

COVID-19 팬데믹 중 임신: 자주 묻는 질문

여러분께서는 임신이나 아기를 갖는 것에 대해 궁금한 점을 가지고 계실 수 있습니다. 팬데믹에 의한 새로운 우려가 제기되었습니다. 다음은 유익한 정보입니다.

또한 궁금한 점에 대한 답을 얻으려면 담당 의사, 간호사, 조산사와 정기적으로 상담해 주시기 바랍니다. 뉴저지주 COVID-19 정보 허브 <https://covid19.nj.gov/>를 방문해 주십시오.



Q 저는 COVID-19 또는 COVID-19 관련 문제에 보다 취약한가요?

A 예, 그렇습니다. 귀하께서는 몸에서 일어나는 정상적인 변화로 인해 임신 중에 질병에 대한 더 높은 위험성을 가지게 됩니다. 또한 임신을 한 상태에서 COVID-19에 감염되면 조기 진통, 호흡 곤란 같은 보다 심각한 건강 문제의 위험을 가지게 됩니다.

Q COVID-19로부터 나 자신을 보호하려면 어떻게 해야 하나요?

A 안전을 유지하기 위해 할 수 있는 일이 많이 있습니다. [질병통제예방센터 \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#)는 임신 중이거나 임신 예정인 사람들의 백신 접종을 권고합니다. CDC는 주변에 다른 사람이 있을 시 마스크 착용과 자주 손씻기, 특히 몸이 아프거나 아팠던 사람과 가까이 있었던 사람들과 거리를 둘 것과, 함께 살지 않는 사람들과는 6피트 이상 사회적 거리두기를 권장합니다.

귀하께서 COVID-19 증상(예: 고열, 두통, 인후통, 숨참, 미각이나 후각 상실)이 있다면 즉시 담당 의사에게 연락해야 합니다. 담당 의사는 COVID-19 검사를 받아야 할지 안내할 것입니다.

Q COVID-19 검사는 어디에서 받을 수 있나요?

A 뉴저지주 COVID-19 정보 허브(<https://covid19.nj.gov/pages/testing>)를 방문하시면 검사소와 시간, 일반인을 대상으로 하는 무료 검사, 증상 확인 도구 등 정보를 얻으실 수 있습니다. 또한 2-1-1번으로 연락하여 가까운 검사소를 알아보실 수도 있습니다.



Q 모유 수유를 해야 할까요? COVID-19 증상이 있거나 양성 판정을 받았다면 어떻게 해야 할까요?

A COVID-19 감염 여부와 관계없이 모유 수유를 할 수 있습니다. COVID-19이 모유를 통해 아기에게 전파된다는 증거는 나오지 않았습니다. 모유는 아기를 위한 최고의 영양원이고 유대감 생성, 아기를 질병과 감염으로부터 보호, 평생 지속되는 건강과 발달 관련 혜택 같은 많은 이점을 가지고 있습니다. 모유 수유는 유방암과 난소암 위험을 줄이고 스트레스와 불안감을 줄이는 데 도움이 됩니다.

엄마의 날숨에서 나오는 비말을 통해 아기에게 바이러스가 전파될 수 있습니다. COVID-19에 감염되었거나 감염이 의심되면 손을 비누와 물을 이용해 씻고 난 후 아기와 가슴, 수유 펌프 등을 만지도록 하고 아기와 6피트 이내로 거리가 가까워지는 경우 그리고 모유 수유를 하는 동안 그리고 모유 착유를 하는 동안 마스크를 착용합니다. 그리고 수유 펌프를 사용할 때 세척과 소독을 실시합니다.



Q 임신, 진통, 분만 중에 어떻게 몸 관리를 해야 할까요, 그리고 출산 계획이 팬데믹의 영향을 받게 되나요?

A 의사 진료소, 병원, 출산 장소는 팬데믹 중에 산모와 아기를 보호하기 위해 관리 절차를 변경하였습니다. 다음과 같은 사항이 해당됩니다.

- 임신 중 정기 방문의 경우 직접 대면 대신 의사, 간호사, 조산사를 원격 상담으로 만나게 될 수 있습니다.
- 진료 예약 전 또는 도착 후에 COVID-19 증상 검진을 받을 수 있습니다.
- 환자 본인도 마스크를 착용해야 하고 환자와 대면하는 모든 의료진들과 직원들도 마스크를 착용해야 합니다. 이로써 모든 사람들을 보호할 수 있습니다.
- 진료 예약에 동반인을 데려오지 못할 수 있습니다. 출산 시, 보호자와 조산사를 제외하고 다른 방문객은 허용되지 않을 수 있습니다.
- 산전 클래스는 대면 방식이 아닌 온라인으로 제공될 수 있습니다.
- 병원이나 출산 장소의 정책에 따라 출산 전에 COVID-19 검사를 받아야 할 수 있습니다.

Q 팬데믹 중에 병원이나 다른 분만 장소에서 아기를 낳는 것이 안전한가요?

A 예. 그렇습니다. 병원이나 분만 장소는 COVID-19의 확산을 방지하고 팬데믹으로부터 산모를 지키기 위해 조치를 취하고 있습니다. 어떠한 변경 전에도 담당 의사, 간호사, 조산사와 분만 계획을 상의해야 합니다.





Q 분만 시 또는 아기와 산모가 병원에서 같이 지낼 때 얼마나 많은 사람이 산모와 같이 있을 수 있나요?

A 주법에 따르면 병원에서 최소 한 명의 보호자가 진통, 분만, 출산 후 입원 기간 중에 같이 있을 수 있도록 허용되고 있습니다. 이러한 법은 COVID-19 감염 여부와 관계없이 모든 산모에게 적용됩니다. 한 명의 보호자 외에 조산사가 진통, 분만, 출산 후 입원 기간 동안 같이 있을 수 있습니다. 보호자와 조산사는 COVID-19 증상이 없어야 하고 감염자가 아니어야 합니다. 일차 보호자가 COVID-19에 감염될 경우에 대비해 다른 보호자를 미리 수배해 두어야 합니다.

추가 방문객은 허용되지 않습니다. 출산 전에 방문 정책을 확인해 두시기 바랍니다.

Q 임신을 계획하고 있거나 현재 임신 상태일 때 COVID-19 백신 접종을 받아도 안전한가요?

A 질병통제예방센터(Centers for Disease Control and Prevention)는 임신 여성이 COVID-19에 감염될 경우, 비임신 여성에 비해 병세가 아주 심할 것으로 경고하고 있습니다. 임신 상태라면 COVID-19 백신 접종을 받을 수 있습니다. 임신 중 COVID-19 백신을 맞으면 COVID-19에 걸렸을 때 나타날 수 있는 심한 병세로부터 자신을 보호할 수 있습니다. 백신에 관해 담당 의사나 간호사와 상담하는 것이 중요합니다. 상담을 통해 백신 접종이 자신에게 적절한지 결정할 수 있습니다.



본 자료는 미국 보건복지부(U.S. Department of Health and Human Services, HHS)의 건강 자원 서비스 행정국(Health Resources and Services Administration, HRSA)이 집행하는 \$10,361,110.00 후원 예산의 일환으로서 발행되었습니다. 수록된 내용은 작가의 견해이며 HRSA, HHS 또는 미국 정부의 공식적 견해나 보증을 담고 있지 않습니다.

담당 의료진이 없다면 커뮤니티 네비게이터 또는 접촉 경로 추적 상담원을 여기에서 찾아 도움을 청하십시오. 링크: <https://211.unitedway.org/services/covid19>.

번역과 TTY 서비스는 여기에서 얻을 수 있습니다. 웹: <https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>.