

## Patient Education

---

### Инструкции при выписке беременных — COVID-19

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

#### Об этой теме

Коронавирусную инфекцию 2019 также называют COVID-19. Это вирусная инфекция, которая поражает легкие. Возбудитель заболевания — вирус под названием «SARS-ассоциированный коронавирус» (SARS-CoV-2). Врачи имеют недостаточно информации о влиянии COVID-19 на беременность. Они считают, что Вы можете передать COVID ребенку во время беременности, в процессе родов или после рождения. У вас может быть повышенный риск преждевременных родов. У недоношенных детей могут иметь место серьезные нарушения состояния здоровья.

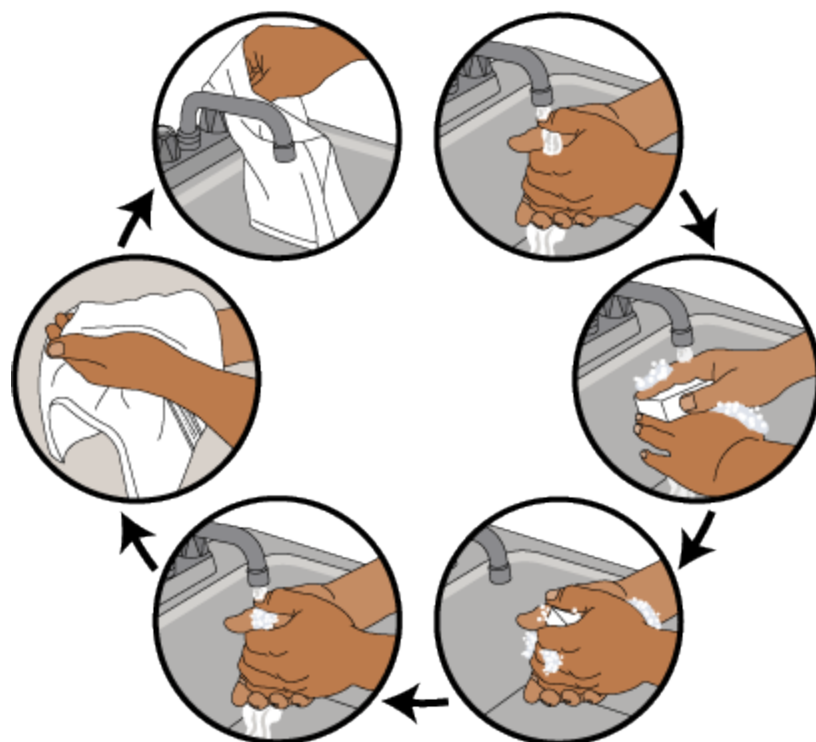
По симптомам COVID-19 похож на грипп, но может иметь и гораздо более серьезные проявления. У вас могут наблюдаться такие симптомы, как кашель, высокая температура, тремор, озноб и затрудненное дыхание. Вы можете ощущать чрезмерную утомляемость, покалывание в мышцах, головную боль или боль в горле. У некоторых людей возникает тошнота или жидкий стул. Другие теряют обоняние или вкус. Эти симптомы могут быть непостоянными и могут появляться и проходить во время болезни.

Вирус легко распространяется с мелкими каплями, которые выделяются при разговоре, чихании или кашле. Люди могут передавать вирус друг другу, когда беседуют на близком расстоянии, поют, обнимаются, делятся едой или обмениваются рукопожатиями. Возбудитель также сохраняет жизнеспособность на поверхностях, таких как столы, дверные ручки и телефоны. Однако это не основной способ распространения COVID-19. Врачи считают, что человек может распространять инфекцию, даже если у него отсутствуют какие-либо симптомы, однако этот механизм инфицирования не изучен. По этой причине получение прививки является одним из наиболее эффективных способов замедления распространения вируса.

