**Поширені запитання про COVID-19 щодо здоров’я матері та дитини**

**Поширені запитання (чапи) про виписку та спостереження, розвиток у часи COVID-19**

|  |
| --- |
| 1. **Як я можу підготуватися до виписки моєї передчасно народженої дитини в умовах ситуації з COVID-19? Чи є які-небудь особливі моменти, про які мені слід подумати?** |
| Надзвичайно важливо завчасно обговорити з вашим лікарем відділення інтенсивної терапії новонароджених дітей (ВІТНД) всі заплановані кроки та впевнитися в тому, що ви можете підготуватися до цього хвилюючого моменту. Звісно, в лікарні передбачені декотрі адміністративні критерії або інформація для вас перед вашою випискою. Ви повинні спланувати безпечну подорож з лікарні додому, а також подбати про все, що для цього необхідно, напр., автокрісло для вашої дитини.  Якщо ваша дитина виписується додому, в неї можуть бути особливі потреби, як-от: кисень, спеціальні добавки для передчасно народжених дітей або суміш, спеціальні ліки або обладнання. Переконайтеся, що у вас все є вдома перед тим, як ви покинете лікарню. Ви можете скористатися послугами організацій, що надають такі послуги, які підтримуватимуть вас удома, надаючи необхідні поради чи матеріали.  Переконайтеся, що у вас є номер телефону, за яким ви можете зателефонувати у разі екстрених питань щодо вашої передчасно народженої дитини, а також контакти для оглядів, лікування або поради медичного працівника, якими ви можете скористатися після виписки. |
| 1. **Чи потрібно мені та моїй сім’ї носити маски, коли ми йдемо на прогулянку з дитиною або коли члени сім’ї хочуть нас відвідати вдома?** |
| Вам слід носити маску, коли ви йдете на вулицю з дитиною. Також рекомендовано, щоб члени сім’ї, які не проживають разом з вами, також носили маску, коли вони приходять з візитом до вас та дитини. Важливо дотримуватися національних норм соціальної дистанції та прийнятого порядку нанесення візитів. Загалом, рекомендовано не приймати надто багато відвідувачів після виписки передчасно народженої дитини з метою уникнення будь-якої інфекції, напр., грипу чи респіраторно-синцитіального вірусу (РСВ).  (Джерело:[Babycenter](https://www.babycenter.com/0_coronavirus-covid-19-baby-toddler-and-young-child-faqs-medic_40007008.bc#articlesection5), [Healthline](https://www.healthline.com/health-news/if-youre-pregnant-heres-what-to-know-about-the-coronavirus))  **Тут ви знайдете більше інформації про рекомендації Всесвітньої організації здоров’я щодо того, як правильно одягати маску:**  Перед тим, як одягнути маску, обробіть руки антисептиком на основі алкоголю або помийте руки водою та милом.  Закрийте маскою рот і ніс та переконайтеся, що маска прилягає щільно.   * Не торкайтеся маски, поки ви її використовуєте; якщо ви торкаєтеся її, обробіть руки антисептиком на основі алкоголю або помийте водою з милом * Замініть маску на нову, як тільки ця стане вологою та не використовуйте повторно одноразові маски * Щоб зняти маску: знімайте її, починаючи з внутрішньої сторони (не торкайтеся зовнішньої сторони маски); негайно викиньте її у контейнер, який закривається; обробіть руки антисептиком на основі алкоголю або помийте водою з милом   (Джерело: [ВОЗ](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public/when-and-how-to-use-masks)) |
| 1. **Чи повинна моя передчасно народжена дитина після виписки носити маску?** |
| Новонародженим та дітям віком до 2 років не рекомендовано носити маски, оскільки в такому віці вони не можуть знімати маску самостійно. Будь ласка, зверніться до педіатра чи іншого медпрацівника за спеціальними рекомендаціями про те, як захистити вашу дитину від COVID-19.  (Джерело: [ACOG](https://www.acog.org/en/Patient%20Resources/FAQs/Pregnancy/Coronavirus%20Pregnancy%20and%20Breastfeeding#How%20many%20visitors%20can%20I%20have%20during%20and%20after%20birth), [CDC](ttps://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/pregnancy-breastfeeding.html?CDC_AA_refVal=https%3A%2F%2Fwww.cdc.gov%2Fcoronavirus%2F2019-ncov%2Fprepare%2Fpregnancy-breastfeeding.html)) |
