

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

آنچه زنان باید دربارهٔ تشنگی و ناویروس
بر بارداری، شیردهی و زایمان بدانند

گردآوری و تألیف:

ناهید جعفری

(کارشناس مامایی)

(کارشناس ارشد فناوری اطلاعات پزشکی)

سرشناسه	: جعفری، ناهید، ۱۳۴۸ -
عنوان و نام پدیدآور	: آنچه زنان باید درباره تاثیر کروناویروس بر بارداری، شیردهی و زایمان بدانند/گردآوری و تالیف ناهید جعفری.
مشخصات نشر	: تهران : گروه آموزشی مدرس : سنجش و دانش، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	: ۱۳۴ ص: مصور (رنگی)، جدول.
شابک	: ۹۷۸-۶۲۲-۲۱۶۵۴۱-۳
وضعیت فهرست نویسی	: فیفا
یادداشت	: کتابنامه.
موضوع	: کروناویروس ها -- پیشگیری
موضوع	: Coronaviruses -- Prevention
موضوع	: بیماری‌های ویروسی در بارداری
موضوع	: Virus diseases in pregnancy
رده بندی کنگره	: ۳۹۹QP
رده بندی دیویی	: ۲۵۶/۵۰
شماره کتابشناسی ملی	: ۳۰۱۶۷

سنجش و دانش

www.sanjeshodanesh.ir
sanjeshodanesh@iran.ir

عنوان: آنچه زنان باید درباره تاثیر کروناویروس بر بارداری، شیردهی و زایمان بدانند

گردآوری و تالیف ناهید جعفری

ناشر: انتشارات سنجش و دانش

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹

صفحه آرائی: مهدیه مخبری

قطع و تیراژ: وزیری ۵۰ نسخه

«کلیه حقوق برای مؤلف محفوظ است»

بهاء: ۳۰۰۰۰۰ ریال

چاپ و نشر: تهران، ملارد، مارلیک، بلوار هفت تیر، مجتمع تجاری اداری امیر، آکادمی تخصصی دکتری

مرکز پخش: تهران، خیابان انقلاب، خیابان دانشگاه، پلاک ۱۲۶

تلفن تماس: ۰۲۱-۶۵۱۴۰۰۲۷

فهرست مطالب

صفحه	عنوان
۱	پیشگفتار
۳	فصل اول: مقدمه
۴	بیماری کرونا ویروس - ۲۰۱۹ (کووید-۱۹) چیست؟
۴	نحوه انتشار بیماری کووید-۱۹
۵	علائم بیماری کووید-۱۹
۶	تظاهرات بالینی بیماری کووید-۱۹
۶	دوره نهفتگی
۶	تظاهرات بالینی
۷	انتقال عفونت در دوره بدون علامت و پیش از شروع علائم بیماری
۷	دوره بالینی
۹	تشخیص بیماری کووید-۱۹
۱۱	مدیریت و درمان بالینی
۱۱	تحقیقات درمانی
۱۲	توصیه های عمومی برای پیشگیری از بیماری کووید-۱۹
۱۳	فصل دوم: مراقبت از زنان باردار در طول همه گیری جهانی کرونا ویروس
۱۴	اطلاعات کلی برای مادران باردار درمورد بیماری کروناویروس-۲۰۱۹
۱۵	حفظ سلامت روحی مادر باردار در طول همه گیری کووید-۱۹
۱۶	تأثیر کرونا ویروس بر زنان باردار
۱۸	تأثیر کورونا ویروس بر جنین و نوزاد
۲۰	راهکار های پیشگیری از ابتلا به بیماری کووید-۱۹
۲۱	توصیه های کلی برای زنان باردار در سه ماهه اول
۲۲	توصیه های کلی برای زنان باردار در صورت تب و احتمال ابتلا به کووید-۱۹
۲۳	توصیه های کلی برای زنان باردار در صورت تشخیص قطعی کووید-۱۹
۲۳	توصیه های سفر برای زنان باردار در طول همه گیری بیماری، کووید-۱۹
۲۶	توصیه های کلی برای زنانی که اخیراً زایمان کرده اند
۲۷	مراقبت های دوران بارداری در طول همه گیری کروناویروس-۲۰۱۹
۳۰	انتخاب نوع زایمان و همراه زایمان در طول همه گیری کرونا ویروس-۲۰۱۹
۳۰	تأثیر همه گیری کروناویروس-۲۰۱۹ بر انتخاب نوع زایمان

