



# Θέματα περιγεννητικής

Perinatal  
Health Issues

## ΘΕΜΑΤΑ ΠΕΡΙΓΕΝΝΗΤΙΚΗΣ

**Τριμηνιαία έκδοση της Εταιρείας  
Ψυχολογικής Ψυχιατρικής  
Ενηλίκου & Παιδιού**

**Εκδότης Δ/ντής:**

A. Καρκάνη, Πρόεδρος Ε.Ψ.Ψ.Ε.Π.

**Ιδιοκτήτης:**

Ε.Ψ.Ψ.Ε.Π. Αιγιαλείας 18,

15125 Παράδεισος Αμαρουσίου

Τηλ: +30 210 6842 663

Fax: +30 210- 6842 079

Email: editions@appac.gr

Website: www.appac.gr

**ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΕΠΙΤΡΟΠΗ**

**Διεύθυνση Σύνταξης:**

A. Καρκάνη

**Αναπληρωτής Διευθυντής Σύνταξης:**

M. Θεοδωράκη, Φ. Ανατολίτου

**Μέλη:**

M. Παπαδοπούλου, K. Κουλόπουλος,

X. Παπαζαφειράτου

**Γραμματεία:**

A. Παρασκευά,

Τηλ.: +30-210 7241131, +30-210 6842663

Fax: +30-210-6842079,

e-mail: editions@appac.gr

### ΥΠΟΒΟΛΗ ΑΡΘΡΩΝ

Θα βρείτε σχετικές πληροφορίες στη διεύθυνση: [www.appac.gr](http://www.appac.gr). Για τα αποστέλλόμενα έντυπα, κείμενα, φωτογραφίες, ο εκδοτικός οίκος αποκτά αυτόματα το δικαίωμα της δημοσίευσης. Κείμενα και φωτογραφίες που αποστέλλονται στο περιοδικό προς δημοσίευση δεν επιστρέφονται. Απαγορεύεται η αναδημοσίευση, η αναπαραγωγή ή μετάδοση όλου ή μέρους του περιοδικού χωρίς την έγγραφη άδεια του εκδότη. Η άποψη των συντακτών δεν ταυτίζεται απαραίτητα με την άποψη της Διεύθυνσης του περιοδικού.

## PERINATAL ISSUES

**Quarterly Journal of the Association  
of Psychology and Psychiatry  
for Adults and Children A.P.P.A.C.**

**A.P.P.A.C.**

18 Aigialias str.,

15125 Marousi, Greece

Tel: +30 210 6842663

Fax: +30 2106842079

email: editions@appac.gr

website: www.appac.gr

**EDITORIAL BOARD**

**Editor:** A. Karkani

**Associate editors:**

M. Theodoraki, F. Anatolitou

**Members:**

M. Papadopoulou, K. Kouloupoulos,

Ch. Papazafiratou

**Secretariat:** A. Paraskeva

Tel.: +30-210-7241131, +30-210-6842663

Fax: +30-210-6842079,

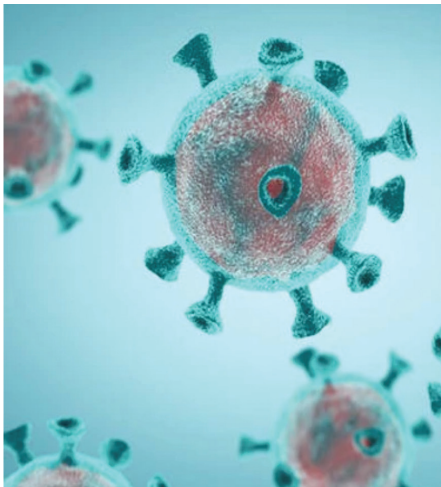
e-mail: editions@appac.gr

# Μητρότητα και Κορονοϊός

Μάρθα Θεοδωράκη

Παιδίατρος Νεογνολόγος, Διευθύντρια - Επιστημονικά Υπεύθυνη  
Μ.Ε.Ν.Ν. Γ.Ν. Νίκαιας-Πειραιά "Άγιος Παντελεήμων"