У некоторых людей наблюдается легкое течение COVID-19: они могут оставаться дома до улучшения самочувствия. Ваш врач может наблюдать за вами более пристально, если вы больны или беременны. Некоторым пациентам может потребоваться госпитализация, если они находятся в тяжелом состоянии. Пациенты с COVID-19 должны самоизолироваться. Вы можете начать общаться с другими людьми, только когда ваш врач решит, что это безопасно.

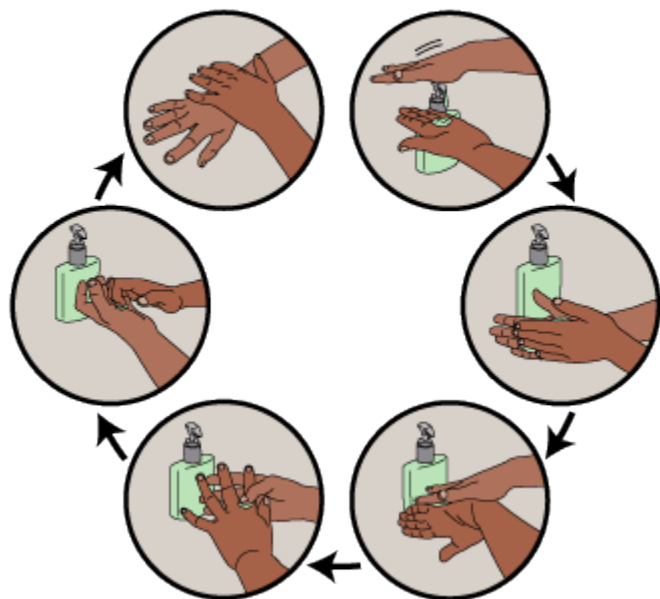
#### Image Filename

## Мытье рук



Тереть  
20 секунд

## Дезинфекция рук



Какой уход необходим дома?

- Спросите у врача, что вам нужно будет сделать по возвращении домой. Если вы не поняли разъяснений врача, обязательно уточните все непонятные моменты.
- Персонал может попросить вас во время родов надеть маску, закрывающую нос и рот. Вам также может потребоваться надевать маску, когда вы берете ребенка на руки. Если у Вас COVID-19, Вы сможете держать ребенка на руках или находиться рядом с ним лишь после улучшения Вашего самочувствия.
- Употребляйте много воды, соков или бульона для восполнения потерь жидкости в связи с высокой температурой.
- Вы можете использовать увлажнители воздуха с холодным испарением, чтобы облегчить такие симптомы, как заложенность и кашель.
- Для облегчения дыхания и улучшения сна приподнимайте верхнюю часть туловища в положении лежа, подкладывая под голову 2–3 подушки.
- Не курите, не пейте пиво, вино и коктейли (алкогольные напитки).
- Чтобы снизить вероятность передачи инфекции другим людям, привейтесь вакциной против COVID-19.
- Если Вы не прошли полный курс вакцинации:
  - **носите маску, закрывающую рот и нос, если вы находитесь в окружении людей**, которые не больны. Лучше всего использовать тканевые маски из нескольких слоев ткани.
  - Надевайте маску, закрывающую рот и нос, когда кормите или держите ребенка или сцеживаете грудное молоко.
  - Часто мойте руки.
  - Оставайтесь дома в отдельной комнате, если возможно, отдельно от других людей. Выходите из дома только для получения медицинской помощи.
  - По возможности пользуйтесь отдельной ванной комнатой.
  - Не готовьте пищу для других людей.

#### **Какой необходим последующий уход?**

- Врач может пригласить вас на визиты в медицинское учреждение, чтобы контролировать процесс лечения. Обязательно совершайте эти визиты. При посещении медицинского учреждения обязательно надевайте маску.
- По возможности заблаговременно сообщайте медицинскому персоналу о том, что у вас COVID-19. Это позволит принять дополнительные меры для предотвращения распространения заболевания.
- Полное выздоровление занимает несколько недель.

