

COVID-19 (coronavirusul) și sarcina

Există posibilitatea să nu știți sigur cum vă poate afecta COVID-19 pe dvs., bebelușul dvs. și asistența medicală necesară în timpul sarcinii. Această broșură rezumă riscurile infecției cu COVID-19 în timpul sarcinii, recomandările principale care trebuie urmate și ce trebuie să faceți dacă credeți că prezentați simptome de COVID-19.

Riscurile infectării cu COVID-19 în timpul sarcinii

Este posibil ca infecția cu COVID-19 în timpul sarcinii să fie una ușoară, similară gripei – nu există nicio dovadă că sarcina sporește riscul de infecție. Cu toate acestea, studii recente au arătat că atât internările în spital, cât și bolile grave apar mai frecvent în timpul sarcinii (comparativ cu persoanele care nu sunt însărcinate), în special după 28 de săptămâni de sarcină. Dacă faceți parte din rasa asiatică sau neagră sau suferiți de afecțiuni medicale subiacente, aveți, de asemenea, șanse mai ridicate de a dezvolta o boală gravă. Moașa sau medicul obstetrician (medicul care monitorizează sarcina) vor discuta cu dvs. despre riscurile individuale și vă vor planifica îngrijirea în consecință.

Recomandări principale în timpul sarcinii

- Cel mai eficient mod de a vă proteja este vaccinarea.
- Se crede că „noile tulpini” de COVID-19 sunt mai infecțioase și duc la boli mai grave în timpul sarcinii. Din aceste motive, există posibilitatea să doriți să adoptați o abordare mai precaută în ceea ce privește distanțarea socială, măștile de protecție și spălarea pe mâini în cazul în care interacționați cu persoane din afara locuinței dvs. Pentru informații actualizate, accesați <https://www.nhs.uk/conditions/covid-19/how-to-avoid-catching-and-spreading-covid-19/> sau întrebați-vă moașa comunitară.
- Este întotdeauna recomandat să vă spălați pe mâini în mod regulat și puteți alege să purtați măști de protecție atunci când părăsiți domiciliul – asigurați-vă că nasul și gura sunt acoperite.
- Păstrați distanța față de persoane care prezintă simptome de COVID-19.
- Rămâneți activă și hidratată pentru a reduce riscul de apariție a cheagurilor de sânge.
- Adoptați o dietă sănătoasă; luați suplimente de acid folic și vitamina D, conform recomandărilor în timpul sarcinii.
- Prezentați-vă la toate consulturile și ecografiile prenatale, cu excepția cazului în care aveți simptome de COVID-19 sau credeți că ați fost infectată. *Discutați cu moașa dvs. dacă trebuie să reprogramați un consult din motivele de mai sus.*

- Contactați linia de triaj a maternității la 0118 322 7304 dacă aveți motive de îngrijorare referitoare la dvs. sau la bebelușul nenăscut.
- Dacă ați fost anunțată că faceți parte dintr-un grup cu risc ridicat și vi s-a recomandat să vă protejați, **vă rugăm să vă informați moașa comunitară**. Este important să avertizați personalul spitalului despre riscul dvs. crescut dacă sunteți internată în spital.
- Vă recomandăm să vă faceți vaccinul antigripal pentru sezonul rece, cu excepția cazului în care există motive întemeiate să nu vă vaccinați; discutați despre acestea cu medicul dvs. de familie, cu moașa sau cu medicul dvs. obstetrician.

Ce trebuie să faceți dacă credeți că aveți simptome de COVID-19

Dacă credeți că simptomele dvs. sunt ușoare și puteți termina o propoziție fără să faceți o pauză pentru a trage aer în piept, vă rugăm să apelați linia de triaj a maternității la **0118 322 7304**. Moașa de la triaj vă va evalua simptomele și va decide împreună cu dvs. dacă aveți nevoie de o evaluare suplimentară

Dacă aveți dificultăți de respirație, sunați la 111 sau la 999.

Este important să solicitați sfatul medicului cât mai repede posibil dacă aveți motive de îngrijorare legate de dvs. sau de bebelușul nenăscut.

Consulturi la maternitate dacă aveți COVID-19

Nu vă prezentați la consulturile de la maternitate sau la ecografiile dacă aveți sau credeți că ați putea avea COVID-19.

- Pentru a reprograma consulturile cu moașa comunitară, vă rugăm să sunați la 0118 322 8059. Dacă vi se cere să lăsați un mesaj, vă rugăm să faceți acest lucru și echipa de asistență medicală comunitară va reveni cu un telefon a doua zi.
- Dacă urmează să mergeți la spital pentru o ecografie, vă rugăm să sunați la 0118 322 7279. Echipa vă va spune dacă puteți amâna ecografia în condiții de siguranță.

