



Frequently Asked Questions about COVID-19 concerning maternal and newborn health

## ПОШИРЕНІ ЗАПИТАННЯ ЩОДО ВПЛИВУ COVID-19 НА МАТЕРИНСТВО ТА ЗДОРОВ'Я НОВОНАРОДЖЕНИХ ДІТЕЙ

Поширені запитання про відділення інтенсивної терапії новонароджених (ВІТН) під час пандемії COVID-19

### 1. Який рівень ризику зараження вірусом COVID-19 для передчасно народжених дітей?

Професор Кристоф Бюер (Christoph Bührer), Медичний директор Департаменту неонатології клініки Шаріте, Берлін прокоментував дане питання в своєму інтерв'ю з Європейським Фондом по догляду за новонародженими дітьми (EFCNI).

«Новонароджені діти, порівняно з дорослими, мають значно нижчий ризик зараження новим корона вірусом, у них також з меншою ймовірністю розвиватимуться будь-які симптоми. У Китаї тільки у дев'яти немовлят у віці до 1 року вірус був діагностований до початку лютого 2020 року, у той час коли загальна кількість інфікованих людей досягла більш ніж 50 000. Ніхто з цих дітей з позитивним результатом тесту не був тяжко хворим, жоден з них не був направлений до відділення інтенсивної терапії. Наразі, немає в наявності жодних даних щодо саме передчасно народжених дітей. Оскільки протоколи по епідеміології COVID-19 випускаються з великою швидкістю, це дає підставу вважати, що діти до 1 року, включаючи доношених і недоношених, просто не є головною мішенню для цього вірусу.

Якщо зараження COVID-19 переходить у запалення легенів, слід очікувати, що у передчасно народжених дітей у віці до 1 року, які мають бронхолегеневу дисплазію, розвиватимуться більш серйозні симптоми (такі як задишка, прискорене дихання або киснева недостатність), ніж у дітей зі здоровими легеньми, тому вони частіше тестуватимуться на COVID-19. Однак, інформація про те, що COVID-19 має руйнівний вплив на здоров'я передчасно народжених дітей, відсутня, що заспокоює і надає впевненості».

(Джерело: EFCNI)

### 2. Чи можу я торкатися та тримати свою новонароджену дитину, якщо у мене діагностований COVID-19?

Так, Ви можете торкатися та тримати свою новонароджену дитину. Всесвітня Організація Охорони Здоров'я (ВООЗ) заохочує тісний контакт, раннє прикладання дитини до грудей та виключне грудне вигодовування, тому що все це сприяє рос-

ту й розвитку дитини. Ви повинні мати підтримку в здійсненні:

- Безпечного грудного вигодовування з високим рівнем респіраторної гігієни
- Носіння маски
- Контакт з Вашою новонародженою дитиною шкіра-до-шкіри
- Перебування з дитиною у спільній палаті.

Пам'ятайте про необхідність миття рук до і після контакту з дитиною, а також, підтримання чистоти усіх поверхонь.

(Джерело: WHO)

### 3. Чи рекомендується носіння медичної маски у відділенні інтенсивної терапії новонароджених?

Носіння маски зменшує ймовірність поширення COVID-19 від заражених людей на інших. Тому це Ваш обов'язок і данина поваги до здоров'я інших людей, насамперед медсестер та лікарів, які працюють у відділенні інтенсивної терапії новонароджених. Однак, одного лише використання маски недостатньо, ретельне регулярне миття рук водою з милом також є необхідним. Будь ласка, зверніться до Вашої команди ВІТН за додатковою інформацією.

(Джерело: WHO)

### 4. Що я можу зробити для підтримання контакту зі своєю новонародженою дитиною, якщо ми розділені?

Ваша новонароджена дитина вже добре знає Ваш голос і Ваш запах. Тому, навіть якщо Ви не можете бути зі своїм малюком стільки, скільки Вам хотілося б, є інші можливості дати Вашій дитині відчуття близькості рідної людини і комфорту.

