



וירוס הקורונה (COVID-19) והריון: מה עליך לדעת, ומה עליך לשאול?

"ונשמרתם מאד לנפשתיכם....." (דברים, ד' ט"ו)

מוגש כשירות לציבור ע"י פרופ' שמחה יגל ופרופ' רוני מימון
בשם האיגוד הישראלי למיילדות וגינקולוגיה

בשיתוף המועצה הלאומית לנשים, נאונטולוגיה וגנטיקה המועצה הלאומית לבריאות האישה

המידע המופיע כאן מבוסס על מספר מצומצם של נשים הרות הסובלות מנגיף זה. מידע חדש מתפרסם מדי יום. אנו ממליצים לך לשוחח עם הרופא או המיילדת שלך על מנת לקבל את המידע המעודכן ביותר.

מהו נגיף הקורונה (COVID-19)?

הקורונה, הינו נגיף (וירוס) אשר עלול לגרום למחלה זיהומית. הנגיף דומה לרבים מהנגיפים הגורמים לתסמינים כגון חום, שיעול והצטננות. נגיף הקורונה פוגע קשה יותר באנשים עם מחלות רקע כגון: מחלות ריאה או סוכרת. אצל חולים אלו קיים סיכון גבוה להחמרת התסמינים כגון במיוחד: בעיות נשימה משמעותיות שיצריכו אשפוז בבית החולים או ביחידה לטיפול נמרץ.

איך מתפשט נגיף הקורונה?

נגיף הקורונה (COVID-19), מתפשט לרוב על ידי קרבה ומגע עם נוזלי גוף: מהפה, מהאף או מהעיניים. נוזלים אלה המגיעים מאדם שנדבק בנגיף מתפזרים באמצעות רסיסי שיעול, נזלת או עיטוש (פיזור טיפתי) או במגע עם חפצים וגורמים להעברת הנגיף.

כיצד אוכל להימנע מהדבקות מנגיף הקורונה (COVID-19):

שטיפת ידיים באופן קבוע לאחר מגע עם חפצים מחוץ לבית, והימנעות מלגעת עם הידיים בפנים, הן הדרכים הטובות ביותר למנוע הדבקות. מומלץ במרחב הציבורי לחבוש מסכה המכסה את הפנים והאף. חבישת מסיכה תמנע את העברת רסיסי הליחה מאדם חולה ותמנע ספיגתם ע"י אדם בריא והדבקותו בנגיף. התרחקות חברתית (שהייה במרחק של 2 מטר לפחות מאחרים) ושהייה בבית ככל האפשר, הן הדרכים הטובות ביותר למנוע הדבקות. על מנת למנוע העברת הנגיף לאחרים, צריך להתעטש או להשתעל לקפל הזרוע (החלק הפנימי של המרפק) ולא לידיים.



האם עלי להימנע מלהגיע לבית החולים או למרפאה לתור עם הרופא שלי?

במהלך ההיריון, תזדקקי למעקבים תכופים החשובים מאוד לבריאותך ולבריאות העובר ולפיכך, מומלץ לא לדלג על תור אלא להתייעץ עם הרופא המטפל. ייתכן וניתן לקיים חלק מהמעקבים באמצעות שיחת טלפון, שיחה או התכתבות דרך המחשב. הכול לפי שיקול דעת הרופא שלך.

אם את נתקלת בבעיות בהריון, אל תהססי לפנות לרופא או למרפאה ולהתייעץ על הדרך הטובה ביותר לקבל טיפול. בהגיעך למרפאה או לבית החולים, השתמשי במסכת פנים, הימנעי מהתקהלות, שטפי את הידיים באופן יסודי לאחר מגע עם חפצים, הימנעי מלגעת בפנים עם הידיים, ונסי לשמור על מרחק של לפחות 2 מטר מאנשים אחרים באזור ההמתנה. כדאי לשטוף את הידיים גם ביציאה מהמרפאה. יש לצמצם את השהות במקומות אלו למינימום הנדרש.

אם את סובלת משיעול, חום, פריחה, הפחתה בתחושת הריח והטעם, כאבי בטן או פעילות מעי מוגברת (שלשול), או שכן משפחה אחר או מי ששוהה איתך בבית חולה בנגיף הקורונה או נושא את הנגיף או נימצא בבידוד בחשש להידבקות יש להודיע על כך לצוות הרפואי המטפל טרם הגעתך לבית החולים או למרפאה, זאת על מנת שהמטפלים בך יהיו ערוכים וממוגנים כראוי.

בהגיעך, עטי מסיכה והודיעי על הגעתך. אם את חולה או נושאת את הנגיף אנא צרי קשר עם הרופא או המיילדת על מנת לבדוק מהו מנגנון המעקב הרפואי המומלץ עבורך.

האם זה מסוכן עבורי אם אני חולה בנגיף הקורונה (COVID-19) בהריון?

באופן סטטיסטי גברים יותר חולים מנשים, מבוגרים יותר מילדים וילדים יותר מתינוקות.

