كورونا والحمل

بقلم: الدكتور اسماعيل أبو عمرو – Md. FRCS – زميل كلية الجراحين الملكية البريطانية، يكتب من لندن

إعداد وتحرير: الدكتور موفق الخطيب. فلسطين

لقد كثرت الأسئلة حول هذا الموضوع؛

في دراسة عالمية مهمة شملت 18 دولة، و 35 ألف امرأة حامل، تبين أن الوفاة لدى الحوامل ممن أصبن بكورونا أكثر 22 مرة من الحوامل غير المصابات، إذا لم يتلقين العناية الطبية المركزة. كما وأن المواليد الجدد يعانون من أعراض قاسية أكثر 3 مرات من الولادات الأخرى. بالإضافة إلى أن ثلثي الحوامل المصابات لا يشعرن بأي أعراض، فيما يشعر الثلث بأعراض شبيهة بأعراض الرشح. وقد تشتد الأعراض لدى 50٪ من هذه الفئة لتصبح قاسية جداً. وإن لم تتوفر الإمكانيات مثل العناية المركزة، فإنهن معرضات لاختلاطات الحمل القاتلة والوفاة. كما بينت الدراسة أن 10٪ من المواليد الجدد مصابون بالفيروس، ولكن لم يثبت حتى اللحظة، أن الفيروس ينتقل بالرضاعة.

وقد شاركت كليات ومؤسسات علمية عدة، في وضع نصائح للحامل وتأثير كورونا عليها. وسأحاول نقل هذه النصائح بما يلائم مجتمعنا العربي. وأرجو ملاحظة أن أي سؤال يتبادر لذهن القارئ، بشأن الحمل وكورونا، سيجد غالباً الإجابة ضمن هذا السرد. فقط أرجو الإمعان في قراءة الموضوع وستجد الإجابة بين السطور.

هذه المؤسسات التي ساهمت في وضع هذه النصائح والإرشادات هي:

1. الكلية الملكية لجراحي أمراض النساء والولادة The Royal College of Obstetricians and Gynaecologists
2. الكلية الملكية للقابلات Royal College of Midwiveshg
3. الكلية الملكية لأخصائيي أمراض الأطفال وصحتهم Royal College of Paediatrics and Child Health

بمشاركة كل من:

4. الكلية الملكية لأطباء التخدير The Royal College of Anaesthetists
5. جمعية مخدري أمراض الولادة The Obstetric Anaesthetists' Association
6. القطاع الصحي الإنجليزي Public Health England
7. القطاع الصحي الأسكتلندي Public Health Scotland

النصائح الرئيسية للسيدة الحامل:

تشير الدراسات في المملكة المتحدة إلى أن النساء الحوامل لسنَ أكثر عرضة للإصابة بكورونا من البالغين الأصحاء الآخرين. وأن ما يقرب من ثلثي النساء الحوامل المصابات بكورونا، لا تظهر عليهن أي أعراض على الإطلاق، ومعظم النساء الحوامل اللواتي تظهر

عليهن الأعراض يعانين فقط من أعراض نزلة برد خفيفة أو أعراض تشبه أعراض الأنفلونزا. ومع ذلك، فإنه يمكن أن يصاب عدد قليل من النساء الحوامل بمرض أشد نسبياً في أعراضه. وقد تكون النساء الحوامل المصابات بكورونا أكثر عرضة للإصابة بأعراض أشد، مقارنة بالنساء غير الحوامل، خاصة في الثلث الثالث من الحمل. وقد تم إدراج النساء الحوامل في قائمة الأشخاص المعرضين لمخاطر متوسطة (المعرضين للخطر السريري) كإجراء احترازي. **وفيما يلي أبرز النصائح:**

- يجب على النساء الحوامل اتباع أحدث توجيهات التباعد الاجتماعي، وتجنب أي شخص لديه أعراض توحي بمرض كورونا. وإذا كانت الحامل في الثلث الثالث من الحمل (أكثر من 28 أسبوعاً من الحمل)، فإنها يجب أن تنتبه بشكل خاص لنصيحة التباعد.
- يجب أن تحافظ الحامل على الحركة والنشاط، من خلال ممارسة التمارين الرياضية الخفيفة بانتظام، لتقليل خطر الإصابة بجلطات الدم أثناء الحمل.
- يجب اتباع نظام غذائي صحي متوازن ومكملات حمض الفوليك وفيتامين (د) للمساعدة في دعم الحمل الصحي.
- يجب متابعة الإشراف الطبي على الحمل من قبل الأطباء والقابلات المتخصصات في هذا الأمر.