Сприйняття голосу: порадьтеся з медперсоналом щодо можливості використання голосового чи відео-чату (зі спеціальною системою відеокамер чи подібної техніки) з Вашим малюком або залишити їм диктофон із записом. Ви можете, наприклад, розповісти, чим Ви займаєтеся, прочитати казку або заспівати колискову Вашому малюку.

Пам'ятайте, що тільки-но Ви будете разом з дитиною, у Вас буде набагато більше дивовижних можливостей для посилення Вашого зв'язку, таких як грудне вигодовування, контакт шкіра-до-

шкіри, можливість бавити Вашу дитину, читати дитині, співати колискові або просто говорити з нею.

(Джерело: raisingchildren)

Важливо: Будь ласка, потурбуйтеся належним чином про себе. Зараз дуже стресові часи і не варто забувати про власне здоров'я та благополуччя. ВООЗ рекомендує надавати батькам та опікунам, які вимушені бути розділені зі своїми дітьми, доступ до спеціально навчених працівників сфери охорони здоров'я або суміжних сфер для надання психологічної підтримки.

(Джерело: WHO)

Ви також можете отримати підтримку від національних пацієнтських організацій. За посиланням Ви знайдете перелік наших партнерських батьківських та пацієнтських організацій.

### **5. Як можемо ми, члени родини, підтримувати зв'язок з нашою дитиною і з медперсоналом, якщо доступ до ВІТН обмежений?**

Запитайте у Вашої команди медперсоналу ВІТН про варіанти, які є в наявності. Вони, можливо, запропонують використання безпечних камер відеоспостереження у відділенні. Такі цифрові рішення можуть дати Вам і Вашій родині можливість бачити Вашу дитину. Можливо, Ви можете прочитати казку своїй дитині або заспівати їй колискову і записати це на диктофон. Так Ваша дитина зможе почути Ваш голос, незважаючи на те, що Вас немає поруч. Звичайно, ці альтернативи не можуть замінити контакт шкіра-до-шкіри або безпосереднє спілкування з Вашою дитиною. Принаймні в такій складній ситуації дані поради можуть допомогти Вам підтримати Вашого малюка і дати Вам та Вашій родині можливість підтримувати зв'язок з ним/нею.

(Джерело: VARM)

### **6. Я відчуваю себе приголомшеною/им, будучи мамою/батьком передчасно народженої дитини і намагаючись захистити свою дитину від COVID-19. Що мені зробити?**

Це природньо і для матерів і для батьків/партнерів - відчувати виснаженість від стресу та втоми у подібній ситуації. Більшість батьків схильні оцінювати свої власні потреби нижче потреб дитини. Однак дуже важливо, щоб вони дбали про себе. Зниження рівня страждання батьків напевно матиме позитивний вплив на дитину також. Базові потреби, такі як належний рівень харчування, пиття та здоровий сон можуть допомогти Вам побудувати розпорядок дня, який може бути відрадним.

Психологи, соціальні працівники або спеціально підготовлені працівники сфери охорони здоров'я можуть допомогти Вам та іншим членам родини подолати шок та взаємодіяти з дитиною. Спілкування з медперсоналом ВІТН, з Вашими членами родини або друзями (бажано за допомогою новітніх технологій), або з іншими подібними родинами у відділенні може також бути дуже корисним на початку та в подальшому. Ви також можете встановити зв'язок з Вашою місцевою або національною батьківською організацією. Вони надають консультації, можуть вислухати, а деякі з них навіть мають віртуальні групи підтримки під час пандемії COVID-19.

За посиланням Ви знайдете перелік наших партнерських батьківських та пацієнтських організацій. <https://www.efcni.org/parent-and-patient-org-2/>

### **7. Що робити якщо у працівника ВІТН було діагностовано COVID-19?**

Будь-який працівник сфери охорони здоров'я, який був ідентифікований як позитивний до COVID-19, буде відправлений на домашню самоізоляцію на два тижні для попередження поширення вірусу. Після цього тести можуть все ще виявляти залишки вірусу, але люди вже не є заразними. Однак, оскільки будь-який працівник сфери охорони здоров'я може бути носієм COVID-19, не знаючи про це, з безсимптомним протіканням хвороби та не проходячи тестів, медсестри та лікарі у ВІТН носять маски, щоб запобігти поширенню вірусу. Інкубатори не тільки зігрівають недоношених дітей, але також захищають їх від маленьких крапель у повітрі, що можуть містити вірус з будь-якого джерела.

