



## НАХОДИТСЯ ЛИ БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА В ГРУППЕ ВЫСОКОГО РИСКА ПО COVID-19?

В настоящее время проводятся исследования, чтобы понять влияние инфекции COVID 19 на беременных женщин. Данные ограничены, но в настоящее время нет доказательств того, что они подвержены более высокому риску тяжелых заболеваний, чем население в целом. Однако из-за изменений в их организме и иммунной системе мы знаем, что некоторые респираторные инфекции могут сильно повлиять на беременных женщин. Поэтому важно, чтобы они приняли меры предосторожности, чтобы защитить себя от COVID-19, и сообщали о возможных симптомах (включая жар, кашель или затрудненное дыхание) своему врачу. ВОЗ будет продолжать анализировать и обновлять свою информацию и рекомендации по мере поступления новых фактических данных.

## Я БЕРЕМЕННАЯ. КАКИМ ОБРАЗОМ Я МОГУ ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ КОРОНОВИРУСА?

Беременные женщины должны принимать те же меры предосторожности, чтобы избежать заражения COVID-19, как и другие люди. Вы можете помочь защитить себя следующим образом:

- ☑ Часто мойте руки спиртосодержащим средством для мытья рук или водой с мылом.
- ☑ Соблюдайте дистанцию между собой и окружающими и избегайте посещения людных мест.
- ☑ Избегайте прикосновения к глазам, носу и рту.
- ☑ Поддерживайте практику гигиены органов дыхания. Для этого вам необходимо закрывать рот и нос согнутым локтем или тканью, когда вы кашляете или чихаете. Затем немедленно утилизируйте использованную ткань.
- ☑ Если у вас жар, кашель или затрудненное дыхание, немедленно обратитесь за медицинской помощью. Позвоните, прежде чем идти в медицинское учреждение, и следуйте указаниям местного органа здравоохранения.
- ☑ Беременные женщины и женщины, которые недавно родили, включая тех, кто пострадал от COVID-19, должны посещать их обычные приемы.

## ДОЛЖНА ЛИ БЕРЕМЕННАЯ ЖЕНЩИНА ПРОЙТИ ТЕСТИРОВАНИЕ НА COVID-19?

Протоколы тестирования и соответствие требованиям зависят от того региона, где вы живете. Тем не менее, рекомендации ВОЗ гласят, что беременные женщины с симптомами COVID-19 должны быть приоритетными для тестирования. Если у них есть COVID-19, им может потребоваться специализированный уход.

## МОЖЕТ ЛИ COVID-19 ПЕРЕДАВАТЬСЯ ОТ ИНФИЦИРОВАННОЙ ЖЕНЩИНЫ ПЛОДУ ИЛИ НОВОРОЖДЕННОМУ РЕБЕНКУ?

Мы до сих пор не знаем, может ли беременная женщина с COVID-19 передать вирус своему плоду или ребенку во время беременности или родов. На сегодняшний день вирус не обнаружен в образцах амниотической жидкости или грудного молока.



### **КАКАЯ ПОМОЩЬ ДОЛЖНА БЫТЬ ДОСТУПНА ВО ВРЕМЯ БЕРЕМЕННОСТИ И РОДОВ?**

Все беременные женщины, в том числе с подтвержденными или подозреваемыми инфекциями COVID-19, имеют право на высококачественную помощь до, во время и после родов. Это включает дородовую, в родах, послеродовую помощь, оказание помощи новорожденному, психологическую поддержку. Безопасный и позитивный опыт родов включает в себя:

- Четкое общение с персоналом родовспомогательного учреждения;
- Подходящие методы обезболивания;
- Мобильность в родах, где это возможно.

Если COVID-19 подозревается или подтверждается, работники здравоохранения должны принять все необходимые меры предосторожности, чтобы снизить риск заражения для себя и других, включая гигиену рук, и надлежащее использование защитной одежды, такой как перчатки, халат и медицинская маска.

### **НУЖНО ЛИ БЕРЕМЕННЫМ ЖЕНЩИНАМ С ПОДОЗРЕНИЕМ ИЛИ ПОДТВЕРЖДЕНИЕМ COVID-19 РОЖАТЬ С ПОМОЩЬЮ КЕСАРЕВА СЕЧЕНИЯ?**

Нет. Рекомендация ВОЗ заключается в том, что кесарево сечение должно выполняться только с медицинской точки зрения.

Способ рождения должен быть индивидуальным и основываться на акушерских показаниях.

### **МОЖНО ЛИ КОРМИТЬ ГРУДЬЮ ЖЕНЩИНАМ С ВИРУСОМ COVID-19?**

Да. Женщины с COVID-19 могут кормить грудью, если они этого хотят и оформлено информированное согласие. При кормлении грудью:

- Соблюдайте дыхательную гигиену во время кормления, надевайте хирургическую маску;
- Мойте руки до и после прикосновения к ребенку;
- Регулярно очищайте и дезинфицируйте поверхности, к которым они прикоснулись.

### **МОГУ ЛИ Я УХАЖИВАТЬ ЗА МОИМ НОВОРОЖДЕННЫМ РЕБЕНКОМ И ДЕРЖАТЬ ЕГО, ЕСЛИ У МЕНЯ ЕСТЬ КОВИД-19?**

Да. Для этого необходимо: оформить информированное согласие, постоянно носить хирургическую маску, тщательно мыть руки, устанавливать колыбель новорожденного ребенка на расстоянии 2 м от головы матери, ввести запрет на посещения родственников и друзей, необходимо исключить в течение 14 дней после рождения ребенка контакт "кожа-к-коже" по методу кенгуру.

### **У МЕНЯ ЕСТЬ COVID-19, И Я СЛИШКОМ ПЛОХО СЕБЯ ЧУВСТВУЮ, ЧТОБЫ КОРМИТЬ РЕБЕНКА ГРУДЬЮ НАПРЯМУЮ. ЧТО Я МОГУ СДЕЛАТЬ?**

Если вы слишком плохо себя чувствуете, чтобы кормить своего ребенка грудью из-за COVID-19 или других осложнений, вам следует оказать поддержку, чтобы безопасно обеспечить вашего ребенка грудным молоком возможным, доступным и приемлемым для вас способом. Например, сцеживание молока. Сцеживание молока лучше проводить с помощью специального чистого ручного или электрического отсоса, прошедшего предварительную очистку перед каждым сцеживанием. Перед тем как прикасаться к бутылочкам, соскам и всем компонентам молокоотсоса, а также после каждого использования, мать всегда должна тщательно мыть руки.