تأثیر همه گیری کروناویروس ۲۰۱۹ بر حضور "ماما همراه" بر بالین مادر	۳۱
مراقبت از سایر فرزندان هنگام مراجعه به بیمارستان برای زایمان	۳۴
خانمهای باردار مشکوک یا مبتلا به عفونت کروناویروس ۲۰۱۹	۳۵
زنان مشکوک یا مبتلا به عفونت کووید-۱۹ که اخیراً زایمان داشته اند	۴۱
انتقال بیماری کروناویروس ۲۰۱۹ به نوزاد	۴۱
انجام آزمایش کروناویروسی ۲۰۱۹ برای نوزاد	۴۲
حضور نوزاد در کنار مادر مبتلا یا مشکوک به کووید-۱۹	۴۲
شیر دادن به نوزاد در مادران مشکوک یا مبتلا به کووید-۱۹	۴۳
راهنمایی بهداشت حرفه ای برای زنان باردار شاغل	۴۴
زنان بارداری که در شغلی فعالیت دارند که ارباب رجوع زیادی دارند	۴۵
زنان بارداری که در شغل دستی دانی فعالیت دارند	۴۶
زنان بارداری که همسران آن در شغلی فعالیت دارند که ارباب رجوع زیادی دارند	۴۷
اقدامات پیشگیرانه لازم برای جلوگیری از انتقال به کروناویروس ۲۰۱۹ در صورت ادامه حضور در محیط کار	۴۷
اقدامات پیشگیرانه لازم برای جلوگیری از انتقال افراد به کروناویروس ۲۰۱۹ توسط کارفرما	۴۹
نتیجه اقدامات انجام شده برای کاهش شیوع بیماری در جامعه	۵۰
پرداختن به نابرابری ها در اقلیت های نژادی و قومی	۵۱
فصل سوم: مراقبت پس از زایمان و شیردهی	۵۲
انتقال از مادر مبتلا به کووید-۱۹ به نوزاد	۵۳
شیردهی مادر مبتلا به بیماری کووید-۱۹	۵۴
توصیه های بهداشتی تغذیه با شیر مادر در مادر مبتلا به کووید-۱۹	۵۸
تغذیه با شیر مادر در بخش مراقبت های ویژه نوزادان (NICU)	۵۸
نحوه تمیز نگه داشتن شیردوش و ملزومات ضروری شیردهی	۶۰
نحوه ذخیره و نگهداری شیرمادر	۶۱
ضد عفونی کننده های مورد استفاده در برابر ویروس ایجاد کووید-۱۹	۶۹
فصل چهارم: مراقبت از نوزادان در طول همه گیری کرونا ویروس ۲۰۱۹	۷۰
ارزیابی و ملاحظات مدیریتی برای نوزادان در معرض خطر بیماری کووید-۱۹	۷۱
انتقال از مادر مبتلا به کووید-۱۹ به نوزاد	۷۱
مسیر انتقال	۷۲
تظاهرات بالینی و شدت بیماری	۷۲
توصیه های آزمایش	۷۳

۷۳.....	آزمایش توصیه شده
۷۳.....	موارد نیاز به انجام آزمایش
۷۴.....	پیشگیری و کنترل عفونت
۷۴.....	تماس مادر / نوزاد
۷۷.....	فصل پنجم: پیشگیری و کنترل عفونت در بخش های بیمارستانی مراقبت های مامایی
۷۸.....	اطلاعات عمومی در مورد مواجهه افراد باردار با کووید-۱۹
۷۸.....	پیشگیری از انواع عفونت در بخش های مراقبت های مامایی
۷۹.....	ملاحظات خاص از بیمارستان
۷۹.....	ملاحظات در طول بستری
۸۰.....	ملاحظات مربوط به کودکان و نوجوانان
۸۱.....	ترخیص بیماران
۸۱.....	ملاحظات مربوط به بخش های ستر
۸۳.....	فصل ششم: سلامت روان در طول همه گیری بیماری کرونا ویروس -۲۰۱۹
۸۴.....	توجه به سلامت روانی همه افراد جامعه
۸۵.....	توجه به سلامت روان مادر باردار
۸۵.....	مقابله با وسواس فکری دوره بارداری و زایمان (Maternal OCD) طول بیماری همه گیر کووید-۱۹
۸۶.....	راهنمایی فعلی برای جمعیت عمومی مبتلا به وسواس فکری
۸۶.....	چشم انداز بالینی چگونگی مدیریت وسواس فکری دوره بارداری در طی همه گیری همه گیر کووید-۱۹
۸۷.....	زنان و خانواده های در معرض بحران یا دارای علائم پیشرونده کووید-۱۹
۹۰.....	فصل هفتم: پیشگیری از بارداری در طول همه گیری بیماری کرونا ویروس -۲۰۱۹
۹۱.....	پیشگیری از بارداری موثر در حین شیوع کووید-۱۹
۹۳.....	فصل هشتم: فاصله گذاری فیزیکی
۹۴.....	فاصله اجتماعی چیست؟
۹۵.....	نکاتی درباره فاصله گذاری اجتماعی
۹۶.....	حفاظت از افرادی که در کنار هم زندگی می کنند
۹۹.....	زندگی در مسکن مشترک
۱۰۱.....	کسب اطلاعات صحیح
۱۰۲.....	فصل نهم: قرنطینه خانگی
۱۰۳.....	توصیه و پیام های اصلی در مورد قرنطینه خانگی
۱۰۴.....	اهمیت ماندن در خانه

