

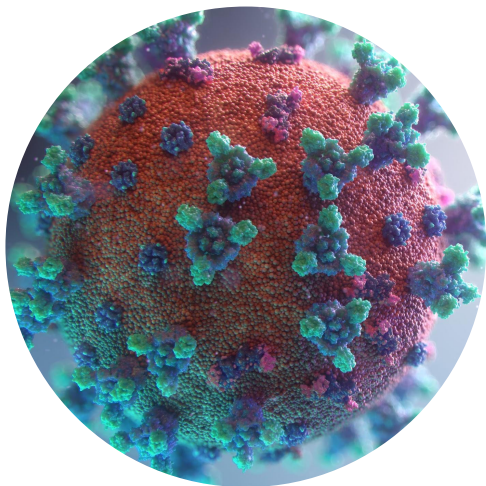
Three small white dots are arranged in a slight curve in the top left corner.

# Koronavirus

v těhotenství a po porodu

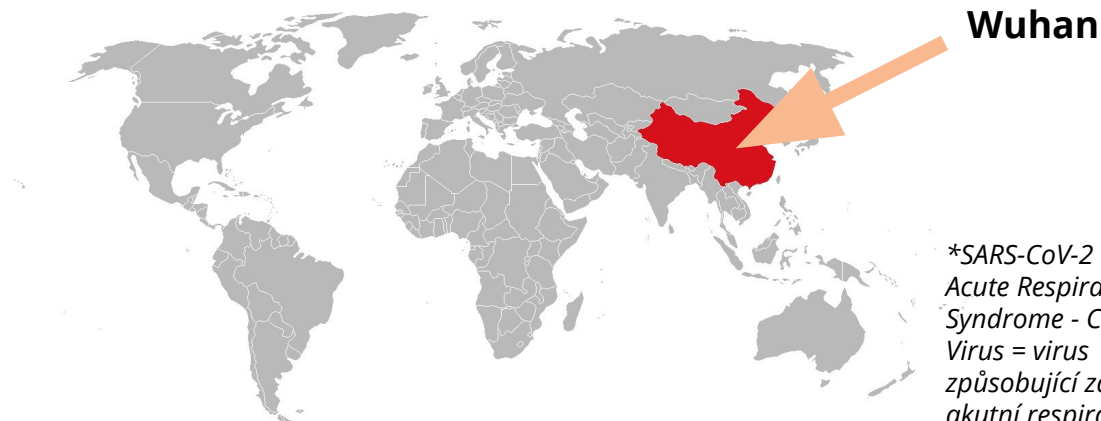


# Co to je?



Název je odvozen od charakteristického uspořádání povrchových struktur lipidového (tukového) obalu virů do tvaru sluneční koruny.

Coronavirus disease 2019, zkráceně "**COVID-19**," je označení pro infekci způsobenou specifickým virem SARS-CoV-2\*, který se poprvé objevil koncem roku 2019 ve **Wuhanu v Číně**.



\*SARS-CoV-2 = *Severe Acute Respiratory Syndrome - Corona Virus* = virus způsobující závažný akutní respirační syndrom (obtíže)



# Jak se přenáší?

Koronavirus se šíří z člověka na člověka podobně jako chřipka = **kapénkovou infekcí**.  
Zasahuje nejčastěji sliznice horních a dolních dýchacích cest a spojivky.

**Kašláním  
či smrkáním**

**Během hovoru**

**Líbáním**

**Dotykem  
infikovaného  
povrchu**

Vzdálenost  
přenosu až

**2 metry**

*Dodržujte pro bezpečný  
odstup od ostatních!*



**Pozor! Nakazit se můžete od člověka, který má příznaky, i od toho, který je zatím nemá.** U těhotných žen ale nebylo prokázáno vyšší riziko nákazy než u běžné populace.

# Jaké je riziko přenosu na dítě?



**Nebyl prokázán přenos viru z matky na plod** v průběhu těhotenství a při porodu.

Virus **nebyl nalezen** v plodové vodě ani v mateřském mléce.

Nakažení novým typem koronaviru by při dobrém zdravotním stavu matky **nemělo být důvodem odloučení** od novorozence. Před přiložením k prsu při kojení je ale nutná přísná hygiena rukou a rouška na obličeji. I tak se ale vždy poraďte se svým lékařem.



