

Patient Education

COVID-19 と妊娠患者の退院指導

本情報の正しい理解と利用のため、下記の

「消費者情報の使用方法と免責事項」をよく読む必要があります。

このトピックについて

新型コロナウイルス感染症は、新型コロナウイルスとしても知られています。肺に感染が生じるウイルス性疾患です。SARS関連コロナウイルス（SARS-CoV-2）と呼ばれるウイルスによって引き起こされます。医師はまだ新型コロナウイルスが妊娠にどのような影響を及ぼすかについて十分に理解できていません。主治医は、妊娠中、出産時、または出産後に新型コロナウイルスが赤ちゃんに伝染する可能性があると考えています。早産のリスクが高くなる可能性があります。早産した場合、新生児が重篤な健康問題を抱えているおそれがあります。

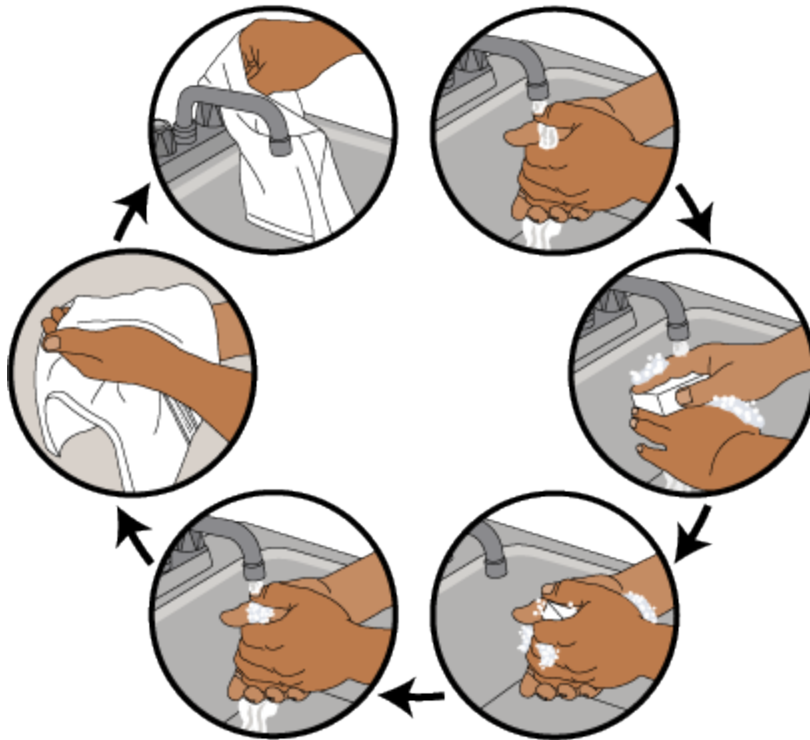
新型コロナウイルスの徴候はインフルエンザに類似していますが、かなり重篤な症状を伴う場合があります。咳、発熱、悪寒の震えがあり、呼吸が困難になる場合があります。重度の疲労感、筋肉痛、頭痛、喉痛などが生じる可能性があります。嘔気や下痢を認める人もいます。匂いや味覚がなくなる人もいます。これらの徴候は必ず認められるわけではなく、病気にかかった際に現れたり消えたりする可能性があります。

あなたの会話、くしゃみ、咳などでウイルスを含んだ飛沫が放出され、それが容易に拡散されます。あなたが人の近くで話す、歌う、人と抱き合う、食べ物を共有する、握手をするといった行為をとるときに、ウイルスを他人に感染させるおそれがあります。医師によれば、細菌はテーブル、ドアの取っ手、電話などの表面でも生存し続けるということです。しかし、これは新型コロナウイルスが伝播する一般的な方法ではありません。医師は、あなたに症状がなくても感染が広がる可能性があると考えていますが、それがどのように発生するのかは理解できていません。このため、ワクチン接種がウイルスの拡散を遅らせる最善の方法のひとつとなります。

新型コロナウイルスが軽症の場合はよくなるまで自宅で療養できますが、あなたが病気にかかっており、妊娠している場合、主治医はより注意深く診療する場合があります。重症の場合の一部では、入院が必要になることもあります。新型コロナウイルス感染者は、自分自身を隔離する必要があります。主治医から安全であると診断された場合に限り、他人のそばに近づくことが可能となります。