| 1. **Моє немовля/дитина має симптоми COVID-19 або хвора, чи безпечно в такому разі звернутися до пункту невідкладної допомоги?** |
| Якщо у вашої дитини наявні симптоми COVID-19 або вона хвора, вам слід спершу зателефонувати до пункту невідкладної допомоги та попросити пораду. Симптомами можуть бути лихоманка або задишка. Спеціалісти охорони здоров’я будуть супроводжувати вас крок за кроком та порекомендують, як поводитися в ситуації. Намагайтеся зберігати спокій. Більшість дітей з COVID-19 мають легкі симптоми, а більшість респіраторних інфекцій у дітей спричинені іншими вірусами (в тому числі, так званими, ендемічними коронавірусами, якими пояснюється виникнення більшості «застуд»)  (Source: [UNICEF](https://www.unicef.org/stories/novel-coronavirus-outbreak-what-parents-should-know)) |
| 1. **В мене народилася дитина й у мене є заплановані прийоми в акушерки/медсестри/лікаря. Чи слід мені все ж планувати огляди з акушеркою/медсестрою/спеціалістом, чи краще скасувати ці візити?** |
| Рекомендовано уникати скасувань візитів, оскільки медична допомога, як-от вакцинація або важливі контрольні огляди, є необхідною. Із відповідними засобами захисту акушерка/медсестра/лікар можуть надати вам і вашій дитині найкращу підтримку. Будь ласка, обов’язково поговоріть з командою медичних експертів та запитайте їхньої поради. Якщо вам потрібно покинути межі дому з метою цього огляду, попросіть членів вашої сім’ї про підтримку – транспортувати вас разом із дитиною до місця запланованого прийому та допомогти уникнути громадського транспорту.  (Джерело: [BAPM](https://www.bapm.org/pages/181-family-integrated-care-covid-19-resources)) |
| 1. **Які контрольні огляди мені потрібні? Що мені робити, якщо вони скасовані через ситуацію з COVID-19? Чи чинить це загрозу моїй дитині, якщо вони скасовані на тривалий час?** |
| У деяких країнах рекомендовано проводити контрольні огляди по телефону чи за допомогою цифрових технологій, де це можливо як альтернативний спосіб особистого прийому в лікаря. Медичний спеціаліст в результаті вирішує чи можна провести запланований огляд за допомогою альтернативного цифрового способу, чи наявні якісь інші варіанти. Важливо забезпечити аспекти дотримання гігієни під час особистих візитів та надання медичної допомоги. До тих пір, поки вам не надали інших рекомендацій, вам слід продовжувати дотримуватися запланованих контрольних оглядів.  Якщо ваш контрольний огляд скасований, попросіть запланувати інший візит. Якщо це неможливо, постарайтеся запланувати огляд в іншому медичному закладі. Контрольні візити є дуже важливими для здоров’я та розвитку вашої дитини.  (Джерело: [BAPM](https://www.bapm.org/pages/181-family-integrated-care-covid-19-resources)) |
| 1. **Чи слід все ще проводити вакцинацію в повному обсязі моїй передчасно народженій дитині після виписки?** |
| Вчасні контрольні огляди та вакцинація є ключовими для захисту здоров’я вашої дитини. Тому дуже важливим є дотримання всіх рекомендацій щодо вакцинації вашої передчасно народженої дитини. Будь ласка, поговоріть із відповідальним експертом з вакцинації немовлят. Багато із медичних працівників пропонують метод цифрового зв’язку із ними, зважаючи на багато пересторог та моментів.  Деякі з них можуть прийти до вас додому та провести вакцинацію вашої дитини там. Якщо ж ні, то більшість із них вживають заходів, щоб роз’єднати хворих та здорових немовлят, щоб можна було безпечно провести фізикальне обстеження в чистому та продезінфікованому місці.  Зауважте: Для деяких дуже передчасно народжених дітей вакцинацію у віці до запланованої дати пологів може бути необхідним проводити в умовах неонатального відділення через ризик розвитку апное і брадикардії (раптове сповільнення серцебиття і зниження насичення киснем крові) протягом перших 36 годин після введення вакцини.  (Source: [Babycenter](https://www.babycenter.com/0_coronavirus-covid-19-baby-toddler-and-young-child-faqs-medic_40007008.bc#articlesection5)) |
