

Коронавирус и бременност

Статия на Royal College of Obstetricians and Gynaecologists, Royal College of Midwives and Royal College of Paediatrics and Child Health, в сътрудничество с Royal College of Anaesthetists, the Obstetric Anaesthetists' Association, Public Health England и Health Protection Scotland.

В допълнение към „[Коронавирус \(COVID-19\) инфекция и бременност - насоки за здравните специалисти: Версия 5 - 28 март 2020 г.](#)“ от 28 март 2020 г. и „[Професионални здравни съвети към работодатели и бременни жени по време на пандемията COVID-19 - 26 март 2020 г.](#)“, публикувани на 26 март 2020 г.

Препоръки към всички бременни жени

Какъв ефект има COVID-19 върху бременните жени?

Резултатите към момента показват, че бременните жени не се разболяват по-сериозно са в сравнение с други здрави възрастни хора при инфекция с COVID-19. Очаква се голямата част от бременните да изпитват само лека или умерена симптоматика на настинка/грип.

По-тежките симптоми и усложнения като пневмония се наблюдават по-често при по-възрастни хора, тези с отслабена имунна система или хронични заболявания. Засега няма доказателства, че бременните жени с COVID-19 са изложени на по-голям риск от сериозни усложнения, отколкото всички останали хора в добро общо здравословно състояние.

Ако смятате, че имате симптоми на COVID-19, трябва незабавно да се свържете по телефона с вашия личен лекар, с гинеколога, който проследява бременността ви или с национален номер 112. Ако развиете по-тежки симптоми или възстановяването ви се забави, това може да е знак, че развивате по-сериозна белодробна инфекция, която изисква специализирана грижа.

Какъв ефект има COVID-19 върху бебето, ако майката бъде диагностицирана с инфекцията?

Тъй като това е съвсем нов вирус, лекарите навсякъде по света тепърва започват да го изучават. Към момента няма доказателства, които да предполагат повишен риск от спонтанен аборт.

Първоначалните доклади от Китай не показват данни за преминаване на вируса от майката към бебето по време на бременност или раждане (т.нар. „вертикално предаване“). На 26 март обаче беше публикувана нова информация: в един случай от Ухан има по-сериозни доказателства за вертикалното предаване на инфекцията от майката на бебето. Това очевидно изисква по-нататъшно разследване и научната общност по света внимателно следи всички представени доказателства. Важно е да се подчертае, че при всички съобщени случаи на новородени, които са развили COVID-19 много скоро след раждането, бебетата вече са здрави и заболяването е протекло относително леко.

Предвид наличните към момента факти и доказателства, се смята за малко вероятно, ако майката е с COVID-19, това да причини проблеми с развитието на бебето.

Някои бебета, родени от жени със симптоми на COVID-19 в Китай, са се родили преждевременно. Не е ясно дали коронавирусът е причинил преждевременното раждане или родоразрешението е направено по медицински причини, за да се запази здравето на майката.

Великобритания провежда наблюдение в реално време на всички жени, които развиват COVID-19 по време на бременността и техните новородени бебета. Информацията от настоящата публикация ще бъде актуализирана своевременно при получаване на нови данни и промяна в доказателствата.

Какво мога да направя, за да намаля риска от инфекция с COVID-19?

Най-важното нещо, което трябва да направите, е да следвате ръководството на Националния кризисен щаб и здравните служби. За бременни жени и останалата част от техните домакинства това включва:

- Редовно мийте ръцете си със сапун.
- Използвайте еднократни салфетки, когато вие или някой в семейството киха или кашля. Изхвърляйте салфетките веднага след употреба и след това веднага измийте ръцете си.
- Избягвайте контакт с някой, който проявява симптоми на коронавирус. Тези симптоми включват висока температура и/или кашлица.
- Избягвайте използване на обществения транспорт, когато е възможно.
- Работете от дома си, ако това е възможно.
- Избягвайте струпване на хора в обществени пространства.
- Избягвайте събирания с приятели и семейство. Поддържайте връзка с близките си чрез телефон, интернет и социални медии.
- Използвайте телефонни или online услуги, за да се свържете с личния си лекар.