# Inkubační doba

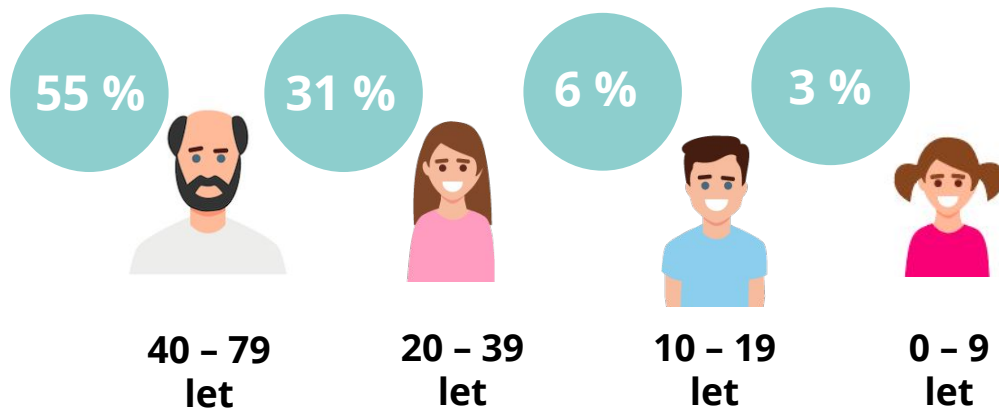


2 až 14  
dnů

.. i proto se po kontaktu s osobou nakaženou koronavirem nařizuje karanténa po dobu 2 TÝDNŮ.



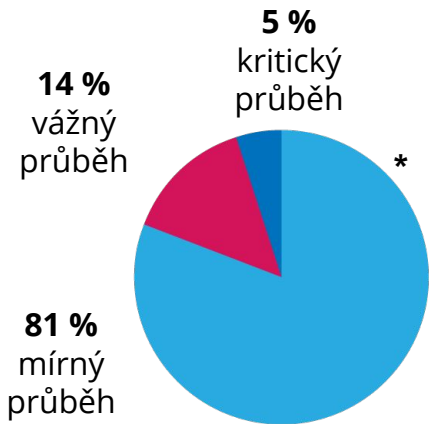
Jaké je většinou věkové  
rozložení nakažených?



Riziko infekce je podobné u všech věkových kategorií, avšak děti a mladí, jinak zdraví lidé, mají menší pravděpodobnost vážného průběhu.

*\*inkubační doba = období mezi vstupem nákazy do organismu a vypuknutím nemoci.*

# Jak infekce probíhá?



\*Graf platí pro všeobecnou populaci.

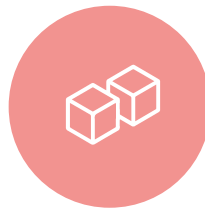
## Nejohroženější skupiny



**Senioři**



**Dětské skupiny**



**Chronicky nemocní**  
(cukrovka, srdeční selhání, plicní onemocnění)



**Osoby s oslabenou imunitou**  
(onkologičtí pacienti)



Z dostupných dat vyplývá, že průběh onemocnění bývá u těhotných žen většinou velmi lehký. Byly popsány jen ojedinělé případy s těžkým průběhem.

# Jak se infekce u těhotných projevuje?

- Zvýšenou teplotou až horečkou
- Kašlem
- Únavou
- Potížemi s dýcháním\*
- Bolestí svalů
- Nechutenstvím

Mezi další méně časté příznaky patří bolest hlavy, bolest v krku, rýma. Objevit se ale může i nevolnost a průjem.

*\*Pouze u některých pacientů vede k rozvoji virového zápalu plic, který může vyústit až v selhání dýchání.*



# Jak se léčí



Pro léčbu infekce COVID-19 není doporučena specifická antivirová léčba. Postupuje se na základě individuálních potřeb pacienta, nejčastěji zmírněním jeho příznaků běžně dostupnými léky.

U těhotných s nekomplikovaným průběhem může léčba proběhnout v domácím prostředí. Pokud je průběh komplikovaný (např. s vážnými dýchacími obtížemi), probíhá léčba v nemocničním prostředí, žena musí být pečlivě sledována. Horečku lze v případě nutnosti léčit acetaminofenem nebo paracetamolem.

Doba uzdravení  
u mírného  
průběhu

**2 týdny**

Doba uzdravení  
u závažného  
průběhu

**6 týdnů**



# Jak nákaze předcházet?



Každý z nás může svým chováním přispět ke svému zdraví a zdraví své rodiny a spolu s tím pomoci zabránit šíření infekce. Dodržujte proto následující pravidla:

**1. Myjte si pravidelně ruce** vodou a mýdlem. Zejména pak poté, co přijдете z venku, dotýkali jste se ostatních lidí, zvířat nebo povrchů. [Naučte se je mýt správně!](#) Vhodné je také používat dezinfekci s 60% podílem alkoholu.

