

Koronavírus SARS-CoV-2 a tehotenstvo

Doc. MUDr. Kamil Biringer, PhD. – prednosta Gynekologicko-pôrodnickej kliniky JLF UK a UNM

(informácie sú poskytované na základe vyjadrenia Medzinárodnej spoločnosti pre ultrazvuk v pôrodníctve a gynekológii (ISUOG) z 20.03.2020 – www.isuog.org)

Táto písomná informácia pre rodičky Vám pomôže pochopiť dopady infekcie COVID-19 na Vás a Vaše dieťa, odpovie na otázky, či môžete navštevovať prenatálne poradne, či môžete dojčiť, ak Vám bola diagnostikovaná infekcia SARS-CoV-2.

20. marec 2020: Upozorňujeme, že tu uvedené informácie sú založené na malom počte tehotných žien s touto infekciou. Každý deň totiž prichádzajú nové informácie o tomto ochorení. Odporúčame Vám, aby ste sa porozprávali so svojim lekárom alebo pôrodnou asistentkou o najaktuálnejších informáciách.

Čo je to COVID-19?

COVID-19 je infekcia spôsobená koronavírusom SARS-CoV-2. Rozdiel oproti iným ochoreniam podobným chrípke alebo nádche je v tom, že aj keď väčšina ľudí sa cíti podobne ako pri týchto ochoreniach, ľudia s inými zdravotnými problémami, ako sú napríklad pľúcne ochorenia alebo cukrovka, sú vystavení väčšiemu riziku infekcie alebo sa u nich objavujú vážne pľúcne problémy. Ľudia s COVID-19 majú obvykle horúčku a kašeľ alebo cítia dychovú nedostatočnosť (tzv. dyspnoe). Ak sa ich stav zhorší, môžu mať závažné problémy s dýchaním a musia byť prijatí do nemocnice alebo na jednotku intenzívnej starostlivosti.

Ako sa šíri?

Vírus spôsobujúci ochorenie COVID-19 sa šíri väčšinou ***kontaktom s niekým, kto je infikovaný a chorý alebo kontaktom s predmetmi***, ktorých sa takéto osoby nedávno dotkli, kýchlili alebo zakašľali na nich. Vírus sa nachádza v slinách alebo vo výtoku z nosa. Vstupuje do tela kontaktom, ústami, nosom alebo očami.

Ako sa môžem vyhnúť získaniu COVID-19?

Pravidelné umývanie rúk a vyhýbanie sa kontaktu rúk a tváre sú najlepším spôsobom, ako sa vyhnúť chorobe. ***Sociálna izolácia*** (pobyt vo vzdialenosti viac ako 2 metre od ostatných) a pobyt doma sú tiež dobrými spôsobmi, ako sa vyhnúť chorobe. Aby sa zabránilo prenosu vírusov na iných, ľudia by si mali pri kýchaní alebo kašľaní zakrývať ústa vnútornou časťou lakťa, nie rukou. Všeobecne je odporúčané nosiť ***tvárové rúško*** zakrývajúce ústa a tvár ako ochrana seba, ale hlavne svojho okolia.

Mám sa vyhnúť tomu, aby som išla do nemocnice alebo aby som navštívila svojho lekára alebo pôrodnú asistentku?

Keď ste tehotná, budete mať naplánovaných niekoľko stretnutí s lekármi a pôrodnými asistentkami. Tie sú dôležité pre Vaše zdravie a zdravie Vášho dieťaťa a mali by ste ich

vynechať iba po konzultácii s lekárom alebo pôrodnou asistentkou. Niektoré návštevy sa môžu uskutočniť telefonicky alebo videohovorom a lekár alebo pôrodná asistentka zväžia, či je to pre vás vhodné. Ak máte problémy s tehotenstvom, nemali by ste váhať **telefonicky kontaktovať svojho lekára alebo pôrodnú asistentku** a prediskutovať s nimi najlepší spôsob starostlivosti. **Keď prichádzate na kliniku alebo do nemocnice, umyte si ruky, môžete použiť i dostupné dezinfekčné prostriedky, nedotýkajte sa vašej tváre rukami, noste tvárové rúško a pokúste sa zostať vo vzdialenosti najmenej 2 metre od ostatných ľudí v čakacej zóne. Mali by ste si tiež umyť a vydezinfikovať ruky, keď odchádzate. Ak máte kašeľ, nádchu, alebo zvýšenú teplotu noste stále tvárovú masku a dajte o tom ihneď vedieť zdravotníckym pracovníkom! Ešte lepšie, skôr ako prídete, je kontaktovať Vaše zdravotnícke zariadenie telefonicky z domu, aby vás mohli očakávať a byť lepšie pripravení na starostlivosť o Vás. Ak ste chorá s COVID-19 a máte rezervované plánované vyšetrenie alebo poradňu, obráťte sa telefonicky na svojho lekára alebo pôrodnú asistentku, aby ste zistili, či je lepšie dodržať vyšetrenie alebo poradňu, alebo to presunúť na neskorší dátum!**

