

Coronavirus (COVID-19) et grossesse

Pour la femme enceinte et sa famille

1: Quel effet le coronavirus a-t-il sur moi en tant que femme enceinte?

Suite à une diminution de votre immunité durant votre grossesse, vous avez généralement plus de risques d'infection. Ce risque peut augmenter si d'autres conditions médicales sont présentes (diabète, obésité, ...). Les femmes enceintes ne sont cependant pas plus sensibles aux effets d'une infection à coronavirus que les autres femmes. La majorité des femmes enceintes ne présenteront donc que des symptômes grippaux légers à modérés. Si vous faites de la température, vous pouvez réduire votre fièvre en prenant du paracétamol (maximum 3 x 1 gr par jour). Ce médicament est sans danger pour la grossesse.

2: Si je suis infectée par un coronavirus, quel est l'effet sur mon bébé?

Il y a encore peu de données à ce sujet. Il n'y a aucune preuve à ce jour que ce virus augmente le risque de fausse couche ou de transmission au bébé présent dans votre ventre. Il est donc peu probable que le virus provoque des anomalies chez votre bébé.

3: Comment puis-je réduire le risque d'attraper le coronavirus?

- *Lavez-vous les mains avec du savon et de l'eau plusieurs fois par jour et pendant au moins 20 secondes*
- *Lavez-vous toujours les mains lorsque vous rentrez chez vous ou lorsque vous arrivez et quittez le travail*
- *Utilisez du gel désinfectant lorsque le savon et l'eau ne sont pas disponibles*
- *Couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir en papier (que vous jetez ensuite) lorsque vous toussiez ou éternuez*
- *Jetez immédiatement les mouchoirs usagés à la poubelle et lavez-vous les mains*
- *Tenez-vous à l'écart des personnes qui se sentent malades et qui toussent*
- *Encouragez tous les membres de la famille à prendre les mêmes précautions*

4: Que faire en cas d'accouchement après un contact avec une personne ayant le coronavirus, ou si je suis infectée (ou crois être infectée) par le coronavirus ?

Si vous avez des plaintes qui ressemblent à une infection par le coronavirus ou si vous êtes infectées par le coronavirus et que vous pensez que vous allez accoucher (vous avez des contractions ou perdez du liquide amniotique), contactez la salle d'accouchement ou votre gynécologue dès que possible. Chaque département dispose d'un plan d'action à cet effet. Être infectée par le coronavirus ne nécessite pas en soi la réalisation d'une césarienne. Le gynécologue décidera de cela en fonction de votre état et de celui de votre enfant. N'oubliez pas qu'une seule personne maximum (et de plus de 18 ans) peut vous accompagner dans la salle d'accouchement. Cela est aussi valable pour les visites à la maternité (Une seule personne, âgée de + de 18 ans).

5: Si je suis malade, puis-je transmettre le coronavirus immédiatement après l'accouchement?

Peu ou pas d'informations sont actuellement disponibles sur la période qui suit immédiatement l'accouchement. Il n'y a pratiquement aucune information sur la transmission du virus au fœtus chez les femmes infectées au troisième trimestre de la grossesse. Les informations limitées montrent que le virus n'a pas été trouvé dans le liquide amniotique, donc que les bébés n'ont pas été infectés.

6: Le peau à peau avec le bébé est-il possible après l'accouchement?

Les avis sont partagés à ce sujet. Il est généralement conseillé d'éviter le contact peau-peau. Il est préférable d'en discuter avec les pédiatres de l'hôpital où vous accoucherez. Le port d'un masque buccal est toutefois indispensable dans cette situation.

7: Puis-je allaiter après une infection par coronavirus?

Il vaut mieux que vous voyiez cela avec les médecins de l'hôpital où vous souhaitez accoucher. Sauf si vous êtes gravement malade à la suite d'une infection au coronavirus, l'allaitement est possible et conseillé. Il n'y a actuellement aucune preuve que le coronavirus soit transmis par le lait maternel. Les avantages de l'allaitement au sein l'emportent sur les risques potentiels de transmission du virus au bébé par le lait maternel. Les mesures suivantes sont recommandées:

- *Lavez-vous bien les mains avant de toucher le bébé, le tire-lait ou les biberons*
- *Portez un masque buccal pendant l'allaitement*
- *Suivez les instructions pour un nettoyage correct du tire-lait après chaque utilisation.*
- *Si vous êtes gravement malade, demandez à une autre personne de donner le biberon à votre place, avec votre lait déjà prélevé.*

8: Que dois-je faire si :

a) je pense que j'ai été en contact avec le coronavirus?

b) je me sens légèrement malade?

NE vous présentez PAS aux urgences ni en salle d'accouchement mais contactez la maternité où vous accoucherez ou votre gynécologue pour obtenir des conseils par téléphone. L'hôpital a élaboré un plan de mesures à prendre pour vous et votre bébé selon la situation.

9: Dois-je être écartée préventivement de mon environnement de travail?

À ce jour, aucune mesure n'a été émise vous obligeant à être privée de votre environnement de travail à titre préventif. En effet, en l'état actuel des connaissances, les femmes enceintes et les bébés de moins de 6 mois, ne sont plus considérées comme faisant partie d'un groupe à risque.

10 : Actualisation.

Ces informations et conseils sont bien entendu susceptibles d'être modifiés en fonction de l'évolution de la situation.