

Patient Education

COVID-19 和妊娠患者出院指示

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

关于这个话题

2019 冠状病毒病也称为 COVID-19。这是一种感染肺部的病毒性疾病。它由一种称为 SARS 相关冠状病毒 (SARS-CoV-2) 的病毒引起。医生对 COVID-19 如何影响妊娠知之甚少。他们认为，在您还怀孕、分娩期间或宝宝出生后，有可能将 COVID 传给您的宝宝。您早产的风险可能更高。出生过早的婴儿可能会有严重的健康问题。

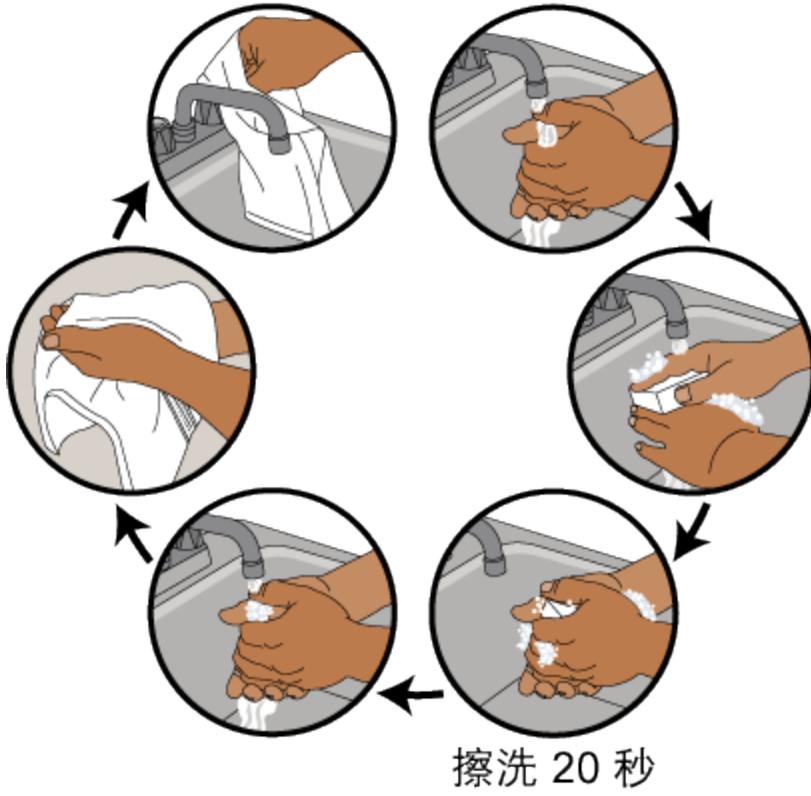
COVID-19 的症状与流感相似，但比流感要严重得多。您可能会咳嗽、发烧、颤抖发冷，甚至呼吸困难。您可能会非常疲劳，肌肉疼痛，头痛或喉咙痛。有些人肚子会不舒服，或者大便稀溏。还有些人会失去嗅觉或味觉。您可能并不是一直都有这些症状，而且在您生病时这些症状可能会忽来忽去。

说话、打喷嚏或咳嗽时，病毒很容易通过飞沫传播。当您近距离与人交谈、唱歌、拥抱、分享食物或握手时，您可能会将病毒传播给其他人。医生认为病菌也能在桌子、门把手和电话等物体表面存活。然而，这并不是 COVID-19 的常见传播方式。医生认为，即使您没有任何症状也可能会传播感染，但他们不知道这是如何发生的。这就是为何接种疫苗是减缓病毒传播的最好方法之一。

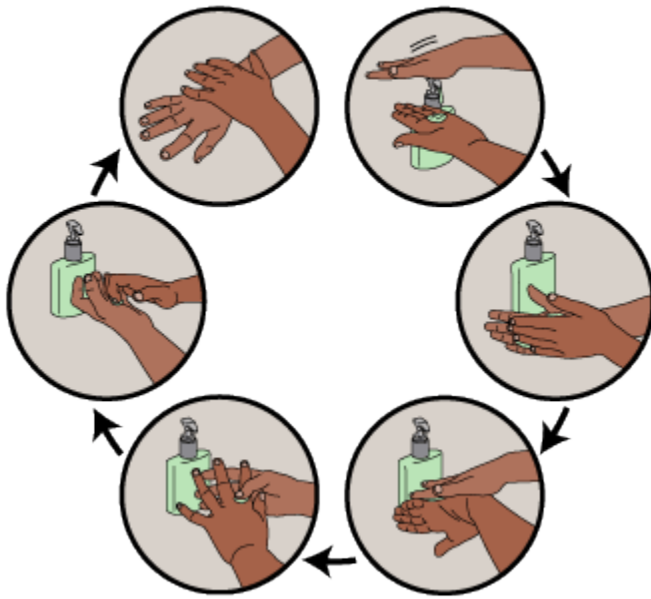
一些患者的 COVID-19 病情较轻，可以待在家中直到感觉好转。如果您生病或怀孕了，您的医生可能会对您进行更密切的观察。病情严重的患者，则可能需要住院。患有 COVID-19 的人必须自我隔离。当医生认为您安全的时候，您才可以开始与他人相处。