**2. Zakrývejte si ústa rukávem** při kýchání a kašli. Nikdy ne rukou.

**3. Používejte jednorázové kapesníky** a po jejich použití si vždy umyjte ruce.

**4. Nedotýkejte se obličeje.** Zejména pak úst, nosu a očí. Pokud se jich omylem dotknete, umyjte si ruce.

**5. Vyhýbejte se místům s velkou koncentrací lidí.** A to zejména těm špatně odvětrávaným. Zůstaňte doma, jak nejvíce to jen bude možné.

**6. Vyhýbejte se úzkému kontaktu s nemocnými.** V případě kontaktu dodržujte vzdálenost alespoň 2 metry.

# Jak nákaze předcházet?



7.

## Omezte cestování

na minimum. To platí i pro pobyt v prostředcích MHD a taxi.

8.

## Starejte se o své zdraví,

dostatečně spěte, jezte pestrou stravu, dodržujte pitný režim a nezapomínejte ani na pravidelnou pohybovou aktivitu.

9.

## Pravidelně uklízejte a dezinfikujte

objekty a povrchy, kterých se často dotýkáte. To platí zejména pro kliky, počítače, mobilní telefony či noční stolky. Volte ty úklidové prostředky, které kromě bakterií zneškodní i viry.

10.

## Mějte dostatek běžně dostupných léků

proti horečce. A stejně tak dalších potřebných zdravotnických pomůcek (papírové kapesníčky, teploměr. Pozor! Vždy pečlivě čtěte příbalovou informaci, zda jsou vhodné pro těhotné.

11.

## Zásobte se potravinami

a domácími potřebami na 2 až 4 týdny. Připravte se postupně a nenakupujte bezhlavě.

12.

## Používejte roušku vždy,

když opouštíte domov.

!

**Vakcína, která by vás ochránila před infekcí COVID-19, zatím neexistuje.**



# Jak správně použít roušku či respirátor?

## Obecné pokyny k používání roušek a respirátorů

- Před a po manipulaci s rouškou či respirátorem si **vždy dezinfikujte ruce** nebo si je **umyjte** mýdlem a vodou.
- **Zakryjte si jimi nos a ústa** a ujistěte se, že mezi vaším obličejem a okrajem roušky nejsou **žádné mezery**.
- Během nošení se pomůcek **nedotýkejte**.
- Pokud jsou vlhké, **vyměňte je** za nové.
- **Sundávejte je zezadu**, t.j. tahem za šňůrky, nikoliv tahem za masku.



**Roušku či respirátor noste vždy, když opouštíte domov. Chráníte tak nejen sebe, ale i své okolí.**

## Látková rouška

- V případě látkových roušek mějte na výměnu **více kusů** (např. 4 na den).
- Po použití ji **vyperte při vysokých teplotách** (nad 60°C).
- Po uschnutí ji vždy **vyžehlete**.

## Papírová jednorázová rouška

- **Znovu ji nepoužívejte**.
- Po použití ji dejte do sáčku a ten pak vyhodte do uzavřeného koše.

## Respirátor

- Respirátor obvykle **po 4 - 6 hodinách ztrácí účinnost**.
- Respirátor s výdechovým ventilem je doporučen nosit **s rouškou přes něj**.

# Potřebujete poradit?



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY

Navštivte  
webové stránky  
[koronavirus.mzcr.cz](https://koronavirus.mzcr.cz)  
či zavolejte na  
celostátní  
infolinku 1212.

Zavolejte na  
infolinku Státního  
zdravotního  
ústavu



Zavolejte na  
infolinku své  
zdravotní  
pojišťovny



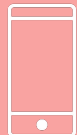
Pokud se na linky z důvodu  
přetížení nebudete moci  
dovolat, zachovejte klid  
a **zkuste to později.**

- 724 810 106
- 725 191 367
- 725 191 370

- VZP 952 222 222
- VoZP 844 888 888
- OZP 261 105 555
- ČPZP 810 800 800
- ZP ŠKODA 800 209 000
- ZPMV 844 211 211
- RBP 800 213 213

# Co dělat, pokud onemocním?

POKUD MÁTE PŘÍZNAKY JAKO JE KAŠEL,  
HOREČKA A DUŠNOST



**ZŮSTAŇTE DOMA  
A ZAVOLEJTE SVÉMU PRAKTICKÉMU  
LÉKAŘI. UVEĎTE, ŽE JSTE TĚHOTNÁ.**



POKUD SE U VÁS POTVRDÍ  
ONEMOCNĚNÍ KORONAVIREM



**ZAVOLEJTE SVÉ PORODNÍ ASISTENTCE  
A/NEBO GYNEKOLOGOVI A UPOZORNĚTE  
JE, ŽE JSTE NEMOCNÁ. POŽÁDEJTE JE, ABY  
VÁM PORADILI, JAK V PRŮBĚHU  
ONEMOCNĚNÍ POSTUPOVAT DÁL.**



Všechny těhotné ženy, včetně žen s prokázaným nebo podezřením na onemocnění COVID-19, mají právo na adekvátní zdravotní péči.