8. Деякі лікарні пропонують відео та фото з ВІТН. Використання мобільних телефонів або планшетів у ВІТН регламентується якимись гігієнічними стандартами або протоколами?

Через поточну ситуацію ізоляції, використання таких пристроїв як мобільний телефон або планшет працівниками сфери охорони здоров'я стало корисним способом підтримки зв'язку з родиною малюка. Якщо телефон/планшет належним чином дезінфікується та за умови дотримання належної гігієни рук, можливість використання мобільного телефону не повинна викликати жодних сумнівів.

(Джерело: Researchgate, NHS)

### **9. Мої діти, які знаходяться вдома, не мають можливості побачити свого нового братика/сестричку. Що я можу зробити, щоб вони відчули себе частиною сім'ї?**

Дуже корисно активно залучати старших братів та сестер у новій ситуації. Переконайтеся, що Ви пояснили поточну ситуацію своїй дитині/дітям зрозумілими для них словами. Ви можете заохотити їх сфотографуватися або намалювати малюнки для того, щоб показати себе малюку, або, якщо це дозволяється, повісити їх біля інкубатора. Батьки також можуть зробити фотографії новонародженої дитинки і показати їх старшим дітям.

Вдома Ви можете провести деякий час наодинці з кожним зі своїх дітей. Є багато рекомендованих книжок з картинками про пологи та передчасні пологи, які можна використати для пояснення ситуації старшим дітям. Інколи старші діти можуть ревнувати або сердитися, тому що нова дитинка отримує більше уваги у перші тижні і місяці і їх щоденне життя дуже змінилося. Потрібно заохочувати дітей говорити про свої почуття та переживання, а батьки своєю реакцією мають виражати щире співчуття та одночасно бути послідовними. Ви також можете отримати підтримку від національної батьківської організації.

батьківських та пацієнтських організацій. <https://www.efcni.org/parent-and-patient-org-2/>

(Джерело: EFCNI)

Моя дитина тяжко хвора і мене проінформували, що він/вона скоро помре. Чи можемо ми, як батьки або члени родини, бути поруч з нашою дитиною в цій ситуації?

Будь ласка, запитайте у Вашої команди медперсоналу ВІТН, які у Вас є можливості підтримки Вашої дитини в такій важкій ситуації. Поки що немає жодних рекомендацій щодо паліативної допомоги під час COVID-19. Якщо стан здоров'я Вашої дитини критичний, поговоріть з медперсоналом щодо засобів захисту для Вас, таких як маски, рукавички тощо. Запитайте, також, чи можна здійснювати фото- та відеозйомку, знімати відбитки ручок та ніжок дитини. Якщо це можливо, намагайтеся отримати психологічну та духовну підтримку та обговорити попередньо плани такої підтримки на майбутнє.

### **Поширені запитання про грудне вигодовування та донорське молоко під час пандемії COVID-19**

#### **1. Чи можуть жінки, у яких діагностовано COVID-19, годувати грудьми?**

ВООЗ рекомендує жінкам, у яких діагностовано COVID-19, годувати грудьми, якщо вони бажають це робити, адже грудне вигодовування дуже важливе для здоров'я дитини. Воно захищає від респіраторних та шлунково-кишкових захворювань, запобігає недоїданню та знижує рівень дитячої смертності.

