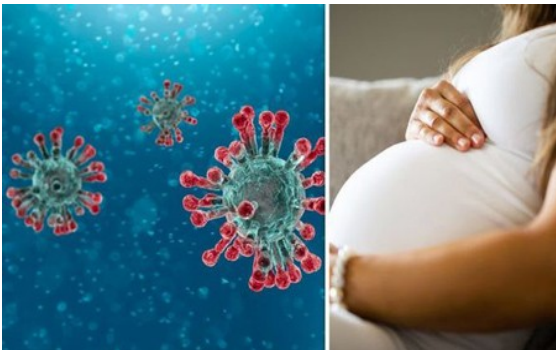




پدانش نامه‌ی سلامت

آموزش به بیمار و خانواده
مرکز آموزشی پژوهشی و درمانی قائم (عج)

مادر باردار که دچار عفونت تنفسی (آنفلانزا- ویروس COVID19) است، چگونه از خود مراقبت کند؟



با رویکرد مراقبت از خود و آموزش به مادر

تاریخ ویرایش: دی ۹۹
تاریخ بازنگری: دی ۱۴۰۱
کد بازنگری: ۰۰۲



منابع:

*مرکز مدیریت بیماری‌ها، وزارت بهداشت، درمان و آموزش پزشکی: فلوجارت تشخیص و درمان بیماری در سطوح ارائه خدمات سرپایی و بستری COVID19 در سطوح ارائه خدمات سرپایی و بستری.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/inpatient-obstetric-healthcare-guidance.html>, last reviewed: February 18th, 2020



- ۶-دستان خود را کاملا با آب و صابون به ویژه پس از سرفه و عطسه بمدت ۳۰-۲۰ ثانیه بشویید. قبل از شستن دست‌ها، آنها را به چشم، بینی و دهان خود نزدیک.
- ۷-از دستمال یک بار مصرف در هنگام سرفه و عطسه استفاده و بطور مناسب جمع آوری و دفع گردد.
- ۸-مادران باردار هنگام انجام تصویربرداری و سونوگرافی باید از ماسک استفاده کند
- ۹- از خوردن غذاهای فست‌فود و خارج از خانه خودداری کنید.

در صورت بروز مجدد علائم و نشانه‌ها حتما به مراکز درمانی مراجعه شود

اگر یکی از اعضای خانواده علائم حاد تنفسی مانند: تب و سرفه- گلودرد و تنفس دشوار را تجربه کرد بلافاصله به تیم بهداشت شهرستان یا دانشگاه اطلاع دهید



۲. استفاده از درمانها باید براساس سنجش سود و زیان درمان و بی خطر بودن برای جنین و مفید بودن بالقوه برای سلامت مادر انجام شود

(با کسب مشورت از متخصص زنان و کمیته اخلاق دانشگاه)



۳- در مکان هایی مانند مترو که فاصله افراد از هم کم است و احتمال قرار گرفتن در معرض قطرات تنفسی حاصل از عطسه و سرفه، زیاد می باشد استفاده از ماسک توصیه می گردد.

از ماسک فقط برای یک بار و تا زمانی که مرطوب نشده می توان

استفاده کرد.

۴- تردد در اماکن شلوغ و در بسته مانند سینما، رستوران، مترو، تجمعات و... که تهویه خوبی ندارند ممنوع است.

۵- ماندگاری این ویروس چند روز است و امکان انتقال از آن از سطوح آلوده، اسکناس، تلفن و هر وسیله دیگری که ممکن است آلوده به ویروس شده باشد وجود دارد.

بهترین و ساده ترین راه پیشگیری از کرونا شستشوی مکرر دست

ها با آب و صابون می باشد.

چه مواردی را باید جهت کاهش انتقال کرونا ویروس مادر باردار رعایت کند؟



* شستن مکرر دستها

* پرهیز از روبوسی و دست دادن

* خودداری از حضور در خارج از خانه

* تماسهای غیر ضروری باید توسط زنان باردار کاهش یابد.

احتمال سرایت ویروس کرونا در زنان باردار در زمان حضور در جامعه و ارتباط با افراد دیگر بیشتر از زنان غیر باردار است.

توصیه هایی که لازم است یک مادر باردار بداند:

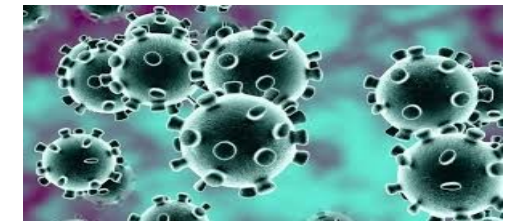
۱- مادر باردار مشکوک به ابتلا به ویروس کرونا جدید ۲۰۱۹ یا موارد قطعی دارای عفونت تایید شده، باید مطابق درمان های سایر افراد تحت درمان حمایتی قرار گیرند



مادر گرامی این برکه شامل نکاتی در رابطه با مادر باردار و عفونتهای تنفسی می باشد. لطفا با دقت مطالعه بفرمایید.

مقدمه:

۳۱ دسامبر ۲۰۱۹ عفونت تنفسی شدید در شهر وهان (Wuhan) چین گزارش شد. در حال حاضر این ویروس به اختصار n Cov-۲۰۱۹ یا کووید ۱۹ نام گذاری موقت نموده اند.



انتقال کرونا ویروس (COVID19) به مادر باردار:

عفونت های ویروسی تنفسی مثل انفلوانزا - ویروس کرونا، زنان باردار را در معرض خطر بیماری شدیدتر، قرار می دهد. عوارض و مرگ و میر بالاتر در مقایسه با سایرین دارا می باشند.

انتقال COVID19 از طریق شیر مادر یا از طریق جفت غیر ممکن است. ویروس در شیر مادر یافت نمی شود.

انتقال فرد به فرد شبیه به سایر عوامل بیماری زای تنفسی ، عمدتاً از طریق قطرات تنفسی ایجاد می شود که در سرفه یا عطسه فرد مبتلا وجود دارد.