Parteneri de naștere

Dacă partenerul dvs. de naștere are simptome de COVID-19 sau a testat recent pozitiv pentru COVID-19, nu vă va putea ajuta în timpul travaliului sau al șederii în spital. În timpul sarcinii, poate fi util să planificați cine va fi partenerul dvs. de naștere „de rezervă”, dacă este necesar.

Vaccinarea împotriva COVID-19 în timpul sarcinii și în timpul alăptării

Vaccinarea împotriva COVID-19 este sigură și recomandată cu tărie în timpul sarcinii. Acest lucru se datorează faptului că dvs. și bebelușul/bebelușii dvs. sunteți considerați ca prezentând riscuri suplimentare de complicații semnificative la infecția cu COVID-19. Decizia de a vă vaccina în timpul sarcinii este alegerea dvs. Colegiul Regal al Medicilor Obstetricieni și Ginecologi (RCOG) și Colegiul Regal al Moașelor (RCM) au creat o broșură informativă cu privire la beneficiile și

posibilele riscuri ale vaccinării pentru femei și persoane care nasc (puteți găsi la finalul acestei broșuri un link către aceste pagini web); conținutul acestora este rezumat mai jos:

Peste 200.000 de vaccinuri au fost administrate în timpul sarcinii fără nicio problemă de siguranță

Administrarea a două doze de vaccin este aproape 100% eficientă în prevenirea internării în spital cu COVID-19 în timpul sarcinii. Este chiar mai eficientă decât la persoanele care nu sunt însărcinate.

- COVID-19 provoacă nașterea unui făt mort în 1 din 100 de cazuri la persoanele infectate. COVID-19 sporește riscul de naștere prematură de 3 ori. Una din zece persoane au necesitat internare la Terapie Intensivă din cauza infecției cu COVID-19 în timpul sarcinii.
- Vaccinurile nu conțin coronavirus viu sau alte ingrediente care sunt periculoase în timpul sarcinii. Spre deosebire de alte medicamente, vaccinul nu se transferă la bebeluș și nu îi poate afecta dezvoltarea pe termen lung. Vaccinul nu se transferă prin laptele matern. După vaccinare, veți produce anticorpi de protecție împotriva infecției cu Covid care sunt apoi transmiși copilului în timpul alăptării.

Resurse suplimentare referitoare la COVID-19 și sarcină

- Pagina web a Colegiului Regal al Moașelor <https://www.rcm.org.uk/coronavirus-hub/>
- Pagina web a Colegiului Regal al Medicilor Obstetricieni și Ginecologi <https://www.rcog.org.uk/guidance/coronavirus-covid-19-pregnancy-and-women-s-health/>
- Pagina web a NHS: www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/
- Alimentația sănătoasă și suplimentarea cu vitamine în timpul sarcinii: <https://www.rcog.org.uk/globalassets/documents/patients/patient-information-leaflets/pregnancy/pi-healthy-eating-and-vitamin-supplements-in-pregnancy.pdf>
- Întrebări și răspunsuri de la OMS - Vaccinurile împotriva COVID 19 și sarcina: [WHO-2019-nCoV-FAQ-Pregnancy-Vaccines-2022.1-eng.pdf](https://www.who.int/publications/m/item/who-2019-nCoV-FAQ-Pregnancy-Vaccines-2022.1-eng.pdf)
- Resurse pentru hrănirea sugarilor și COVID-19: <https://www.royalberkshire.nhs.uk/patient-information-leaflets/maternity-covid-19-and-infant-feeding-resources.html>www.breastfeedingnetwork.org.uk/coronavirus
- Fișă informativă privind utilizarea vaccinurilor împotriva Covid-19 în timpul sarcinii și alăptării: www.hifn.org/covid-interim

Numere de contact și întrebări

Dacă aveți întrebări sau trebuie să ne contactați, vă rugăm să apelați numărul de mai jos

- Serviciul de triaj al maternității: 0118 322 7304
- Centrul de asistență al maternității: 0118 322 8964 (selectați opțiunea 1)
- Biroul de moașe comunitare: 0118 322 8059
- Serviciul de ecografie al maternității: 0118 322 7279

Pentru a afla mai multe despre Trustul nostru, vizitați www.royalberkshire.nhs.uk

Vă rugăm să ne spuneți dacă aveți nevoie de aceste informații în altă limbă sau în alt format.

S Fleming, medic specialist MW (Maternitate), februarie 2021

Revizuit: Martie 2023

Următoarea revizuire scadentă la: Martie 2023

Strategia și viziunea noastră referitoare la maternitate

„Colaborarea cu femei, cu persoane care nasc și cu familiile lor pentru a oferi o asistență medicală plină de compasiune și susținere, dar și alegeri în cunoștință de cauză; tindem spre egalitate și excelență prin serviciile noastre maternale.”

Puteți consulta
strategia noastră
referitoare la
maternitate aici