Необхідно дотримуватися наступних заходів безпеки:

- Респіраторна гігієна під час годування, носіння маски, якщо можливо.
  - Миття рук до та після контакту з дитиною
  - Регулярне очищення та дезінфекція поверхонь, яких Ви могли торкатися
- (Джерело: WHO, SFC)

#### **2. Що я можу зробити, якщо у мене COVID-19 і я сумніваюся, що мені варто годувати дитину безпосередньо контактуючи з нею?**

Відповідно до рекомендацій ВООЗ, жінки які надто погано себе почувають для того щоб годувати грудьми через COVID-19 або інші ускладнення, повинні бути підтримані в забезпеченні дитини грудним молоком у будь-який доступний і прийнятний для них спосіб. Це може включати:

- Зціджене грудне молоко
- Донорське людське грудне молоко

Будь ласка, зважайте на те, що донорське молоко зазвичай резервується для госпіталізованих недоношених дітей або, у деяких випадках, для дітей з тяжкими захворюваннями кишківника. Тому, якщо Ваша дитина не потрапляє в жодну з цих категорій, суміш буде найкращим вибором в такій ситуації, яка в більшості випадків триватиме лише декілька днів.

(Джерело: WHO, Larsson Rosenquist Foundation)

#### **3. Я розділена зі своєю дитиною через пандемію COVID-19, але я хочу забезпечувати свою дитину грудним молоком. Що я можу зробити?**

Ви можете використовувати молоковідсмоктувач для зцідження Вашого молока. Запитайте про це у Вашого лікаря або консультанта з грудного вигодовування, вони можуть надати інформацію про те, де саме можна придбати молоковідсмоктувач, як його використовувати і підтримувати гігієнічно чистим (Ви також зможете знайти інформацію про те як мити молоковідсмоктувач нижче). Регулярно уточнюйте у Вашого лікаря, чи можна годувати грудьми, безпосередньо контактуючи з дитиною. Обов'язково добре харчуйтеся і достатньо пийте задля підтримки лактацію.

4. Моя партнерка ходить до відділення годувати грудьми – як я можу підтримати її?

Ознайомтеся з інформацією про грудне вигодовування, щоб розуміти з якими ускладненнями може зітнутися Ваша партнерка (такими як потріскані соски або поганій відтік молока) та підбадьорювати її, коли це буде необхідно. Поговоріть з Вашим лікарем або медичною сестрою та попросіть про підтримку у питаннях грудного вигодовування, - вони можуть дати Вам корисні поради. Поговоріть один з одним про те, що Ви відчуваєте і прислухайтеся один до одного. Переконайтеся, що Ваша партнерка достатньо п'є і регулярно їсть здорову їжу. Допомагайте їй у побуті та різних задачах, щоб Ваша партнерка могла відпочивати. Обов'язково подбайте про психічне здоров'я своєї партнерки. Ви одночасно маєте справу з декількома викликами і зовсім не соромно просити про допомогу, якщо Ви відчуваєте, що вона Вам необхідна.

(Джерело: NCT)

#### **5. Як підтримувати молоковідсмоктувач в чистоті?**

Дуже важливо належним чином очищувати молоко відсмоктувач після кожного використання. Переконайтеся, що Ви дотримуетесь перелічених нижче кроків, згідно рекомендацій Фонду Ларсон-Розенквіст (Larsson Rosenquist Foundation):

- Вимийте руки теплою водою з милом або обробіть спиртовмісним дезінфікуючим засобом для рук перед тим, як користуватися молоковідсмоктувачем або торкатися будь-якого приладдя для зцідження молока.

- Підтримуйте молоковідсмоктувач та необхідне приладдя настільки чистими, наскільки це можливо; мийте їх теплою водою з милом після кожного використання, потім промивайте чистою водою, після цього просушуйте на повітрі окремо від іншого посуду у захищеному місці, де інші члени родини не зможуть торкатися до деталей.

- Стерилізуйте ваш набір для зцідження молока принаймні один раз на день за допомогою пакетів для стерилізації у мікрохвильовій печі, кип'ятіння на плиті або у посудомийній машині (цикл стерилізації).

- Уникайте кашляння або чхання на приладдя для зцідження та контейнери для зберігання молока; ця порада особливо важлива, тому що COVID-19 поширюється через кашляння, чхання та дихання.