Защо бременните жени са в уязвима група

Бременните жени са поставени в уязвима група. Това означава, че бременните жени трябва да намалят социалния контакт чрез мерки за социално дистанциране.

Въз основа на данните и доказателствата, които имаме досега, не се наблюдава бременните жени да са по-склонни да се заразят с COVID-19 от останалата част на населението. При част от жените бременността може да промени начина, по който тялото се справя с тежки вирусни инфекции. Това е нещо, което медицинските специалисти знаят от много години и са свикнали да се справят. Засега няма доказателства, че бременните жени с COVID-19 са изложени на по-голям риск от сериозни усложнения, отколкото всички други пациенти в добро общо здравословно състояние.

Основният мотив за поставянето на бременните жени в уязвима група е предпазливостта. Знаем, че някои вирусни инфекции протичат по-тежко при бременни жени. В момента няма данни, че това е така за коронавирусната инфекция, но наличният брой доказателства все още е доста ограничен.

Какво трябва да направя сега, ако съм бременна?

Като предпазна мярка трябва да следвате съветите на Националния кризисен щаб и здравните служби относно социалното дистанциране; стойте настрана от обществени места и избягвайте всеки, който има симптоми, предполагащи коронавирус.

Ако сте в третия си триместър (след 28 гестационна седмица), трябва да бъдете особено внимателни към социалната дистанция и да сведете до минимум всеки контакт с други хора.

Трябва ли да посещавам прегледите в женска консултация?

Да. Наистина е важно да продължите да посещавате планираните си рутинни прегледи, когато се чувствате добре и нямате изявена симптоматика на COVID-19.

Рутинните прегледи по време на бременността са от съществено значение и са разработвани в продължение на много години за намаляване на усложненията при майките и бебетата. Ако пропуснете важни прегледи, излагате на риск вас и вашето бебе.

Ако сте добре, би трябвало да можете да посещавате прегледите в „Женска консултация“. Ако имате симптоми на възможна инфекция с коронавирус, трябва да се свържете с лекаря, проследяващ вашата бременност, и незабавно да отложите рутинните посещения до края на изолационния период.

В този момент е особено важно да знаете, че вие и вашият лекуващ лекар сте един екип. Необходимо е разбиране и от двете страни. Ако сте имали анулиран или забавен час за преглед, свържете се по телефона с лекуващия лекар.

Необходими прегледи:

1. 11-13 седмица и 6 дни:

- извършва се ранна фетална морфология (оценка на маркерите за наличие на генетични заболявания) и се взима кръв за ранен БХС (биохимичен скрининг). Получава се резултат, който определя риска от генетични заболявания на плода.
- Оценка на сърдечната дейност на плода.
- Оценка на съответствието на гестационната възраст на плода по последен редовен мензис (ПРМ) и УЗД за точно определяне на термина на раждане.
- Оценка на бременността по отношение на плода (едноплодна, двуплодна и т.н.).
- Оценка на разположението на бременността (извънматочна, вътрематочна, целвикална, рогова).
- Оценка на състоянието на маточната шийка – дължина.
- Взимане на цитонамазка.
- Доплерово изследване на плода (ductus venosus) и на маточните артерии (скрининг за прееклампсия).
- Оценка на плацентата – разположение, дебелина, отношение към вътрешния отвор на цервикалния канал, маточна стена (търсене на патологично прикрепване).
- Наличие на други процеси в малкия таз – миоми, кисти.
- Вземане на първи параклинични изследвания – ПКК, кръвна група, кръвна захар, HIV, Wasserman, HbsAg (в бъдеще може да се включи и изследване на COVID-19).

2. 21-23 седмица:

- фетална морфология – цялостна и пълна оценка на развитието на плода, неговите органи и системи и неговите придатъци (плацента и околоплодна течност).
- Търсене на морфологични дефекти и отклонения от нормалното развитие на плода и ако има такива – определяне на тяхното значение за бременността.
- Оценка на плацентата – разположение, дебелина, отношение към маточната шийка.

