

## Resiko Terkena Covid-19 Bagi Wanita Hamil



Sumber Foto : cbc.ca

***Wanita hamil memiliki risiko terkena COVID – 19 dengan derajat yang lebih berat. Nah, apabila Anda sedang hamil ataupun ada sanak saudara yang sedang mengandung, simak artikel berikut ini dan ketahui risiko kehamilan dengan infeksi COVID – 19.***

Di zaman pandemi, seluruh masyarakat wajib melakukan protokol kesehatan tidak terkecuali wanita yang sedang mengandung. Wanita hamil harus mengambil tindakan pencegahan yang sama untuk menghindari infeksi COVID-19 seperti orang lain. Anda dapat membantu melindungi diri sendiri dengan:

- Sering-seringlah mencuci tangan dengan pembersih tangan berbasis alkohol atau sabun dan air.
- Menjaga ruang antara Anda dan orang lain dan menghindari ruang yang ramai. Kenakan masker medis dan dilapisi masker kain di tempat yang tidak memungkinkan untuk menjaga jarak fisik yang cukup antara Anda dan orang lain. Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut Anda.
- Jika Anda mengalami demam, batuk, atau kesulitan bernapas, segera cari perawatan medis. Hubungi sebelum pergi ke fasilitas kesehatan, dan ikuti petunjuk dari otoritas kesehatan setempat.

Wanita hamil dan wanita yang baru saja melahirkan harus menghadiri janji perawatan rutin sesuai dengan kebijakan setempat dan mengikuti langkah –langkah yang disesuaikan untuk mengurangi kemungkinan penularan virus.

## Risiko selama hamil

Kehamilan meningkatkan risiko penyakit parah dan kematian akibat infeksi COVID – 19. Wanita hamil yang memiliki COVID – 19 lebih mungkin mengalami komplikasi pernapasan yang membutuhkan perawatan intensif daripada wanita yang tidak hamil.

Menurut Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (CDC), Wanita hamil juga lebih mungkin untuk

menggunakan ventilator.

Wanita hamil yang memiliki kondisi medis yang mendasarinya, seperti diabetes, juga mungkin berisiko lebih tinggi terkena penyakit parah akibat COVID – 19.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita hamil dengan COVID – 19 juga lebih mungkin mengalami kelahiran prematur dan persalinan sesar, dan bayi mereka lebih mungkin dirawat di unit neonatal.

Sangat penting untuk mengikuti saran untuk menghentikan penyebaran COVID – 19 selama kehamilan Anda. Terutama ketika Anda hamil lebih dari 28 minggu (pada trimester ke – 3 Anda). Anda juga dapat memiliki vaksin COVID-19 yang baru – baru ini sudah direkomendasikan untuk wanita hamil.

## Jika Anda mengalami gejala COVID – 19

Jika Anda mengalami gejala COVID – 19 (suhu tinggi, batuk terus-menerus, kehilangan atau perubahan indra penciuman atau perasa):

- **Tetap di rumah (mengisolasi diri)** – Anda dan siapa pun yang tinggal bersama Anda tidak boleh meninggalkan rumah atau menerima tamu. Siapa pun yang pernah melakukan kontak dekat dengan Anda sejak gejala Anda mulai atau selama 48 jam sebelum mulai juga harus mengisolasi diri.
- **Lakukan pemeriksaan swab PCR dirumah saja** (tes yang dikirim ke laboratorium) untuk memeriksa apakah Anda memiliki COVID-19 sesegera mungkin. Siapa pun yang tinggal bersama Anda juga harus menjalani tes jika mereka memiliki gejala.
- **Konsultasikan diri dengan dokter Anda.** Dokter Anda akan memberi tahu apa yang harus dilakukan. Anda mungkin perlu menjadwalkan ulang kontrol kehamilan Anda atau melalui konsultasi online, yaitu melalui telepon atau konsultasi video.

## Pemeriksaan Kehamilan

Upaya masyarakat untuk mengendalikan penyebaran virus COVID-19 dapat memengaruhi akses Anda ke perawatan prenatal rutin. Bicaralah dengan penyedia layanan kesehatan Anda tentang tindakan pencegahan yang akan diambil untuk melindungi Anda.

Jika Anda memiliki kondisi berisiko tinggi tertentu selama kehamilan, kunjungan virtual mungkin bukan pilihan. Tanyakan kepada dokter Anda apa yang sebaiknya dilakukan.

## Jika Anda Terkena COVID-19 dan Akan Melahirkan

Jika Anda terkena COVID – 19 dan akan melahirkan, Anda akan disarankan untuk melahirkan di unit yang dipimpin oleh dokter kandungan. Anda akan dirawat di kamar bersalin yang khusus untuk wanita hamil dan menderita COVID – 19.

Anda mungkin melihat bidan dan tim bersalin mengenakan celemek, masker, atau pelindung mata. Hal-hal ini untuk menjaga Anda, bayi Anda, dan staf yang merawat Anda tetap aman, dan untuk menghentikan penyebaran infeksi.

Terinfeksi COVID – 19 seharusnya tidak berdampak opsi melahirkan secara normal atau sectio caesarea (SC). Tim bersalin Anda telah diberi tahu tentang cara menjaga Anda dan bayi Anda tetap aman. Mereka akan memastikan Anda mendapatkan perawatan terbaik dan menghormati pilihan kelahiran Anda semaksimal mungkin.

Nah, untuk wanita hamil sebaiknya menjaga kesehatannya sendiri. Apabila tidak diperlukan untuk keluar rumah, sebaiknya di rumah saja.

Kepada orang yang tinggal serumah dengan wanita hamil sebaiknya juga menjaga kesehatannya. Apabila

sudah dijumpai gejala sebaiknya langsung memeriksakan kesehatannya di pelayanan kesehatan untuk menurunkan risiko penularan.

Referensi :

- Mayo Clinic (2021). Pregnancy and COVID 19: What are the risk?.
- WHO (2020). Coronavirus disease (COVID-19): Pregnancy and childbirth.
- NHS (2021). Pregnancy and coronavirus (COVID-19).