Image Filename

洗手



手卫生



在家中需要哪些护理？

- 回家时，请咨询医生您需要做什么。如果您不理解医生的说法，请务必询问清楚。
- 分娩时，工作人员可能会要求您佩戴遮盖口鼻的口罩。您抱宝宝时可能还需要戴口罩。如果您有 COVID-19，在您感觉好转之前，您可能不可抱着或陪着您的宝宝。
- 饮用大量的水、果汁或肉汤，以补充发热损失的体液。
- 您可以使用冷雾加湿器帮助缓解充血和咳嗽。
- 躺下时使用 2 至 3 个枕头支撑自己，这样有助于呼吸和睡眠。
- 请勿饮用啤酒、葡萄酒和混合饮料（酒精类）。
- 为了降低将感染传染给他人的机会，请接种 COVID-19 疫苗。
- 如果您还没有完全接种疫苗：
 - 如果周围有其他未患病的人，请佩戴遮盖口鼻的口罩。如果布口罩是用多层布料制成的，则阻隔效果更好。
 - 给宝宝喂奶或抱宝宝或为宝宝吸奶时，请在口鼻处戴上口罩。
 - 经常洗手。
 - 如果可能的话，呆在单独的房间，远离他人。仅在需要接受医疗护理时才出门。
 - 如果可能，请使用单独的浴室。
 - 不要为他人准备食物。

需要什么样的后续护理？

- 您的医生可能会要求您到其诊室接受回访，以了解您的恢复情况。请务必坚持这些访视。确保您在这些访视时佩戴口罩。
- 如果可以，请提前告知工作人员您患 COVID-19，以便他们能够格外小心以防止疾病传播。
- 您的健康状况可能需要数周才能恢复正常。

可能需要什么样的药物？

医生可能会开一些药物用于：

- 退烧

身体活动是否将受到限制？

您可能需要限制体力活动。请咨询您的医生关于适合您的活动量。如果您的 COVID-19 病症非常严重，则可能需要一些时间才能恢复体力。

是否需要任何其他护理？

医生不知道您患病后病毒会在多长时间内传播给他人。专家认为，通过母乳将病毒传染给宝宝的可能性很小。在给宝宝喂奶时，您可能需要一名健康的成年人提供帮助。若不需要帮助，请特别注意手部清洁并佩戴口罩。避免触摸自己的面部、嘴部或眼睛，同时也要避免触摸宝宝的面部、嘴部或眼睛。

目前，医生为您提供了患病后应遵循的一般指导准则。在与他人相处之前，您应该：

- 在未服用任何退烧药物情况下，连续 3 天不发烧
- 没有咳嗽或呼吸急促的症状
- 在您首次出现症状或首次检测呈阳性后至少等待 10 天，并且必须没有上述症状。一些专家建议等待 14 天。

向医生咨询接种 COVID-19 疫苗。

可能会发生什么问题？

- 体液流失。这就是脱水。
- 短期或长期肺部损伤
- 心脏问题
- 死亡

什么时候需要给医生打电话？

- 感染体征。这些包括体温达到 100.4°F (38°C) 或以上的发烧、寒战、咳嗽、多痰或痰颜色改变。
- 您呼吸非常困难，以致于一次只能说一两个字。
- 您需要始终坐直才能呼吸或不能躺下。
- 说话或静坐时呼吸困难。

- 您的尿液颜色很深或超过 8 小时未排尿。
- 您的宝宝的移动比平常少或停止移动。
- 一种被称为“先兆子痫”的危险情况的体征，例如非常剧烈或不会消失的头痛、视力改变或上腹部疼痛。

用您自己的语言告诉他们您刚才听到的内容

复述法能帮助您理解我们向您提供的信息。在与工作人员谈话之后，用您自己的话告诉他们您了解的内容。这有助于确保工作人员已清楚说明了所有信息。还可以帮助解释让人困惑的内容。在回家前，确保您可以做到以下事项：

- 我能告诉您我的情况。
- 我能告诉您哪些方法可以让我呼吸顺畅。
- 我能告诉您我应当怎么做来帮助避免将感染传给我的宝宝和其他人。
- 我能告诉您如果我呼吸困难、我的宝宝移动得更少，或者我的尿液颜色非常暗，我将会做什么。

消费者信息使用及免责声明:

本信息并非具体医学建议，不能替代您自医疗服务提供者获得的信息。这仅仅是一般信息的简明概要。不包括健康状况、疾病、损伤、检查、手术、治疗、疗法、出院指导或生活方式的选择等可能适用于您的所有信息。有关您的健康和治疗选择的完整信息请咨询医疗服务提供者。不应使用本信息决定是否接受医疗服务提供者的建议、指导或推荐。只有您的医疗服务提供者具备为您提供适合建议的知识和能力。<https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.