



## 1. Sú tehotné ženy vo vyššom riziku ochorenia na COVID-19?

V súčasnosti veľmi intenzívne prebieha výskum, ktorý sa zaoberá dopadom COVID-19 infekcie na tehotné ženy. Informácie sú limitované, ale do dnešného dňa neexistuje dôkaz, že u týchto žien je vyššie riziko ochorenia oproti ostatnej populácii. Avšak kvôli zmenám v ich tele a imunitnom systéme vieme, že tehotné ženy môžu byť vážne postihnuté niektorými respiračnými infekciami. Preto je dôležité, aby si osvojili preventívne opatrenia na ochranu pred infekciou COVID-19 a aby ohlásili svojmu všeobecnému lekárovi, príp. gynekológovi všetky možné príznaky (vrátane horúčky, kašľa alebo ťažkostí s dýchaním). WHO bude pokračovať v aktualizácii informácií a rád, keď budú dostupné nové dôkazy.

## 2. Som tehotná. Ako sa môžem chrániť pred infekciou COVID-19?

Tehotné ženy by mali urobiť rovnaké preventívne opatrenia ako ostatná populácia. Pred infekciou sa môžete chrániť nasledovne:

- častým umývaním rúk prostriedkami na báze alkoholu prípadne pomocou mydla a vody.
- udržiavaním dostatočnej vzdialenosti od ostatných ľudí.
- vyhýbaním sa dotyku očí, nosa a úst
- nacvičovaním respiračnej hygieny. To znamená kýchať a kašľať do servítky prípadne do pokrčeného lakťa. Následne je taktiež nutné použiť servítku ihneď vyhodiť do koša.

Ak máte horúčku, kašeľ alebo sťažené dýchanie, vyhľadajte čo najskôr lekársku pomoc. Pred tým, ako osobne navštívite zdravotnícke zariadenie, zavolajte vášmu lekárovi a riadte sa jeho pokynmi, prípadne pokynmi zodpovedného úradu verejného zdravotníctva.

Tehotné ženy a ženy krátko po pôrode, vrátane tých, ktoré sú COVID-19 pozitívne, by mali absolvovať rutinné prehliadky.



## 3. Mali by byť tehotné ženy testované na COVID-19?

Protokoly a odporúčania na testovanie sa medzi jednotlivými krajinami líšia. Avšak, podľa odporúčaní WHO by mali byť tehotné ženy so symptómami COVID-19 uprednostňované. Ak majú potvrdenú infekciu COVID-19, môžu vyžadovať špeciálnu starostlivosť.

## 4. Môže byť infekcia COVID-19 prenesená od ženy na jej nenarodené dieťa alebo na novorodenca?

Stále nevieme, či tehotná žena s COVID-19 môže počas tehotenstva alebo pôrodu preniesť vírus na plod alebo dieťa. K dnešnému dňu nebol vírus nájdený vo vzorkách plodovej vody alebo v materského mlieka.

## 5. Aká starostlivosť by mala byť poskytnutá ženám počas tehotenstva a pôrodu?

Všetky tehotné ženy, vrátane tých, s potvrdenou infekciou COVID-19 alebo s podozrením na nákazu, majú právo na vysoko kvalitnú zdravotnú starostlivosť pred pôrodom, počas neho aj po ňom. To zahŕňa prenatálnu, neonatálnu a postnatálnu starostlivosť, a taktiež starostlivosť o mentálne zdravie.

Bezpečný a pozitívne vnímaný pôrod zahŕňa:

- zaobchádzanie s rešpektom a úctou
- možnosť mať pri pôrode zvoleného blízkeho človeka
- jasnú a zrozumiteľnú komunikáciu s personálom
- výber vhodnej stratégie zameranej na zvládnutie bolesti
- ak je to možné, poskytnúť ženám počas pôrodu mobilitu a umožniť voľbu polohy pri pôrode

Ak existuje podozrenie alebo je potvrdená nákaza COVID-19, zdravotnícky pracovníci by mali prijať preventívne opatrenia na zníženie rizika infekcie personálu a ostatných pacientov, vrátane používania vhodného ochranného odevu a osobných ochranných prostriedkov.



## 6. Mali by tehotné ženy s potvrdenou infekciou COVID-19 podstúpiť cisársky rez?

Nie. WHO odporúča, aby bol cisársky rez vykonaný iba ak sú prítomné indikácie a je to medicínsky odôvodnené.

Spôsob vedenia pôrodu by mal byť individualizovaný a založený na preferenciách ženy a zároveň v súlade s pôrodníckymi indikáciami.

## 7. Môžu COVID-19 pozitívne ženy koiť?

Áno. Ženy, ktoré sú COVID-19 pozitívne, môžu dojiť ak si to želajú.

Mali by:

- dodržiavať respiračnú hygienu počas kŕmenia dieťaťa, nosiť masku - rúško ak je to možné
- umývať si ruky predtým a potom ako sa dotýkajú svojho dieťaťa
- pravidelne čistiť a dezinfikovať povrchy, ktorých sa bežne dotýkajú

## 8. Môžem sa dotýkať a držať svoje novonarodené dieťa ak mám COVID-19?

Áno. Blízky kontakt a včasné, výlučné dojčenie pomáha dieťaťu vyvíjať sa. Mali by ste podporovaní:

- bezpečne dojiť pri dodržiavaní dobrej respiračnej hygieny
- prikladať si dieťa na pokožku (kontakt koža na kožu)
- zdieľať izbu so svojim dieťaťom

Mali by ste si umývať ruky pred tým a po tom ako držíte svoje dieťa, a taktiež udržiavať všetky povrchy čisté.

## 9. Som pozitívna na COVID-19 a je mi príliš zle na to, aby som priamo dojčila. Čo môžem robiť?

Ak sa vám nedarí dojiť svoje dieťa kvôli infekcii COVID-19 alebo iným komplikáciám, mali by ste byť podporovaní, aby ste svojmu dieťaťu mohli bezpečne poskytnúť materské mlieko spôsobom, dostupným a prijateľným pre vás.

Môže to zahŕňať:

- odstrikávanie a odsávanie materského mlieka
- relaktácia
- darcovské mlieko