- Оценка на околоплодната течност и оценка на нейното количество.
- Измерване на маточната шийка – скрининг за преждевременно раждане.
- Доплерово изследване на пъпната артерия и на маточните съдове.
- Извършване на повторни кръвни изследвания и Rh антитела, ако майката е Rh(-) отр.

3. 30-32 седмица

- Късна фетална молфология
- Оценка на морфологичното развитие на плода и най-вече на централната нервна система (ЦНС), феталния растеж, количеството на околоплодна течност, плацента.
- Търсене на признаци за ретардация на плода.
- Доплерово изследване на феталните и маточните съдове.
- Селектиране на бременностите на ниско и високо рискови по отношение на феталния растеж.

4. 36-38 седмица

- Една или по-добре две визити
- Мониторно проследяване на детските сърдечни тонове на плода (NST).
- Оценка на състоянието на плода, разположението му в матката, неговата големина.
- Оценка на общото състояние на жената, съпътстващи заболявания, минали заболявания, измерване на кръвно налягане.
- Извършване на изследвания – ПКК, кръвна захар, урина, влагалищен секрет.
- Търсене на признаци на анемия, гестационен диабет, белтък в урината.
- Определяне поведение за раждане – нормално раждане или Цезарово сечение.

5. 38 седмица

- NST
- Оценка на състоянието на плода.
- Извършване на гинекологичен преглед и определяне на PS (състояние на маточната шийка, разширение, положение на предлежаща част).
- Потвърждаване или корекция на поведението за раждане, определено при предишната консултация. (Този преглед не е задължителен, но е препоръчителен).

Следните практически съвети могат да ви бъдат полезни:

- Ако имате рутинен преглед през следващите дни, моля, свържете се по телефона с отделениято по женска консултация, където следите своята бременност или с вашия лекуващ лекар. Вашият час може да е отменен или да подлежи на промяна във връзка с въведените противоепидемични мерки.

- Някои прегледи, които не предвиждат специфични изследвания (като фетална морфология, биохимичен скрининг и др.) могат да се проведат по телефона или чрез видеоконферентна връзка.
- Ако имате някакви притеснения, свържете се със своя лекуващ лекар по телефона. Моля, имайте предвид, осъществяването на връзката може да отнеме повече време.
- Ако имате симптоми, характерни за COVID-19, незабавно се свържете по телефона със своя лекуващ лекар. Не тръгвайте към болница, защото така ще изложите други хора на зараза.
- При преглед трябва да носите лични предпазни средства (маска, ръкавици) и да не бъдете придружавана от ваш близък. Други лица освен пациентите не се допускат в болница.

Какво влияние ще има COVID-19 върху бременността ми?

Здравните служби предприемат всички възможни мерки за безопасността на бременните жени, за осигуряване на безопасно раждане и грижи за новородените в условията на пандемия.

Определя ли се методът на родоразрешение от пандемията на коронавируса?

Ние разбираме, че настоящата ситуация е особено стресираща и тревожна, ако сте бременна и трябва да родите през следващите месеци. Родилните отделения навсякъде работят денонощно. Цялата здравна система е засегната от пандемията, но родилните отделения и болниците правят всичко възможно, за да функционират безопасно за пациентите и медицинския персонал и да предоставят спешна помощ, когато е необходимо.

Може ли бащата на детето да присъства по време на раждането?

Не. Предвид ситуация не се разрешава присъствие на бащата по време на раждане – нещо, което в обичайни ситуации силно стимулираме. Всяка болница взема индивидуално решение за вътрешните правила по време на пандемията.

Традиционните изписвания на бебе с присъствие на близки не се препоръчват и е желателно присъствие само на бащата.

Какво да направя, ако мисля, че съм заразена с COVID-19?

Ако сте бременна и имате висока температура и/или продължителна кашлица трябва да останете вкъщи. Не тръгвайте към аптека, лекарски кабинет или болница. Незабавно се свържете със своя личен лекар, с лекуващия гинеколог или с национален телефон 112. Нямаме нужда да се тествате за коронавирус. В момента само хора с тежки симптоми, които изискват приемане в болница, ще бъдат тествани по медицински предписания.