- Очищуйте молоковідсмоктувач ззовні перед використанням; чи то вдома, чи у відділенні інтенсивної терапії новонароджених (ВІТН), вико-



ристовуйте антибактеріальні серветки із зовнішнього боку молоковідсмоктувача кожного разу, коли Ви ним користуєтеся.

(Джерело: Larsson Rosenquist Foundation)

#### **6. Я хочу бути донором грудного молока. Це наразі можливо?**

Якщо банки грудного молока в Вашій лікарні або країні надають донорське молоко під час пандемії COVID-19, це має бути можливо і, скоріш за все, дуже необхідно. Будь ласка, обговоріть свої плани щодо донорства грудного молока з Вашим лікарем або консультантом з грудного вигодовування. Також ви можете встановити контакт з Вашим місцевим або національним банком донорського молока або з Асоціацією банків молока, щоб обговорити з ними можливі наступні кроки.

Примітка: у багатьох регіонах світу працюють Асоціації з грудного вигодовування або грудного молока, які підтримують національні або місцеві банки донорського молока і можуть надати інформацію щодо правил донорства, такі як, наприклад, Європейська асоціація банків молока (European Milk Bank Association) або Асоціація банків грудного молока Північної Америки (Human Milk Banking Association of North America)

#### **7. У мене недостатньо грудного молока для моєї дитини. Лікар запропонував донорське молоко для підтримки моєї передчасно народженої дитини. Донорське молоко це, наразі, безпечний варіант чи мені краще надати перевагу суміші?**

Донорське молоко це, безумовно, безпечний варіант і найкраща альтернатива грудному вигодовуванню. Банки грудного молока ретельно перевіряють своїх донорів та пастеризують донорське молоко. Якщо у Вашій країні немає банків грудного молока, адаптована суміш для немовлят може бути застосована як третій варіант після власного грудного молока матері та донорського молока із банку грудного молока. За можливості, лише здорова доросла людина має готувати суміш та годувати немовля нею. Намагайтеся обмежити кількість людей які годують дитину, щоб знизити ризик поширення захворювання. Будьте готові надати необхідні інструкції можливим помічникам, які раніше не готували дитячу суміш на той випадок, якщо Ви, Ваш партнер, або той хто зазвичай доглядає за дитиною, захворіє. Такі інструкції з безпечного приготування дитячої суміші мають включати обов'язкове миття рук, використання маски та інструкції щодо обробки поверхонь та приладдя, а також поради зі зберігання.

(Джерело: SFC).

#### **8. Я не можу годувати грудьми і донорське молоко також недоступне, тому моя дитина отримує суміш. Я не можу знайти суміш, яка була рекомендована моїй дитині. Що мені робити?**

Суміш позначена "pre" підходить для вигодовування Вашої дитини, вона найбільш подібна до грудного молока і в складі має лише лактозу в якості вуглеводу. Ви напевно зможете знайти таку суміш у великих продуктових магазинах. Запитайте в свого лікаря чи є у нього/неї якісь додаткові поради.

### **Поширені запитання щодо виписки, спостереження та розвиток дитини 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 ВІТН всі заплановані кроки та впевнитися в тому, що ви можете підготуватися до цього хвилюючого моменту. Звісно, у лікарні передбачені деякі 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, наприклад, автокрісло для вашої дитини.

Якщо ваша дитина виписується додому, в неї можуть бути особливі потреби, зокрема: 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.

#### **2. 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, щоби 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, наприклад, грипу чи респіраторно-синцитіального вірусу.

(Джерело: Babycenter, Healthline)

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 торкаєтесь 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)

### **3. 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, CDC)

### **4. 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 поради. 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 (у тому числі, так званими, ендемічними коронавірусами, якими пояснюється виникнення більшості «застуд»)

(Джерело: UNICEF)

### **5. Я народила дитину і у мене заплановані прийоми в акушерки/медсестри/лікаря. Чи слід мені все ж планувати огляди з акушеркою/медсестрою/спеціалістом, чи краще скасувати ці візити?**

Рекомендовано уникати скасування візитів, оскільки медична допомога, як-от вакцинація або важливі контрольні огляди, є необхідними. 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 такого огляду, попросіть членів вашої сім'ї про підтримку – транспортувати вас разом із дитиною до місця запланованого прийому та допомогти уникнути громадського транспорту.

