصیه و آموزش‌های مادران در مورد علائم خطر و زمان ارجاع به بیمارستان در دوران کرونا

علائم خطر شامل تنگی نفس، تاکی پنه، تنفس بیش از ۲۴ بار در دقیقه، تب ۳۸ درجه و بالاتر، درد پایدار قفسه سینه،



پیگیری و ارزیابی تلفنی در ۲۴ ساعت اول و سپس روزهای چهارم، هفتم، دهم و قبل از خروج قرنطینه انجام می‌شود.

نتیجه‌گیری

شیوع بیماری کووید ۱۹ و تعداد موارد مرگ و میر ناشی از آن در سراسر جهان اگرچه تا به امروز فراز و فرود داشته است اما به هر حال هنوز این بیماری ریشه‌کن نشده و در برخی مناطق جهان رو به افزایش است. بنابراین رعایت پروتکل‌ها و انجام مراقبت‌ها باید مانند سایر مردم برای زنان باردار نیز اعمال شود. همچنین باید واکسیناسیون و ایزوله‌سازی مادران و سایر افراد انجام شده و آن‌ها از اطلاعات به‌روز مرتبط با بیماری آگاه شوند. در ضمن تلاش شود که ارایه دهندگان خدمت، نظام ارجاع دهی افراد را به شکل صحیح انجام دهند.

پیشنهادها

پیشنهاد می‌شود با توجه به آسیب‌پذیری مادر و جنین، واکسیناسیون طبق دستورالعمل کشوری انجام و مراقبت‌ها با رعایت موارد بهداشتی برای مادران با حساسیت بیشتری انجام شود.

طبق دستورالعمل کشوری واکسیناسیون مرداد ۱۴۰۰ بی‌خطرترین واکسن در دوران بارداری، پس از زایمان و شیردهی، واکسن سینوفارم است.



سرفه، گیجی، خواب‌آلودگی، اختلال هوشیاری، سیانوز، علائم هشدار مامایی (درد شکم، خونریزی و لکه بینی) از نشانه‌های مهم و هشداردهنده برای سقط و حاملگی خارج رحمی است و در سه ماهه دوم و سوم بارداری خطر زایمان زودرس، افزایش قندخون و فشار خون، جفت سرراهی و جدا شدن زودرس جفت و عفونت ناشی از پارگی کیسه آب و عفونت ادراری وجود دارد. شمارش حرکات جنین از ۲۴ هفته بارداری که در صورت کاهش حرکات جنین بلافاصله مادر به مرکز درمانی و بیمارستان مراجعه کند.

ارزیابی وضعیت مادران باردار در دوران کرونا

مادر طی مراقبت‌های بارداری باید از لحاظ علائم کرونا مورد بررسی قرارگیرد و در صورت داشتن علائم خفیف بیماری، می‌تواند با دریافت مراقبت‌های بهداشتی و آموزش علائم خطر در منزل به شکل سرپایی مراقبت شود ولی در صورت ابتلای مادر به بیماری زمینه‌ای با علائم خفیف یا شدید، باید تحت مراقبت ویژه در بیمارستان قرار گیرد. در مورد مادری که در منزل مراقبت می‌شود پیگیری‌ها توسط کارشناس رابط شامل مراجعه به منزل، بررسی از نظر بروز عوارض علامت جدید یا بدتر شدن علائم، شمارش تعداد تنفس، اندازه‌گیری اکسیژن خون و... الزامی است.

منابع

- دکتر اشرف آل یاسین، دکتر لاله اسلامیان، دکتر نوشین اشراقی و همکاران مجموعه دستورالعمل وزارت بهداشت، راهنمای تشخیص و درمان کووید ۱۹ در بارداری، اسفند ۹۹
- وزارت بهداشت و آموزش پزشکی دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس اداره سلامت، مادران برنامه کشوری مادری ایمن: راهنمای مراقبت‌های ادغام یافته سلامت مادران (ویژه ماما و پزشک)، تجدید نظر چاپ هفتم
- بارداری و زایمان ویلیامز، آخرین ویرایش ۲۰۱۸
- سیمین ریاحی، مدیریت کووید ۱۹ در بارداری و زایمان سال ۱۳۹۹