Ако състоянието ви се влоши, симптомите ви продължат повече от 7 дни или настъпи промяна в състоянието ви, незабавно се свържете със своя личен лекар, с лекуващия гинеколог или с национален телефон 112.

Как да се изследвам за COVID-19?

Протоколите и процесът за диагностициране на коронавирусна инфекция се променят бързо. Към настоящия момент ще бъдат тествани само хора с тежки симптоми, които се нуждаят от поне една нощ прием в болница, и по лекарско предписание.

Ако се нуждаете от тест, ще бъдете тествани по същия начин като всеки друг, независимо от факта, че сте бременна.

Какво да направя, ако имам положителен тест за COVID-19?

Ако имате положителен тест за коронавирус, трябва да се свържете с вашия лекуващ лекар или с „Женската консултация“, която досега сте посещавали, за да ги информирате за диагнозата си. Ако нямате симптоми или имате леки симптоми, ще бъдете посъветвани да се възстановите у дома. Ако имате по-тежки симптоми лекари ще преценят дали да ви насочат към хоспитализация.

Ако започнете да раждате, трябва незабавно да се свържете с национален телефон 112, да съобщите че сте бременна, предстои ви раждане и имате положителен тест за COVID-

19 и ще бъдете транспортирана до АГ отделение, което е подготвено за вашето приемане.

Препоръките за раждане на Световната здравна организация към момента гласят, че раждането трябва да се извърши чрез цезарово сечение, ако има акушерски индикации за това. При липса на такива, раждането може да завърши при нормален механизъм, но за момента практиката показва, че по-голямата част от ражданията са завършили с цезарово сечение.

Защо е важна самоизолацията (социалната изолация)?

Изолацията е важна, за да предпазите себе си, вашето дете и всички хора, с които имате контакт.

Мога ли да предам коронавируса на бебето си?

Тъй като това е нов вирус, има ограничени доказателства и данни за бременни жени с COVID-19 и за родилки с коронавирусна инфекция. Малък брой бебета са диагностицирани с коронавирус малко след раждането, така че има вероятност инфекцията да е настъпила в утробата, но не е сигурно дали предаването е било преди или скоро след раждането. Лекарите поддържат строги мерки за контрол на инфекциите по време на вашето раждане и ще следят отблизо здравословното състояние на родилките и новородените.

Ще бъде ли изследвано бебето за COVID-19 след раждането?

Ако имате коронавирус или съмнения за инфекция, когато бебето се роди, неонатолозите ще прегледат новороденото, ще ви посъветват как да се грижите за него и ще вземат решение дали то се нуждае от тест или не.

Ще мога ли да остана с бебето си/да осъществя контакт „кожа до кожа“, ако подозирам или имам положителен тест за COVID-19?

Да, ако това е вашето желание. При условие, че бебето ви е добре и не се нуждае от грижи в неонатологично отделение, ще останете заедно след като сте родили.

В някои страни се препоръчва при положителна проба за COVID-19 майките да бъдат изолирани в продължение на 14 дни, но това има потенциални отрицателни ефекти върху храненето на бебето и изграждането на връзка с майката.

Ще мога ли да кърмя бебето си, ако имам съмнения или потвърден тест за COVID-19?

Да. Няма данни, показващи, че вирусът може да се пренася чрез кърмата, а добре познатите ползи от кърменето надвишават всички потенциални рискове от предаване на коронавируса през кърмата.

Основният риск се поражда от близкия контакт между вас и вашето бебе, тъй като ако кашляте или кихате, това може да съдържа капчици, които са заразени с вируса, което води до заразяване на бебето след раждането.

Когато вие или някой друг храни бебето, се препоръчват следните предпазни мерки:

- Измийте ръцете си, преди да докоснете бебето, помпата за гърди или шишетата за мляко.
- Опитайте се да избегнете кашлица или кихане върху бебето си, докато кърмите.
- Носете маска за лице, докато кърмите.
- Следвайте препоръките за почистване на помпата след всяка употреба.

Ако решите да храните бебето си с адаптирано мляко, посъветвайте се със вашия педиатър относно избора на мляко.