### **Какие лекарства могут понадобиться?**

Врач может назначить лекарственные препараты в следующих целях:

- Снижения температуры тела

### **Какие могут быть ограничения физической активности?**

Вам может потребоваться ограничить физические нагрузки. Поговорите с врачом о допустимых для вас физических нагрузках. Если вы тяжело переносите COVID-19, ваше выздоровление займет некоторое время.

### **Потребуется ли какой-либо другой уход?**

Врачи не знают, как долго вы можете передавать вирус другим после болезни. Эксперты считают, что вероятность передачи вируса ребенку через грудное молоко очень мала. Возможно, вы захотите, чтобы здоровый взрослый помог вам кормить ребенка. В противном случае тщательно вымойте руки и наденьте маску. Старайтесь не прикасаться к своему лицу, рту или глазам, а также не касайтесь лица, рта или глаз ребенка.

На данный момент врачи дают вам общие рекомендации, которым вы должны следовать после того, как заболели. Контакты с другими людьми возможны при выполнении следующих условий:

- Нормальная температура в течение 3 дней при отсутствии приема жаропонижающих препаратов.
- Отсутствие таких симптомов, как кашель или одышка.
- После появления первых симптомов или получения первого положительного результата исследования на наличие инфекции должно пройти не менее 10 дней, и у вас должны отсутствовать указанные выше симптомы. Некоторые специалисты считают, что этот период должен составлять не менее 14 дней.

Проконсультируйтесь со своим врачом по поводу получения вакцины от COVID-19.

### **Какие проблемы могут возникнуть?**

- Потеря жидкости. Это обезвоживание.
- Кратковременное или продолжительное повреждение легких
- Нарушения со стороны сердца
- Смерть

### **Когда мне следует позвонить врачу?**

- Симптомы инфекции. К ним относятся высокая температура 38 °C (100,4 °F) или выше, озноб, кашель, увеличение количества мокроты или изменение ее цвета.
- Дыхание затруднено настолько, что Вы можете сказать только одно или два слова за раз.
- Чтобы нормально дышать, Вы должны сидеть только прямо и (или) не можете лежать.

- У Вас появляется одышка, когда Вы говорите или сидите неподвижно.
- У Вас очень темная моча, или Вы не мочились более 8 часов.
- Ваш ребенок шевелится меньше обычного или перестал двигаться.
- Признаками опасного состояния преэклампсии являются очень сильная или непроходящая головная боль, изменения зрения или боль в верхних отделах живота.

### **Пересказ: для лучшего понимания**

Метод обратного обучения поможет вам усвоить полученную информацию. После общения с представителем персонала расскажите ему своими словами о том, что вы узнали. Это позволит выявить аспекты, которые вы уяснили не до конца после объяснений представителя персонала. Кроме того, вы сможете прояснить сложные для понимания моменты. Прежде чем отправиться домой, убедитесь, что вы можете:

- Рассказать о своем состоянии.
- Рассказать о том, что может облегчить дыхание.
- Рассказать о мерах, которые помогут избежать передачи инфекции ребенку и окружающим.
- Рассказать, что следует делать, если у Вас возникнут затруднения дыхания, ребенок будет меньше шевелиться или моча примет очень темную окраску.

Использование информации потребителей и заявление об ограничении ответственности:

Эта информация не должна рассматриваться в качестве руководства по лечению и не заменяет собой информацию, предоставляемую Вам поставщиком медицинских услуг. Здесь приведены лишь краткие сведения общего характера. Здесь НЕ содержится полной информации о состояниях, заболеваниях, травмах, анализах, процедурах, способах лечения и видах терапии, а также рекомендаций при выписке и указаний относительно образа жизни, которые могут относиться к Вам. Для получения полной информации о состоянии Вашего здоровья и возможных вариантах лечения Вам следует обратиться к поставщику медицинских услуг. Эту информацию не следует использовать, чтобы принять решение относительно приемлемости консультации, указаний или рекомендаций, поставщика медицинских услуг. Только поставщик медицинских услуг обладает необходимыми знаниями и квалификацией, чтобы надлежащим образом Вас проконсультировать. <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.