**Περίληψη:** Ο νέος κορονοϊός SARS-CoV-2 που προκαλεί τη νόσο COVID-19, έχει εξαπλωθεί σε πάνω από 200 χώρες, προκαλώντας την σύγχρονη πανδημία, και ανάμεσα στα πολλαπλά θέματα και ερωτηματικά που έχουν αναδυθεί, ερωτήματα και προβληματισμοί σχετικά με την νόσηση των εγκύων και τον κίνδυνο μετάδοσης της λοίμωξης από την μητέρα τόσο κατά τη διάρκεια της κύησης όσο και μετά τον τοκετό, στο μωρό της, απασχολούν την επιστημονική κοινότητα και προκαλούν ανησυχία στις μέλλουσες μητέρες.



Οι κορονοϊοί ή κοροναϊοί (εναλλακτική ορθογραφία: κορωνοϊοί ή κορωνοϊοί) είναι οικογένεια ιών. Έχουν πάρει το όνομά τους από τη χαρακτηριστική εμφάνισή τους στο ηλεκτρονικό μικροσκόπιο, όπου διακρίνονται εξογκώματα περιμετρικά των υλικών σωματιδίων σαν στέμματα, το οποίο στα λατινικά λέγεται «κορόνα» (λατινικά: corona). Οι κορονοϊοί είναι ιοί με περίβλημα και φέρουν ως γονιδίωμα ένα μονόκλωνο RNA θετικής(+) πολικότητας. Το γονιδίωμα των κορονοϊών έχει μέγεθος περίπου 26 με 32 χιλιάδες βάσεις, το μεγαλύτερο μεταξύ των ιών RNA

## ΠΩΣ ΞΕΚΙΝΗΣΕ

Η ιστορία ξεκίνησε, από την πόλη WUHAN στην Κίνα όπου απομονώθηκε για πρώτη φορά στα τέλη του 2019 ο νέος ιός μετά από πολλά κρούσματα σοβαρής πνευμονίας. Σύμφωνα με τα ως τώρα δεδομένα, η COVID-19 Ιοίμωξη, μπορεί να προκαλέσει ήπια νόσηση έως και σοβαρή πνευμονία και ακόμη και μετάδοση από ασυμπτωματικούς φορείς. Παρόλο που οι ηλικιωμένοι και τα άτομα με υποκείμενα προβλήματα υγείας, έχουν τον μεγαλύτερο κίνδυνο σοβαρής νόσησης και θανάτου, θάνατοι έχουν σημειωθεί και σε υγιή νεαρά και μέσης ηλικίας άτομα.

Επίσης υπάρχουν αρκετές αναφορές λοίμωξης γυναικών κατά τη διάρκεια της κύησης. Με τα έως τώρα υπάρχοντα δεδομένα, δεν τεκμηριώνεται αυξημένος κίνδυνος νοσηρότητας και θνητότητας των εγκύων απ' αυτόν τον ιό όπως συνέβαινε με τους κορονοϊούς που προκάλεσαν τις επιδημίες SARS και MERS, ή

όπως συμβαίνει με τον ιό της γρίπης που μπορεί να προκαλέσει σοβαρή δυνητικά θανατηφόρο νόσηση στις εγκύους στο τελευταίο τρίμηνο της κύησης. Είναι γνωστό ωστόσο ότι στην εγκυμοσύνη παρατηρούνται ανοσολογικές και λειτουργικές αλλαγές, που αυξάνουν τον κίνδυνο λοιμώξεων του αναπνευστικού από ιογενή νοσήματα και επιβάλλεται οι έγκυες να εφαρμόζουν συστηματικά όλα τα προτεινόμενα μέτρα ατομικής και αναπνευστικής υγιεινής όπως η υγιεινή των χεριών και η αποφυγή επαφής με ασθενείς με λοίμωξη αναπνευστικού και τις τρέχουσες συστάσεις του ΕΟΔΥ που αφορούν στην προφύλαξη από τον SARS-CoV-2.