רצוי לנשים הרות להימנע מחשיפה למחלה. קיים מעט מאוד מידע על נשים הרות שחלו בנגיף הקורונה (COVID-19) אך מתוך המידע המועט שיש לנו נראה, כי נשים הרות אינן חולות בנגיף הקורונה (COVID-19) יותר מאשר נשים באותו גיל, שאינן בהריון.

נשים הסובלות ממחלות רקע כגון: יתר לחץ דם, סוכרת, או איידס, בעלת משקל עודף נמצאות בסיכון גבוה יותר לחלות והמעקב רצוי כי יהיה הדוק יותר מאשר הרות אחרות.

אם הבדיקות יעלו שאת חיובית לנגיף הקורונה (COVID-19), קרוב לוודאי שתטופלי בבית אלא אם הסימפטומים יחמירו. טיפול דחוף בחולה שמצבה מחמיר הוא הדרך הטובה ביותר למנוע בעיות חמורות יותר לאם או לעובר לפיכך, יש צורך לנקוט בכל האמצעים הדרושים כדי לוודא שהטיפול בך ייעשה בצורה בטוחה ככל האפשר. כחלק מהבדיקות הנדרשות, ייתכן ויציעו לך לבצע בדיקת דימות (רנטגן).

עליך להודיע שאת הרה ועל מבצעי הבדיקה לנקוט בכל האמצעים הדרושים כדי לוודא שהבדיקה תעשה בצורה בטוחה ככל האפשר. אימהות חולות מאוד שנוקקות לאשפוז, נמצאות בסיכון גבוה ללידה מוקדמת. במידה ויש לך חום אקמול היא תרופה בטוחה בהריון.



האם זה מסוכן לתינוק שלי אם אני חולה בנגיף הקורונה (COVID-19) בהיריון?

במספר מאמרים ומאמרי סקירה שפורסמו עד היום וכללו דווחים על עשרות לידות של נשים נשאיות/חולות קורונה נשללה הדבקת העובר בזמן ההיריון או הלידה.

נכון לעת הזאת אין כל מידע על מהלך ההיריון בנשים שנדבקו בשלבים מוקדמים של ההיריון.

למרות שאנו מכירים רק נשים מעטות שחלו בנגיף וילדו את תינוקותיהן, אין סימנים לכך שההידבקות בנגיף הקורונה (COVID-19) מגדיל את הסיכון למומים מולדים. באופן כללי, חוס גבוה בסביבות 6 שבועות להיריון, או כ-4 שבועות לאחר ההתעברות עלול להיות קשור לסיכון גבוה יותר לבעיות בעמוד השדרה והמוח של העובר, וזאת גם ללא קשר להידבקות בנגיף הקורונה. בכל מקרה הסיכון לכך הינו נמוך מאוד. נמצא, ש-2 נשים מתוך 1000 נשים הסובלות מחוס בשבועות מוקדמים להיריון עלולות ללדת תינוק הסובל מבעיה כזו, בהשוואה לאישה אחת לכל 1000 נשים בהיריון שלא סבלו מחוס בשלב מוקדם של ההיריון. בדיקת אולטרסאונד (סריקת מערכות) בין השבועות 18 עד 22 מומלצת כדי לשלול בעיות מסוג זה.

לידה מוקדמת הנגרמת כתוצאה ממחלה בנגיף הקורונה הוא הסיכון הגדול ביותר עבור העובר. אם נדבקת בנגיף הקורונה וכתוצאה מכך יש צורך בהקדמת הלידה זמן רב לפני המועד שנקבע. אם את חולה בקורונה ומתחילה לידה, יתכן שגופך לא יצליח להכניס כמות חמצן מספקת, דבר שעלול להקשות על התינוק להתמודד עם הצירים. מומלץ לפיכך ללדת בבית חולים שבו ניתן יהיה לעקוב ברציפות אחר תינוקך, ולבצע ניתוח קיסרי במידת הצורך. לאם שנדבקה בנגיף הקורונה אין סיבות להעדיף ניתוח קיסרי במקום לידה רגילה, אלא אם כן קיימת סיבה אחרת לכך.

מחקרים שנערכו עם נגיפים דומים לנגיף הקורונה העלו, שעלולה להיווצר האטת הגדילה של העובר ולכן, רוב המומחים ממליצים על מעקב אולטרסאונד, לפחות בדיקה אחת, כשבועיים עד ארבעה שבועות לאחר סיום המחלה. כמו כן, מומלץ לבצע בדיקות אולטרסאונד רגילות כל 2-4 שבועות לאורך כל ההיריון בכדי לבדוק את קצב גדילת העובר.

האם לידת בית עדיפה בעת הזאת? האם מסוכן ללדת בבית החולים?

בתי החולים הנם המקום הבטוח ביותר ללידות באופן כללי ובמיוחד בעת הזאת.