وإذا ظهرت أعراض رئيسية مثل: ارتفاع درجة الحرارة أو سعال جديد ومستمر أو فقدان أو تغير في حاسة الشم أو التذوق الطبيعي، أو صعوبة في التنفس، يجب طلب المشورة الطبية في أقرب وقت.

وتشير الدلائل الحالية إلى أن النساء الحوامل لسنَ أكثر عرضة للإصابة بكورونا من البالغات الآخريات غير المصابات. كما أظهرت الدراسات أن هناك معدلات أعلى للقبول في وحدات العناية المركزة للنساء الحوامل المصابات بكورونا، مقارنة بالنساء غير الحوامل المصابات بها. ومن المهم أن نلاحظ أن هذا قد يكون لأن الأطباء يميلون لاتخاذ نهج أكثر حذرا، عند اتخاذ قرار بشأن قبول شخص ما في وحدة العناية المركزة عندما تكون المرأة حامل.

وحالياً، ليس من الواضح ما إذا كان الحمل سيؤثر على نسبة النساء اللاتي يعانين من كورونا طويلة الأمد (long Covid).
إن غالبية النساء اللواتي أصبن بمرض شديد كن في الثلث الثالث من الحمل، مع التأكيد على أهمية التباعد الاجتماعي ونظافة اليدين الجيدة باستمرار، وعلى وجه الخصوص، من ال 28 أسبوعاً من الحمل.

وجدت دراسات، أن النساء الحوامل من خلفيات عرقية من السود والآسيويين والأقليات كن أكثر عرضة من النساء الأخريات للدخول إلى المستشفى بسبب كورونا. وكانت النساء الحوامل فوق سن 35 ، مع زيادة في الوزن، واللواتي لديهن مشاكل طبية موجودة مسبقاً، مثل ارتفاع ضغط الدم والسكري، أكثر عرضة للإصابة بأمراض كورونا التي تتطلب دخول المستشفى. ومن المعروف أيضاً أن العيش في مناطق أو أسر يزداد فيها الحرمان الاجتماعي والاقتصادي والازدحام، يزيد من خطر الإصابة بكورونا.

تأثير كورونا على الطفل إذا تم تشخيص الأم بالعدوى

تشير الدلائل الحالية إلى أنه إذا كانت الأم مصابة بالفيروس، فمن غير المرجح أن يسبب ذلك مشاكل على نمو الطفل، ولم ترد أي تقارير عن ذلك حتى الآن. ولا يوجد أيضاً أي دليل يشير إلى أن الإصابة بعدوى كورونا في بداية الحمل تزيد من فرصة حدوث الإجهاض.

ويبدو أن انتقال كورونا من المرأة إلى طفلها أثناء الحمل أو الولادة غير شائع، سواء أصيب المولود الجديد بكورونا أم لا، ولا يتأثر بطريقة الولادة أو اختيار طريقة التغذية أو بقاء المرأة والطفل معاً.

من المهم التأكيد على أنه في معظم الحالات، المبلغ عنها للأطفال حديثي الولادة، الذين أصيبوا بفيروس كورونا بعد الولادة بفترة وجيزة، أن يظل الأطفال بصحة جيدة.

وقد أظهرت الدراسات أن هناك خطراً متزايداً بمقدار مرتين إلى ثلاث مرات للولادة المبكرة للنساء الحوامل، اللواتي أصبن بتوعك شديد مع كورونا. وفي معظم الحالات، كان هذا بسبب توصية الأطباء، بأن تتم ولادة أطفالهن مبكراً من أجل صحة المرأة وتمكينها من التعافي. كما أن الأطفال الذين يولدون قبل نهاية الحمل (قبل 37 أسبوعاً) معرضون للمشاكل المرتبطة بالولادة المبكرة – فكلما ولد الأطفال في وقت مبكر من الحمل، زاد ضعفهم.

هناك ما يقرب من واحدة من كل خمس نساء مصابات بأعراض كورونا، ولدت قبل الأوان. ومع ذلك، فإن النساء اللاتي ثبتت إصابتهن بكورونا، ولكن لم تظهر عليهن أعراض لم يكن أكثر عرضة للولادة المبكرة.

وكان من المرجح أن يتم إدخال أطفال النساء المصابات بكورونا إلى وحدة العناية المركزة لحديثي الولادة، لكن جميع الأطفال تقريباً كانوا على ما يرام. ولم تكن هناك زيادة في معدل الإمراض، ولا زيادة في وفيات الرضع بين الأطفال المولودين لنساء مصابات بكورونا، ولكن بشكل عام، تم اختبار طفل واحد فقط من بين كل 50 طفلاً إيجابياً لفحص كورونا، ما يشير إلى أن انتقال العدوى إلى الطفل منخفض.