| 1. **Моїй передчасно народженій дитині після виписки потрібна фізіотерапія. Чи це необхідно, чи можна зробити довшу перерву та розпочати фізіотерапію пізніше?** |
| Не рекомендовано відкладати терапію, оскільки це є важливою складовою розвитку вашої дитини. Будь ласка, поговоріть зі своїм лікарем та фізіотерапевтом про цю ситуацію та можливі альтернативи. Ваш фізіотерапевт скоріш за все зміг би показати вам деякі вправи для вашої дитини під час відео-виклику або ж пояснити їх під час телефонної розмови. |
| 1. **Моїй передчасно народженій дитині після виписки потрібна фізіотерапія, проте я не можу знайти жодного спеціаліста, який погодився б займатися з нами під час ситуації з COVID-19. Що мені робити?** |
| Будь ласка, зверніться до свого лікаря, який відповідальний за ведення вашої дитини та попросіть поради. Більше того, ви можете звернутися до державного закладу охорони здоров’я або медичної страхової служби у вашому місті, області чи країні або, якщо можливо, вашої національної або регіональної організації батьків. |
| 1. **Моя дитина виписується додому на кисневій підтримці. Як нам справлятися, якщо організації, що надають послуги, стикаються з труднощами в поставці кисню? Чи все ж безпечно йти до пункту невідкладної допомоги, якщо щось трапиться з дитиною?** |
| Доставка додому будь-чого – від їжі до приладів – схоже, функціонує досить добре в умовах кризи внаслідок COVID-19, тому немає причин вважати, що доставка кисню до вашого дому не працюватиме. Якщо у вас є будь-які хвилювання з приводу доставки кисню, будь ласка, зверніться ще перед випискою до вашої команди медичних працівників щодо плану дій в непередбачуваній ситуації. Якщо ваш кисень вдома закінчується або у вас виникли проблеми з кисневим балоном, а ваш постачальник медичного обладнання недоступний, будь ласка, зверніться за невідкладною допомогою в лікарні та дочекайтеся їхніх вказівок про те, як і де потрапити в лікарню. |
| 1. **Чи слід мені все ще хвилюватися щодо респіраторно-синцитіального вірусу (РСВ) та грипу?** |
| Вам слід усвідомлювати той факт, що обидва віруси спричинюють тяжкі захворювання. Вони поширюються таким же ж чином, як і COVID-19. Той, хто інфікований, кашляє і чхає, випускаючи в повітря краплинки із вірусом. Ви можете захворіти, якщо ці крапельки осідають на вас або якщо ви торкаєтеся поверхонь, вкритих вірусом, після чого торкаєтеся своїми пальцями носа, рота або очей. Будь ласка, запитайте свого педіатра або іншого фахівця про профілактику, можливості імунізації або вакцинації для вашої дитини та всіх членів сім’ї. Однак заходи, спрямовані на призупинення поширення вірусу SARS-CoV-2 (спричиненого вірусом COVID-19) також є ефективними в попередженні поширення будь-якого іншого респіраторного вірусу. Після того, як було введено карантинні заходи, сезон РСВ закінчився передчасно.  (Джерело: [Web MD](https://www.webmd.com/lung/covid19-rsv#1)) |
| 1. **Моя передчасно народжена дитина перенесла ретинопатію передчасно народженої дитини (РН) та їй потрібні регулярні огляди. Чи ці огляди з приводу РН є такими необхідними в умовах цієї ситуації і чи це не є надто високим ризиком зараження COVID-19?** |
| Європейський фонд допомоги новонародженим (EFCNI) взяв інтерв’ю у професора Андреаса Шталь (Andreas Stahl), директора клініки й завідувача кафедри офтальмології, Університет медицини, Німеччина, Ґрайфсвальд, щодо сучасних рекомендацій з приводу РН в часи COVID-19.  “Контрольні огляди є ключовими для забезпечення довготривалої стабільності ока з ризиком РН. Ми настійливо рекомендуємо продовжувати скринінгові візити пацієнтів у амбулаторних умовах після виписки з лікарні, навіть якщо це може бути дуже проблематичним в деяких ситуаціях. На жаль, ризик РН, яка загрожує зору, не закінчується на моменті виписки з лікарні, а становить небезпеку для зорової функції цих немовлят. Слід дотримуватися інтервалу між скринінгами та оглядів згідно із затвердженими настановами по скринінгу – також і після виписки з лікарні”.  (Джерело: [EFCNI](https://www.efcni.org/news/retinopathy-of-prematurity-keep-up-the-screening-process-even-in-difficult-times-an-interview-with-professor-doctor-andreas-stahl/)) |