(Джерело: BAPM)

### **6. 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 немож-

ливо, постарайтеся запланувати огляд в іншому медичному закладі. Контрольні візити є дуже важливими для здоров'я та розвитку вашої дитини.

(Джерело: BAPM)

### **7. Чи слід все ще проводити вакцинацію в повному обсязі моєї передчасно народженої 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 з ними, зважаючи на багато пересторог та моментів. Деякі з них можуть прийти та провести вакцинацію вашої дитини «на дому». Якщо це не можливо, то у більшості випадків будуть вживатися заходи для роз'єднання хворих і здорових немовлят для здійснення безпечного фізикального обстеження в чистому та продезінфікованому місці.

Зауважте: Для деяких дуже передчасно народжених дітей заплановану вакцинацію буде необхідно проводити в умовах неонатального відділення з урахуванням ризику розвитку апное і брадикардії (раптове сповільнення серцебиття і зниження насичення киснем крові) протягом перших 36 годин після введення вакцини.

(Джерело: Babycenter)

### **8. Моїй передчасно народженої 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 можливу альтернативу лікування. Ваш фізіотерапевт скоріш за все зміг би показати вам деякі вправи для вашої дитини під час відео-виклику або ж пояснити особливості їх проведення під час телефонної розмови.

### **9. Моїй передчасно народженої 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, відповідального 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.

Моя дитина виписується додому на кисневій підтримці. Як нам справлятися, якщо організації, що надають послуги, стикаються з труднощами щодо поставки 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 медичних працівників щодо плану Ваших дій у випадку непередбачуваної 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 до лікарні та дочекайтеся їхніх вказівок про те, як і де потрапити в лікарню.

Чи слід мені все ще хвилюватися щодо респіраторно-синцитіального вірусу (РСВ) та грипу?

Вам слід усвідомлювати той факт, що обидва віруси спричиняють тяжкі захворювання. Вони поширюються таким же 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 торкаєтесь поверхонь, вкритих вірусом, після чого торкаєтесь своїми пальцями носа, рота або очей. Будь ласка, запитайте свого педіатра або іншого фахівця про засоби профілактики, 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 щодо попередження поширення будь-якого іншого респіраторного вірусу. Після того, як було введено карантинні заходи, сезон РСВ закінчився передчасно.

(Джерело: Web MD)

**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, Грайфсвальд 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 у 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)

**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 самопомоги – так, як це і відбувалося перед COVID-19 – проте на сьогоднішній день у цифровій формі. Деякі організації батьків пропонують участь у вебінарах та організують спільні зустрічі он лайн. 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 ВІТН, з якими можете зв'язатися.

Зауважте: Ви також можете звернутися по допомогу психолога, соціального працівника або спеціально навчених медичних спеціалістів, які можуть вам допомогти. Ваше психічне здоров'я дуже важливе.

Як бути із забороною відвідин Вашої родини дідусями, бабусями та родичами, які хотіли б побачити новонароджену дитину?

Лікар Дітмар Шлембах (Dietmar Schlembach), клініка акушерства, клініка Vivantes, Берлін - Нойкьолен, 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 онука чи онучку, 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 у 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)

**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 проблем, 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)

Підготовлено на основі спільних міжнародних рекомендацій (WHO, EFCNI, UNICEF та ін.) щодо організації медичної допомоги, догляду та вигодовування немовлят при перебуванні у родопомічних та лікувальних закладах, а також після виписки додому.

Більше відповідей на найбільш поширені запитання стосовно материнства і здоров'я новонароджених дітей за умов пандемії COVID-19:

<https://www.glance-network.org/covid-19/>

Переклад матеріалу здійснено представниками Асоціації батьків передчасно народжених дітей "Ранні пташки" А. Стефанишин, О. Козленко та членів Робочої групи Асоціації неонатологів України.  
Редакція перекладу українською мовою – д. мед. н.,  
проф. **Д. О. Добрянський**

---