# Otázky a odpovědi



**„Musí těhotné ženy s prokázaným/podezřením na onemocnění COVID-19 родit císařským řezem?“**

Ne. Samostatná pozitivita onemocnění COVID-19 není důvodem pro ukončení těhotenství císařským řezem.

**„Mohou ženy s onemocněním COVID-19 kojit?“**

Ano, pokud si kojit přejí. Měly by ale dodržovat hygienická opatření: v průběhu kojení užívat ochranných pomůcek, umýt si ruce před a po dotyku s dítětem, čistit a dezinfikovat povrchy, kterých se ženy dotkly.

**„Existuje riziko, že COVID-19 u těhotné ženy nebo novorozence může mít dlouhodobý vliv na zdraví a vývoj dítěte?“**

V současné době neexistují žádné informace o dlouhodobých zdravotních účincích u kojenců s COVID-19, ani u těch, kteří byli vystaveni viru, který způsobuje COVID-19 v děloze matky.

U několika málo žen s těžkým průběhem infekce (zápal plic) bylo popsáno vyšší riziko předčasného porodu.

# Otázky a odpovědi

**„Mohu se dotýkat a být se svým novorozeným dítětem?“**

Ano, kontakt a časně kojení vašemu dítěti prospívá. Mělo by vám být umožněno bezpečně kojit s dodržováním hygienických zásad, možnost přímého osobního kontaktu s dítětem, sdílení pokoje s dítětem. Před a po kontaktu s dítětem si myjte ruce a čistěte a dezinfikujte povrchy, kterých se dotknete.



**„Je onemocnění COVID-19 u kojící matky potencionální rizikem pro kojence?“**

Onemocnění se přenáší na člověka při úzkém kontaktu s osobou s potvrzeným COVID-19 a předpokládá se, že k němu dochází hlavně prostřednictvím kapénkové nákazy, když osoba s infekcí kašle nebo kýchá. V několika málo případech, které byly doposud hlášeny, nebyl v mateřském mléce žen s COVID-19 nalezen žádný virus, nicméně protilátky proti SARS-CoV byly ve vzorcích mateřského mléka zjištěny.

# Závěrečná doporučení

Nepanikařte, ale  
neberte situaci  
na lehkou váhu

Pokud vám není  
dobře, zůstaňte  
doma

Myjte si  
pravidelně ruce.  
[Jak na to?](#)

Čerpejte informace  
z kvalitních zdrojů  
([MZ ČR](#), [SZÚ](#), [WHO](#))

Než půjdete k lékaři,  
nejdříve mu zavolejte

Vyhýbejte se  
kontaktu  
s nemocnými

Pokud máte obavy,  
poradte se se svým  
gynekologem

Pokud máte  
nařízenou karanténu,  
dodržujte ji

Každý z nás totiž může  
sehrát významnou roli  
v zamezení šíření  
infekce



# Kdo prezentaci vytvořil

Nezisková organizace



Pod záštitou



1. LÉKAŘSKÁ  
FAKULTA  
Univerzita Karlova

Za obsah zodpovídá:

**MUDr. Kateřina Vacková,**  
zakladatelka Loono

*Za spolupráci děkuji MUDr. Martina Čermáková  
a Mgr. Petra Císařová. Grafika: Ekaterina Kokourova.*

*Materiál vznikl za dozoru doc. MUDr. Ondřeje Šimety, PhD.,  
MBA (přednosta Gynekologicko-porodnické kliniky, FN Ostrava  
a LF OU). Za spolupráci děkujeme.*

Tato brožura byla vytvořena dne 1. 4. 2020.  
Situace se však mohla změnit, aktuální verzi  
naleznete na [www.loono.cz/koronavirus](http://www.loono.cz/koronavirus).

Čerpáme z ověřených zdrojů



MINISTERSTVO ZDRAVOTNICTVÍ  
ČESKÉ REPUBLIKY



World Health  
Organization



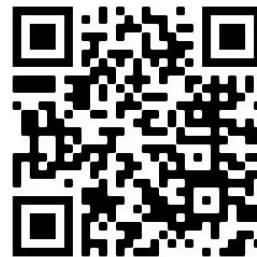
STÁTNÍ  
ZDRAVOTNÍ  
ÚSTAV  
SZU



UpToDate®

Podpořte výrobu dalších  
edukačních a osvětových  
materiálů

[bit.ly/PodporitLoono](https://bit.ly/PodporitLoono)



DARUJME.CZ



[www.loono.cz/koronavirus](http://www.loono.cz/koronavirus) | @loonocz