البحث الذي يتم إجراؤه لرصد تأثير كورونا على النساء الحوامل وأطفالهن في بريطانيا:

تجري مراقبة شبه فورية للنساء اللواتي يتم إدخالهن إلى المستشفى واختبارهن إيجابياً لكورونا أثناء الحمل، من خلال أنظمة راسخة مستخدمة بالفعل من قبل جميع وحدات الأمومة – هذا هو نظام مراقبة التوليد في المملكة المتحدة (UKOSS). وسيتم استخدام أي دليل جديد يتم نشره من هذه الدراسات وغيرها لتحديث الارشادت للحوامل.
وتدير إمبريال كوليدج لندن أيضاً برنامج مراقبة (PAN–COVID) لمراقبة الحمل ونتائج حديثي الولادة للنساء المصابات بكورونا. ويتم تمويل برامج مراقبة الأمومة الأخرى من قبل المعهد الوطني للبحوث الصحية (NIHR).

<u>لماذا النساء الحوامل في فئة ضعيفة</u>

تم إدراج النساء الحوامل في قائمة الأشخاص المعرضين لمخاطر متوسطة (المعرضين للخطر سريرياً) كإجراء احترازي. هذا لأنه لدى نسبة قليلة من النساء يمكن أن يغير الحمل طريقة تعامل أجسامهن مع الالتهابات الفيروسية الشديدة، كما أن بعض الالتهابات الفيروسية مثل الأنفلونزا، تكون أسوأ عند النساء الحوامل. ويبدو أن الخطر الأكبر (في حالة الإصابة بالفيروس) يكون للنساء الحوامل في الأسبوع 28 أو أكثر. هذا شيء عرفته القابلات وأطباء التوليد لسنوات عديدة فيما يتعلق بأمراض أخرى مماثلة (مثل الأنفلونزا) وهم معتادون على رعاية النساء الحوامل في هذه الحالة.

تشير الأدلة الحالية إلى أن دخول المستشفى قد يكون أكثر شيوعاً عند النساء الحوامل المصابات بكورونا، منه لدى النساء غير الحوامل في نفس العمر، ولكن هذا جزئياً لأن النساء الحوامل يدخلن أيضاً المستشفى لأسباب لا علاقة لها بكورونا.

فيتامين د والحمل

يوصى بمكملات فيتامين د لجميع النساء أثناء الحمل. وتشير بعض التقارير إلى أن الأشخاص الذين لديهم مستويات منخفضة من فيتامين (د) معرضون بشكل متزايد لخطر الإصابة بمضاعفات تنفسية خطيرة إذا أصيبوا بكورونا. ومع ذلك، لا توجد أدلة كافية لإثبات أن تناول فيتامين د يقي من الإصابة بعدوى كورونا أو أنه علاج فعال. وقد نشرت ذلك على صفحات يوميات فيروس.

ويعاني معظم الأشخاص الذين يعيشون في النصف الشمالي للكرة الأرضية من انخفاض مستويات فيتامين د. والنساء من خلفيات عرقية من السود والآسيوي والأقليات، مع بشرة مصطبغة بالميلانين (داكنة)، قد يكنّ معرضات بشكل خاص لخطر انخفاض مستويات فيتامين د، لذلك ننصح جميع النساء الحوامل التفكير في تناول 10 ميكروغرام من فيتامين د يومياً للحفاظ على صحة عظامهن وعضلاتهن.

التطعيم ضد الإنفلونزا

يتم تشجيع جميع النساء الحوامل على الحصول على تطعيم ضد الإنفلونزا، وهو آمن في أي مرحلة من مراحل الحمل من الأسابيع القليلة الأولى حتى موعد الولادة. ويتعافى معظم الناس بسرعة من الأنفلونزا، لكن الإصابة بالإنفلونزا أثناء الحمل يمكن أن تكون خطيرة بالنسبة لعدد قليل من النساء وأطفالهن. وذلك لأن الحمل يمكن أن يغير طريقة تعامل جسم الحامل مع الالتهابات الفيروسية.

يعد قبول عرض التطعيم ضد الإنفلونزا أمراً مهماً بشكل خاص أثناء جائحة كورونا.

مع تمنياتنا لكم بالسلامة

المراجع:

http://news.sky.com/story/covid-19-severe-complications-during-pregnancy-more-likely-if-infected-with-coronavirus-study-finds-12284894

https://www.rcog.org.uk/en/guidelines-research-services/guidelines/coronavirus-pregnancy/covid-19-virus-infection-and-pregnancy/