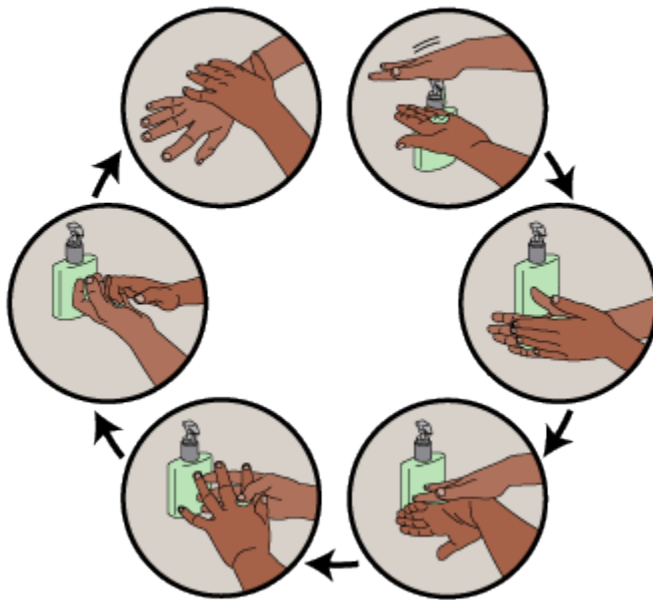
Image Filename

手洗い



20秒間こする

手の除菌



自宅ではどのようなケアが必要ですか？

- 退院後の注意事項について主治医に質問してください。主治医の説明がわからない場合は、必ず質問してください。
- 陣痛中は、スタッフから口と鼻へのマスクの着用をお願いする場合があります。赤ちゃんを抱っこするときは、マスクを着用する必要があるかもしれません。新型コロナウイルスに感染した場合、気分が良くなるまでは、赤ちゃんを抱いたり、近くにいることができない可能性があります。
- 熱で失われた水分を補うために、水、ジュース、またはスープを多めに摂取してください。
- 鼻づまりと咳を緩和するのに低温ミスト式の加湿器を使ってもよいでしょう。
- 横になるときは枕を2~3個使って上体を支えると、呼吸や睡眠が楽になります。
- 喫煙、ビール、ワイン、混合酒（アルコール）などの摂取は行わないようにします。
- 他人への感染リスクを下げるには、新型コロナウイルスワクチンを接種します。
- ワクチン接種を完了していない場合：
 - あなたが感染していないすべての人の周りにはいる場合は、口と鼻にマスクを着用してください。マスクを着用するようにします。布製マスクは、複数の布の層からなるタイプが最も効果を発揮します。
 - 赤ちゃんに授乳する、赤ちゃんを抱く、また赤ちゃんのために搾乳する場合は、口と鼻にマスクを着用してください。
 - 頻繁に手洗いをします。
 - 可能であれば、他の人から離れた自宅の別の部屋で過ごします。受診する場合のみ、外出するようにします。
 - 可能であれば、家族とは別のトイレを使用します。
 - 他の人に料理を作るのは控えます。

どのようなフォローアップケアが必要ですか？

- 主治医が快復過程をチェックするための通院を勧める場合もあります。その場合は必ず通院してください。通院時は必ずマスクを着用してください。
- 病院のスタッフが感染を防ぐために特別な措置を講じることができるよう、できれば事前に COVID-19 に罹患していることを伝えてください。
- 健康が回復するまでに数週間かかる場合があります。

必要となる可能性がある薬剤は何ですか

医師は次のような薬剤を処方する場合があります。

- 熱を下げる

運動制限はありますか

身体活動を制限する必要があるかもしれません。適切な活動量について主治医に相談してください。COVID-19による症状が重症であった場合、以前の体力が戻るのに時間がかかる可能性があります。

その他の治療が必要ですか？

病気にかかっている場合、どれくらいの期間はウイルスを他人に感染させる可能性があるのか、医師は判断できません。専門家は、母乳から赤ちゃんにウイルスが伝染する可能性は非常に低いと考えています。健康な大人に赤ちゃんへの授乳を手伝ってもらおうとよいかもしれません。そうできない場合は、手洗いに十分注意し、マスクを着用してください。顔、口、または目に触れないようにし、赤ちゃんの顔、口、または目にも触れないようにします。

現在では、病気になった場合に守るべき一般ガイドラインについて医師から指示が出されています。人に面会する前には、以下の条件を満たさなければなりません。

- 直近の3日間、あなたが発熱しておらず、解熱剤を服用していない
- 咳や息切れの症状がない
- 最初に症状が出た時点、または最初の検査で陽性反応が出た時点から少なくとも10日間にわたり待機しており、その後も上記の症状が認められていない。14日の待機期間を推奨する医師もいます。

新型コロナウイルスワクチン接種について主治医に相談してください。

どのような問題の発生が予想されますか？

- 水分喪失。これは脱水症です。
- 短期間または長期間の肺損傷
- 心臓障害
- 死亡

医師に電話する必要があるのはどのようなときですか？

- 感染症の徴候。38°C（100.4°F）以上の発熱、悪寒、咳、痰の増量または、変色などの症状。
- 呼吸が非常に苦しくて、一度に1語か2語しかしゃべれません。
- 呼吸をするためには常に座っていなければならず、横になることもできません。
- 話しているとき、じっと座っているときに呼吸が苦しくなります。
- 非常に濃い色の尿が出る、または8時間以上尿が出ません。

- 赤ちゃんの動きが普段より少ない、または動きません。
- 「妊娠高血圧腎」と呼ばれる危険な状態の症状であり、頭痛が激しいか消えない、視力の変化、上腹部の痛みなどの症状があります。

ティーチバック: 理解に役立てる

ティーチバック法を使用すると、提供された情報が理解しやすくなります。スタッフと話した後、学んだことを自分の言葉で伝えます。これはスタッフが各事項をはっきり説明したことを確認するのにも役立ちます。理解が困難であった事柄を説明するのにも役立ちます。帰宅する前に、下記のことのできるか確認してください。

- 自分の症状について説明できる。
- 呼吸を楽にする方法について語るができる。
- 赤ちゃんや他人への感染の予防方法について説明できます。
- 自分の呼吸が苦しい、赤ちゃんの動きが少ない、またはわたしの尿の色が非常に濃い場合の対処法を説明できます。

費者情報の使用および免責事項:

この情報は特定の医学的アドバイスではなく、医療提供者から得られる情報の代替となるものではありません。これは一般的な情報の概要にすぎません。病状、病気、怪我、検査、手術、治療、療法、退院指導、ライフスタイルの選択肢に関する情報をすべて含んでいるわけではありません。あなたの健康状態と治療オプションに関する詳しい情報については、かかりつけの医療提供者と相談する必要があります。この情報によって、医療提供者のアドバイス、指示、推奨を受け入れるかどうかを決定しないでください。かかりつけの医療提供者だけが、どのような治療が適しているかアドバイスする知識を持ち、訓練を受けています。

<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.