Με τα έως τώρα δεδομένα, υπάρχει αβεβαιότητα για την κάθετη μετάδοση της λοίμωξης από τη μητέρα στο έμβryo, ενώ η περιγεννητική έκθεση του νεογνού στις εκκρίσεις της μητέρας δεν μπορεί να αποκλειστεί, ωστόσο στις περισσότερες περιπτώσεις ο προγραμματισμένος χρόνος και τρόπος τοκετού, δεν θα χρειαστεί να τροποποιηθούν. Η πιθανότητα να

είναι θετική η μητέρα κατά τον τοκετό, επιβάλλει την λήψη προστατευτικών μέτρων για την αποφυγή της διασποράς της λοίμωξης, από το ιατρονοσηλευτικό προσωπικό. Η μετάδοση της λοίμωξης από την μητέρα στο νεογνό μετά τον τοκετό, με τις αναπνευστικές εκκρίσεις, θεωρείται ο πιθανότερος τρόπος μόλυνσης του νεογέννητου. Τα περισσότερα έως σήμερα δημοσιευμένα δεδομένα, αναφέρονται σε απομάκρυνση του νεογνού από την μητέρα με COVID-19, αμέσως μετά τη γέννηση και σε αρκετές περιπτώσεις για αρκετές ημέρες, έτσι είναι δύσκολη η ακριβής εκτίμηση του κινδύνου μετάδοσης με τη συνήθη επαφή και φροντίδα μητέρας-νεογέννητου.

Αν και επώδυνος, αυτός ο αποχωρισμός, έστω και προσωρινός, στοχεύει στην ελαχιστοποίηση του κινδύνου μετάδοσης της λοίμωξης με τις εκκρίσεις της μητέρας, με περισσότερο αναμενόμενο όφελος για τις περιπτώσεις των συμπτωματικών μητέρων. Τα οφέλη και οι πιθανές επιπτώσεις της επιλογής αυτής αναλύονται στις μητέρες με πιθανή ή επιβεβαιωμένη λοίμωξη και συνεκτιμώνται και εξατομικεύονται σε συνεννόηση με τους θεράποντες ιατρούς, την κλινική κατάσταση μητέρας και νεογνού, και αντικειμενικών παραμέτρων στους χώρους νοσηλείας.

### ***Η μέριμνα για τη διατήρηση της γαλουχίας επιβάλλεται σε κάθε περίπτωση.***

Από τα έως τώρα υπάρχοντα δεδομένα ο ιός δεν έχει ανιχνευθεί στο γάλα γυναικών με COVID -19 λοίμωξη και δεν έχει αποδειχθεί μετάδοσή του μέσω του μητρικού γάλακτος. Ο κίνδυνος μετάδοσης από τη μητέρα στο νεογνό συσχετίζεται με την στενή επαφή και τη μετάδοση μέσω των αναπνευστικών σταγονιδίων. Η απόφαση για μητρικό θηλασμό εξατομικεύεται λαμβάνοντας υπόψη τα οφέλη του θηλασμού και τους δυνητικούς κινδύνους. Αν πρόκειται η μητέρα να έλθει σε επαφή με το μωρό της για να θηλάσει, κατόπιν επιθυμίας της και εφόσον το επιτρέπει η κατάσταση της, πρέπει να έχει ενημερωθεί για την σωστή εφαρμογή μάσκας και την τήρηση αυστηρής υγιεινής των χεριών και μαστού. Εναλλακτικά μπορεί να εφαρμοστεί η άντληση του μητρικού γάλακτος με σχολαστική τήρηση των κανόνων υγιεινής και αποστείρωσης πριν και μετά την άντληση, όλων των εξαρτημάτων της αντλίας, σύμφωνα και με τις οδηγίες του κατασκευαστή, και η χορήγησή του στο νεογνό από άλλο υγιές άτομο.