Je pre mňa nebezpečné, keď dostanem COVID-19, ak som tehotná?

Máme veľmi málo informácií o tehotných ženách, ktoré ochoreli na COVID-19. Vieme, že je najlepšie vyhnúť sa chorobe. Ale z mála informácií, ktoré máme, sa zdá, že **tehotné ženy s COVID-19** v porovnaní so ženami v rovnakom veku, ktoré nie sú tehotné, **nemajú horší priebeh choroby. Ženy s inými zdravotnými problémami, najmä s plúcnymi ochoreniami, vysokým krvným tlakom, cukrovkou alebo HIV, sú vystavené väčšiemu riziku ochorenia.** Ak je to váš prípad a diagnostikovali Vám COVID-19, mali by ste byť sledovaná podrobnejšie ako iné tehotné ženy. U väčšiny tehotných žien, ktoré majú **pozitívny test na SARS-CoV-2, ale sú bez príznakov (asymptomatické) alebo len s ľahkým priebehom ochorenia**, je potrebná **iba domáca starostlivosť**. **Ak sa ale príznaky začnú zhoršovať**, mali by ste rýchlo **telefonicky kontaktovať svojho gynekológa, pôrodnú asistentku, alebo priamo Vaše nemocničné zariadenie.** Intenzívna starostlivosť je pri tejto chorobe najlepším spôsobom, ako zabrániť vážnym problémom. Lekári môžu navrhnúť vykonanie röntgenového alebo CT vyšetrenia pľúc. Matky, ktoré sú veľmi choré a musia byť v nemocnici, sú vystavené väčšiemu riziku skoršieho pôrodu, preto by mali byť prísnejšie sledované. Ak máte horúčku, acetaminofen alebo paracetamol sú považované za bezpečné lieky počas tehotenstva.

Je pre moje dieťa nebezpečné, ak otehotniem a získam COVID-19?

Zdá sa, že vírus počas tehotenstva neprechádza z matky na dieťa. Neexistujú žiadne dôkazy toho, že COVID-19 zvyšuje riziko vrodených chýb, hoci vieme iba o niekoľkých ženách, ktoré získali vírus počas tehotenstva. Vysoká horúčka okolo 6. týždňa tehotenstva alebo 4 týždne po počatí dieťaťa môže byť spojená s vyšším rizikom problémov s vývinom chrbtice a mozgu. Toto nie je riziko špecifické pre COVID-19, ale ide o všeobecný nežiaduci následok horúčky aj iného pôvodu. Takéto riziko je však veľmi nízke. Asi 2 ženy z 1000 žien s horúčkou na začiatku tehotenstva môžu mať dieťa s takýmto problémom, v porovnaní s 1 ženou na každých 1 000 tehotných žien, ktoré nemali horúčku na začiatku tehotenstva. Na zistenie týchto problémov sa odporúča vyšetrenie **ultrazvukom v 18. až 22. týždni tehotenstva.**

Najväčšie riziko pre dieťa vzniká, ak je priebeh infekcie závažný a dôjde k predčasnému pôrodu, alebo ak lekári odporúčia predčasný pôrod kvôli ohrozeniu dieťaťa pri závažnom priebehu ochorenia COVID-19. **Čím bližšie je Váš termín pôrodu, tým menšie sú riziká pre**

