

## Informacion mbi COVID-19 për Gratë shtatëzëna

Informacioni rreth COVID-19 po ndryshon shpejt. Do bëjmë më të mirën që t'ju informojmë mbi atë çfarë duhet të dini.

**Ne jemi akoma duke mësuar rreth rreziqeve gjatë shtatëzënisë për të dy, nënën dhe foshnjën.**

**Deri tani:**

- Gratë shtatëzëna nuk duken të jenë më të prirura për tu infektuar me COVID-19. Ato mund të kenë më shumë të ngjarë të sëmuren rëndë prej tij, të shtrohen në spital ose në Njësinë e Kujdesit Intensiv dhe të kenë nevojë për tub frymëmarrjeje, por jo më shumë të ngjarë të vdesin nga infeksioni në krahasim me të tjerët. Gjithmonë ideja më e mirë është që gratë shtatëzëna të evitojnë marrjen e infeksionit, pasi shumë viruse si influenza (gripi) mund të shfaqen më rëndë gjatë shtatëzënisë. Gratë shtatëzëna duhet të ndjekin po të njëjtat rregulla si të tjerët për të evituar infeksionin (shih më poshtë).
- Nuk rezulton të ketë defekte në lindje të njohura që kanë lidhje me infeksionin COVID-19 gjatë shtatëzënisë. Temperatura e lartë në vetvehte gjatë tre-mujorit të parë mund të rris rrezikun e defekteve në lindje.
- Një rritje në probleme, si dështimi, lindja e parakohshme, shqetësimi të foshnja, përbën ndoshta shqetësim vetëm në rast se nëna sëmuret rëndë. Shumica e grave shtatëzëna nuk do të kenë nevojë për lindje të parakohshme vetëm sepse infektohen.
- Shumica e studimeve të grave me COVID-19 në momentin e lindjes tregoi se foshnjat e tyre rezultuan negativ mbas testimit. Ka pak raste të raportuara të foshnjeve të cilat kanë rezultuar pozitive nga testi menjëherë pas lindjes, disa nga këto duken t'a kenë marrë në bark (transmetimi vertikal). Ky rrezik duket të jetë shumë i pazakontë. Pjesa tjetër e foshnjeve e kanë marrë pas lindjes. Per kete arsye, mund të jetë e nevojshme që nëna dhe foshnja të ndahen pas lindjes, për të parandaluar infeksionin tek fëmija, në rast se nëna infektohet në kohën e lindjes.
- Edhe pse e infektuar, një grua mund të ushqejë me gji. Kjo gjë në fakt e ndihmon foshnjën që të luftojë infeksionin në qoftë se nëna ndjek udhëzime të caktuara (shih burimet në fund).

**Mënyra më e mirë për të evituar sëmundjen:**

- **Lani duart** për të paktën 20 sekonda ose përdorni mjete higjieno-sanitare për duar sa më shpesh gjatë ditës.
- Evitoni kontaktin me njerëz të cilët janë sëmurë me sëmundje të ngjashme me gripin (temperaturë >100.0 F, 37.5 C, kollë, vështirësi në frymëmarrje).
- **Distancimi Social:** Evitoni grumbullimet e grupeve të njerëzve. Qëndroni për të paktën 1.8m (6 feet) larg nga njerëzit e tjere edhe nëse ata nuk kanë simptoma dhe vishni një shami që mbulon hundën dhe gojën tuaj cdo herë që shkoni jashtë. Kjo do të vazhdojë të jetë e rëndësishme edhe ndërsa bizneset fillojnë të hapen.

**Nëse ju ose dikush që jeton me ju zhvillon simptoma të COVID-19 apo ekspozohet ndaj një rasti të konfirmuar me COVID-19, njoftoni zyrën (si ditën dhe natën) për tu konsultuar për vlerësim dhe menaxhim të mëtejshëm:**

- Simptomat përfshijnë: temperaturë >100.0 F ose 37.5 C, kollë të re, vështirësi të re/përkeqësim të frymëmarrjes, ethe, dhimbje muskujsh, humbje të re të shijes apo të nuhatjes, dhimbje gryke, të vjella, ose diarre.
- **Qoftë për çështje që lidhen me shtatëzëninë apo shqetësimeve rreth simptomave të COVID-19, ju lutem telefononi zyrën e mjekut tuaj para se të shkoni në spital apo tek mjeku,**

në mënyrë që të përgatitemi për ardhjen tuaj. Për të evituar infektimin e të tjerëve, do të na duhet t'ju shoqërojmë në një ambient privat për testim. Ne mund të diskutojmë nëse keni nevojë për trajtim bazuar në simptomat tuaja.

- **Nëse keni një urgjencë mjekësore, si p.sh vështirësi të vazhdueshme dhe/apo të theksuar të frymëmarrjes, ju lutemi kërkoni kujdes shëndetësor menjëherë.**

**Rregullorja për Vizitorët:** Ju mund të merrni informacion në rregulloren aktuale të vizitorëve këtu: [www.umassmemorial.org/coronavirus](http://www.umassmemorial.org/coronavirus). Ne do t'i ndryshojmë rregullat përsëri, sapo të jetë e qartë që rreziku ka kaluar. Ne e vlerësojmë mirëkuptimin tuaj.

Cdo lindje është e veçantë. Ne dëshirojmë që çdo nënë, bebe dhe familje të jetë e sigurt dhe e shëndetshme. Ju lutemi kini dijeni që të gjithë ofruesit e kujdesit shëndetësor do të punojnë së bashku për t'u kujdesur për ju. Nëse mjeku / mamia juaj ose partner i klinikës së tyre nuk mund të jenë atje, një doktor / mami tjetër mund të menaxhojë shtatëzëninë tuaj, përfshirë lindjen e fëmijës tuaj dhe kujdesjen për ju pas lindjes.

#### **Faqe të besueshme interneti mbi COVID-19**

- Qendrat për Kontrollin dhe Parandalimin e Sëmundjes (CDC)  
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnancy-breastfeeding.html>
- BabyCenter, në bashkëpunim me Society for Maternal-Fetal Medicine  
[https://www.babycenter.com/0\\_pregnancy-and-the-coronavirus-covid-19-symptoms-social-dista\\_40006948.bc](https://www.babycenter.com/0_pregnancy-and-the-coronavirus-covid-19-symptoms-social-dista_40006948.bc)
- Kolegji Amerikan i Mjekëve Obstetër dhe Gjinokolog (American College of Obstetrics and Gynecologists)  
<https://www.acog.org/patient-resources/faqs/pregnancy/coronavirus-pregnancy-and-breastfeeding>

Departamenti i Shëndetit Publik të Massachusetts (Massachusetts Department of Public Health)  
<https://www.mass.gov/resource/information-on-the-outbreak-of-coronavirus-disease-2019-covid-19>

Divizioni i Shëndetit Publik të Worcester (Worcester Division of Public Health)  
<http://www.worcesterma.gov/coronavirus>

UMass Memorial Health Care  
<https://www.umassmemorialhealthcare.org/umass-memorial-health-care/patients-visitors/coronavirus-covid-19-news-and-information>