| 1. **Я почуваюся самотньо, перебуваючи весь час вдома, і мені не вистачає підтримки та обміну досвідом із іншими батьками. Що я можу зробити?** |
| Почуватися самотньою/самотнім та сумувати за друзями чи іншими батьками, з якими ви можете поговорити та обмінятися досвідом, - це нормально. Ви можете зв'язатися з вашою місцевою чи національною організацією батьків. Вони можуть познайомити вас із батьками, які перебувають у схожій ситуації, або ж запропонувати участь в групах обговорення або класичних групах самодопомоги – так, як це і відбувалося перед COVID-19 – проте на сьогоднішній день у цифровій формі. Деякі організації батьків пропонують участь у вебінарах та організовують спільні зустрічі онлайн. Ви можете зв’язатися з батьками через відео-чат або використовуючи текстові повідомлення та обмінюватися досвідом. Також ви можете знати деяких батьків з ваших часів у відділенні інтенсивної терапії новонароджених дітей (ВІТНД), з якими можете зв’язатися.  Зауважте: Ви також можете захотіти допомоги психолога, соціального працівника або спеціально навчених медичних спеціалістів, які можуть вам допомогти. Ваше психічне здоров’я дуже важливе. |
| 1. **Як бути з забороною відвідин та гордими дідусями й бабусями або родичами, які хотіли б побачити новонароджену дитину?** |
| Лікар Дітмар Шлембах (Dietmar Schlembach), клініка акушерства, клініка Vivantes, Берлін-Нойкьолн, Німеччина, відповів на запитання в інтерв’ю з Європейським фондом допомоги новонародженим (EFCNI):  “Будь ласка, прийміть це та поясніть своїй сім’ї – особливо своїм батькам. Старші люди знаходяться в групі підвищеного ризику тяжких форм хвороби та смерті внаслідок інфекції. Якщо б я став дідусем, я б також хотів побачити свого внука чи внучку, проте ще більше я б хотів бачити цю дитину, коли вона росте та активно розпізнає мене. З іншого боку, я б хотів надіятися для вашої дитини на те, що вона матиме шанс знати своїх дідусів і бабусь в старшому віці, а не лише, будучи в грудному віці та довкола неї не уникатимуть розмов про те, що її дідусь і бабуся померли, тому що вони відвідували або їх відвідували потенційно інфіковані родичі. Будь ласка, зараз є достатньо можливостей завдяки соцмедіа, щоб познайомитися один з одним, і я закликаю вас використовувати ці можливості. Якщо так не робити, це може стати питанням життя і смерті".  (Джерело: [EFCNI](https://www.efcni.org/news/coronavirus-possible-risks-during-pregnancy-an-interview-with-doctor-dietmar-schlembach/)) |
| 1. **Чи є ризик інфекції COVID-19 вищим для передчасно народжених дітей/підлітків/дорослих?** |
| Професор Крістоф Бюрер (Christoph Bührer), директор відділення неонатології, Шаріте Берлін, Німеччина, дав цінну відповідь у нещодавньому інтерв’ю з Європейським фондом допомоги новонародженим (EFCNI):  “ Якщо інфекція COVID-19 прогресує в пневмонію, то будь-хто із хронічними захворюваннями легень (такими як астма, муковісцидоз або в минулому – передчасно народжені діти, які перенесли бронхолегеневу дисплазію) матимуть більше труднощів, борючись із хворобою. Цим людям може бути необхідний більший об’єм медичної допомоги, ніж тим, хто повністю здоровий. Оскільки частота ураження вірусами COVID-19 та грипу (особливо H1N1) є однаковою, дорослим та підліткам, народженим дуже передчасно рекомендовано вакцинуватися проти грипу. ”  (Джерело: [EFCNI](https://www.efcni.org/news/coronavirus-risks-for-preterm-born-infants-an-interview-with-professor-doctor-christoph-buhrer/)) |