Vaše dieťa. Ak máte COVID-19 a dôjde ku pôrodu, Vaše telo nemusí byť schopné prijať toľko kyslíka, ako obvykle. To môže viesť ku kyslíkovej nedostatočnosti u dieťaťa. Preto sa odporúča pôrod v nemocnici, kde je možné dieťa intenzívne monitorovať a ak je to potrebné, je možné tehotenstvo ukončiť cisárskym rezom. Samotné ochorenie COVID-19 s asymptomatickým alebo ľahkým priebehom nie je ale dôvodom pre výkon cisárskeho rezu, ***uprednostňovaný je vaginálny pôrod. Voľba cisárskeho rezu je vždy v rukách pôrodníka!***

Niektoré štúdie s podobnými vírusmi ako SARS-CoV-2 naznačujú, že dieťa nemusí primerane rásť. Preto väčšina odborníkov odporúča ***aspoň jedno ultrazvukové vyšetrenie 2 až 4 týždne po ústupe infekcie***, aby sme sa ubezpečili, že dieťa dobre rastie a prospieva. Odporúča sa tiež, aby sa ***d'alšie ultrazvukové vyšetrenia*** vykonávali ***každé 2 až 4 týždne počas tehotenstva***, aby sa kontrolovalo, ako dieťa ďalej rastie.

Je pre moje dieťa nebezpečné, ak dostanem COVID-19 skoro po pôrode?

Nie je jasné, či by matky s COVID-19 mali byť od svojich detí oddelené alebo nie. Rôzne regióny sveta konajú odlišne v závislosti od miestnej situácie. Často sa odporúča zostať so svojím dieťaťom, ak sa cítite dobre. Niektoré okolnosti však môžu vyžadovať, aby ste boli oddelená od svojho dieťaťa. Ak je to Váš prípad, obráťte sa na svojho lekára alebo pôrodnú asistentku. ***Mali by ste byť opatrná, aby ste zabránili prenosu vírusu na Vaše dieťa!*** Najlepšie to urobíte tak, že si pred dotykom dieťaťa umyjete ruky, nedotknete sa jeho tváre, vyhnete sa kašľu alebo kýchaniu a budete nosiť tvárovú masku. Ak sa nestaráte priamo o dieťa (napríklad keď dieťa spí), zostaňte vo vzdialenosti najmenej 2 metre od neho, aby ste znížili riziko prenosu infekcie.

Môžem dojčiť, ak mám COVID-19?

Niekoľko žien infikovaných vírusom nechalo otestovať svoje materské mlieko a v mlieku sa nenašli žiadne známky vírusu. Zdá sa teda bezpečné kŕmiť materským mliekom, aj keď máte COVID-19. Mali by ste byť ale opatrná, aby ste zabránili prenosu vírusu na Vaše dieťa! Najlepšie to urobíte tak, že si pred dotknutím dieťaťa umyjete ruky, nedotknete sa tváre dieťaťa, vyhnete sa kašľu alebo kýchaniu a počas dojčenia nosíte masku. Ďalšou dobrou možnosťou je ***odsávať si mlieko a podávať ho z fľašky a najlepšie je nechať niekoho, kto nie je chorý, aby takto dieťa kŕmil. Pred odsávaním si dôkladne umyte, prípadne vydezinfikujte ruky!***

Čo ak má niekto v dome príznaky COVID-19 po narodení môjho dieťaťa?

Všetci, ktorí sa starajú o dieťa, mali by byť opatrní, aby sa vírus na neho nepreniesol. Najlepšie je umyť si ruky pred dotykom dieťaťa, vyhnúť sa kašľu alebo kýchaniu a pri starostlivosti o dieťa nosiť masku.

Ak nepotrebujú byť v blízkosti dieťaťa, najlepšie je, aby boli vždy minimálne 2 metre od neho. Pred starostlivosťou o dieťa si nezabudnite umyť ruky, aj keď nie ste chorí, pretože ste sa mohli dotknúť predmetov v dome, ktoré boli v kontakte s vírusom. Mali by ste sa tiež zdržiavať minimálne 2 metre od chorých a pravidelne si umývať ruky, aby ste sa vyhli chorobe. Ak ste už mali COVID-19, nedávny výskum naznačuje, že Vaše telo bude schopné bojovať s vírusom bez toho, aby ste znovu ochoreli. Ale aj v tomto prípade je umývanie rúk skôr, ako sa dotknete svojho dieťaťa, najlepším spôsobom, ako zabrániť prenosu vírusu na Vaše dieťa od chorého alebo predmetu, ktorého ste sa dotkli.