חדרי הלידה ערוכים לטפל במכלול התרחישים האפשריים, שעשויים להיות מלווים בנזק או סכנת חיים לילדת או לילוד. במקום ציוותי רופאים מומחים במיילדות וברפואת ילדים מעבדות מתקדמות ושירותי דימות במשך כל שעות היממה וכל ימות השבוע.

בחדרי הלידה קיימת הפרדה מוחלטת בין המטופלות והילודים, נערכים תשאולים ובדיקות כדי ללמוד על דרגות הסיכון של כל יולדת לחלות בוירוס הקורונה או להיות נשאית שלו.

האם זה מסוכן לתינוק שלי אם אני אדבק בנגיף הקורונה (COVID-19) מעט לאחר הלידה?

במספר מאמרים ומאמרי סקירה שנכתבו עד היום ושכללו והכוללים דיווחים על עשרות לידות של נשים נשאיות/חולות קורונה הדבקת העובר בזמן ההיריון או הלידה, אם קיימת, קרוב לוודאי נדירה (פחות מ-10%), ואם התינוק ייוולד נגוע בוירוס, מחלתו אינה צפויה להיות קשה.



ככלל מאפשרים ליוולדת הרוצה בכך, גם אם היא חולה מאומתת בנגיף הקורונה להיות עם הילוד במהלך האשפוז. מומלץ בכל מקרה להודיע זאת לרופא הילודים ולהיוועץ איתו.

אם את מרגישה טוב, יאפשרו לך להישאר עם התינוק שלך אלא אם קיימות נסיבות לחיוב ההפרדה מהתינוק. עליך להקפיד למנוע את העברת הנגיף לתינוקך באמצעות הקפדה על הפעולות הבאות: שטיפת ידיים לפני כל מגע עם תינוקך, הימנעות מלגעת בפנים של התינוק, הימנעות משיעול או התעטשות ליד תינוק ועטית מסכה בעת הטיפול בו. כאשר אינך מטפלת ישירות בתינוק (כאשר הוא ישן למשל), הקפדי להתרחק למרחק של לפחות 2 מטר ממנו, כדי להפחית את הסיכון להדבקות בתינוק.

האם אוכל להניק אם נדבקתי בנגיף הקורונה (COVID-19)?

ככל הנראה נמצא שההנקה בטוחה, גם אם חלית בנגיף הקורונה (COVID-19). בדיקות חלב האם שנערכו למספר קטן של נשים שנדבקו בנגיף הקורונה לא העלו שום סימן להימצאות הנגיף בחלב ואולם, עליך להקפיד על מניעת העברת הנגיף לתינוקך על ידי שטיפת ידיים לפני כל מגע עם תינוק, להימנע מנגיעה בפנים של התינוק, להימנע משיעול או התעטשות לידו, ולהקפיד לעטות מסכה בעת ההנקה. אפשרות טובה נוספת היא, לשאוב את חלב האם ולתת למישהו שאינו חולה להאכיל אותו. בעת שאיבת החלב, הקפדי לשטוף ידיים לפני כן.

מה אם למישהו בבית יש תסמינים של נגיף הקורונה (COVID-19) לאחר שנולד התינוק שלי?

על כל אדם המעורב בטיפול בתינוק להקפיד על מניעת העברת הנגיף לתינוק. הדבר נעשה בצורה הטובה ביותר על ידי שטיפת ידיים לפני מגע עם התינוק, הימנעות משיעול או התעטשות לידו, וחבישת מסכה בעת הטיפול בתינוק. מי שלא מעורב ישירות בטיפול בתינוק, עדיף לשמור על מרחק של לפחות 2 מטר מהתינוק בכל עת. זכרו לשטוף ידיים לפני כל טיפל בתינוק והדבר נכון גם לגבי מי שאינו חולה, כי יתכן שחפצים בבית היו במגע עם הנגיף ועדיין מזוהמים. עליכם לשמור על מרחק של 2 מטר מאלו החולים, ולשטוף ידיים באופן קבוע כדי למנוע הדבקות. אם כבר חלית בנגיף הקורונה (COVID-19), מחקרים עדכניים מצביעים על כך שגופך יוכל להילחם בנגיף מבלי שתחלי בה שוב. אך גם במקרה זה, שטיפת ידיים לפני מגע עם התינוק היא הדרך הטובה ביותר למנוע נשיאת הנגיף לתינוקך מהאדם החולה או חפץ בו נגע.

שאלות שכדאי לשאול את הרופא או האחיות המטפלים בך, מפני שהנחיות אלה משתנות ממקום למקום וככל שהמצב מתפתח:

נחשפתי למישהו עם תסמיני נגיף הקורונה (COVID-19). האם עלי להיבדק?

יש לי תסמינים של נגיף הקורונה (COVID-19) האם עלי להיבדק?

האם עלי ועל בני משפחתי לבודד את עצמנו בבית?

חליתי בנגיף הקורונה (COVID-19) בהריון. מתי עלי לעבור אולטרסאונד להערכת מצב התינוק?

האם עלי לשהות בנפרד מהתינוק שלי, כשאני חולה?