۱۰۶.....	در قرنطینه خانگی ، چه کنیم؟
۱۰۷.....	کاهش شیوع عفونت در خانه
۱۰۹.....	آنچه می توانید برای کمک به بهبود خودتان انجام دهید
۱۱۰.....	در هنگام ماندن در خانه به دنبال سلامتی خود باشید
۱۱۱.....	پایان دادن به قرنطینه
۱۱۴.....	فصل دهم: استفاده از ماسک
۱۱۷.....	برخی از قوانین ماسک:
۱۱۸.....	توصیه های عمومی
۱۱۹.....	فصل یازدهم: نهالات رایج
۱۲۰.....	بارداری
۱۲۴.....	شیردهی
۱۳۱.....	منابع:

پیشگفتار

بیماری کرونا ویروس -۲۰۱۹ (کووید-۱۹) بیماری جدیدی است که بر ریه ها و تنفس تأثیر می گذارد و در اثر کرونا ویروس جدید ایجاد می شود. سازمان بهداشت جهانی (WHO) در ۳۰ ژانویه ۲۰۲۰ شیوع بیماری کووید-۱۹ را اضطراری بین المللی و در یازدهم مارس ۲۰۲۰ یک بیماری همه گیر جهانی اعلام کرد.

این بیماری همه گیر باعث ایجاد اختلال اجتماعی و اقتصادی در جهان شده است، از جمله منجر به تعطیل یا لغو مراسم ورزشی، مذهبی، سیاسی و فرهنگی گردیده و این وضعیت هم اکنون نیز ادامه دارد بطوری که شائبه لغو مسابقات المپیک و نشست سالانه سازمان ملل نیز به کسب برسد. مدارس، دانشگاه ها و کالج ها در کلیه کشورها به صورت ملی یا محلی بسته شده اند. این موضوع تقریباً ۹۸.۶ درصد از جمعیت دانشجویی جهان را تحت تأثیر قرار داده است. از تأثیرات اقتصادی آن می توان به کمبود لوازم بهداشتی و ایمنی فردی از جمله ماسک و سایر تجهیزات محافظت فردی در سراسر جهان اشاره نمود که کمبود عرضه گسترده آنها با خرید بیشتر و ذخیره توسط افراد تشدید می شود و بسیاری از کارخانجات دارویی را به تولید این اقلام واداشته است.

از تأثیرات اجتماعی آن می توان به لغو مراسم ها و تجمعات حزبی، دورهمی های خانوادگی و دوستانه و نیز حضور بیشتر در منزل اشاره نمود. حضور در منزل در برخی موارد آسیب های روحی روانی و درجاتی از خشونت خانگی را به همراه داشته است. همچنین مواردی از خشونت و تبعیض علیه مردم چین و کسانی که تصور می شود از مناطقی با میزان آلودگی بالا هستند، در جامعه رخ داده است.

طبق گفته سازمان بهداشت جهانی، هم اکنون هیچ واکسنی در دسترس نیست و درمان ضد ویروسی خاصی برای کووید-۱۹ وجود ندارد. مدیریت بیماری شامل درمان علائم، مراقبتهای حمایتی و قرنطینه است.

سازمان جهانی بهداشت در روز شانزدهم مارس ۲۰۲۰ زنان حامله را در مورد کووید-۱۹ بنا بر احتیاط در گروه آسیب پذیر قرار داد. براساس شواهد و مدارکی که تاکنون وجود دارد،