### ***Η πιθανή, αν και όχι ακόμη αποδεδειγμένη παθητική μεταφορά αντισωμάτων έναντι του ιού από την μητέρα με COVID-19 στο μωρό της με το μητρικό γάλα, πιστεύεται ότι αποτελεί ένα επιπλέον όφελος για το νεογέννητο.***

Η ύπαρξη της πανδημίας, μπορεί να αποτελέσει αιτία συναισθημάτων επιπλέον άγχους αβεβαιότητας, φόβου και στρες σε πολλές γυναίκες κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης ή της λοχείας. Η πιθανότητα αλλαγών στα προσχεδιασμένα πλάνα που αφορούν στην κύηση ή και τον τοκετό, όπως π.χ. η μετακίνηση για τοκετό κοντά στο γονεϊκό περιβάλλον της μητέρας, που με τις διαμορφούμενες συνθήκες δεν φαίνεται

εφικτή, η κοινωνική αποστασιοποίηση που συνεπάγεται τροποποίηση στο επισκεπτήριο στο μαιευτήριο και στο σπίτι, και για τις γυναίκες με ύποπτη ή πιθανή COVID-19 λοίμωξη η αναγκαιότητα απομάκρυνσης του πατέρα, σε περιπτώσεις που επιβάλλεται, φέρνουν την έγκυο και το ζευγάρι αντιμέτωπους με πρωτόγνωρες καταστάσεις. Η δεδομένη έως πρότινος παρουσία των προσφιλών της ατόμων όταν πλησιάσει η ώρα του τοκετού, μπορεί να μεταμορφωθεί σε μοναχική μάχη με την παρουσία μόνο ιατρού και μαίας ενώ η συμπαράσταση άλλων ειδικά εκπαιδευμένων ατόμων όπως της βοηθού μητρότητας (doula), ή θεραπειών ψυχικής υγείας να μπορεί να πραγματοποιηθεί μόνο από απόσταση.

Η πιθανότητα για απομάκρυνση του νεογέννητου μωρού από την μητέρα, αν κριθεί αναγκαία, δημιουργεί σε πολλές εγκύους συναισθήματα επιπρόσθετου άγχους. Η επικοινωνία με φίλους και υποστηρικτικά άτομα του οικογενειακού περιβάλλοντος, με τα μέσα που προσφέρει η σύγχρονη τεχνολογία, λειτουργούν αρκετά αποτελεσματικά, στη διαχείριση της καθημερινής φόρτισης. Η φυσική δραστηριότητα είναι εξαιρετικό ενισχυτικό της ψυχικής και νοητικής ευεξίας, ενώ πολλοί προτείνουν και την χαλαρωτική δράση του σανδαλόξυλου και της λεβάντας, σε συνδυασμό με τις καθορισμένες οδηγίες του ιατρού για το σωστό διαιτολόγιο την αποφυγή των καταχρήσεων (αλκοόλ, νικοτίνη, εξαρτησιογόνες ουσίες κ.λ.π).

Σε περιπτώσεις αισθήματος άγχους, προτεινόμενες ασκήσεις αναπνοής (εισπνοή 4sec, κράτημα για 7sec, εκπνοή για 8sec με επανάληψη 3 φορές), συχνά αποδεικνύονται ανακουφιστικές. Έντονα συναισθήματα θλίψης, φόβου, λύπης, ανησυχίας, αβεβαιότητας για την αξία της ζωής, σκοτεινών σκέψεων που γίνονται εμμονικές, αυτοκαταστροφικών ιδεών, κάνουν απαραίτητη την άμεση επικοινωνία με τον γιατρό και τις υπάρχουσες δομές στήριξης. Η διάχυτη ανησυχία και αβεβαιότητα που προκαλεί ο φόβος αλλά και η άγνοια για τον νέο αυτό ιό που πολλά ακόμη μας επιφυλάσσει να μάθουμε, μας οπλίζουν με τη σύνεση για την πειθαρχική τήρηση των μέτρων που προτείνονται από τους ειδικούς, για την προστασία μας, και η ανατολή κάθε νέας ζωής, με την ελπίδα για την ίδια τη ζωή.

Η εγκυμοσύνη συχνά συνδυάζεται με το ένστικτο της δημιουργίας από τη μέλλουσα μητέρα της ιδανικής φωλιάς για το μωρό της και οι συνθήκες αυτής της εποχής, πέρα από τα μέτρα προστασίας, μπορεί να αποτελέσουν για την έγκυο ευκαιρία για χρόνο χαλάρωσης ακριβώς σε αυτή τη φωλιά.