

COVID-19 疫情期间怀孕： 常见问题解答

您可能对怀孕或生孩子有疑问，而疫情可能会给您带来新的问题。大流行可能引发了新的担忧。以下是可能有帮助的信息。

您也应该定期与您的医生、护士、助产士或产妇陪护交谈，以帮助解答疑问。请访问新泽西 COVID-19 信息中心，网址：<https://covid19.nj.gov/>。



问 我是否更容易患上 COVID-19 或出现与 COVID-19 相关的问题？

答 是的，因为怀孕期间，您的身体会发生一些正常变化，因此生病的风险更高。另外，如果您在怀孕期间感染 COVID-19，更容易出现更严重的健康问题，比如早产或呼吸困难。

问 我该怎么去做才能预防 COVID-19？

答 您可以做很多事情来保持安全。[疾病控制和预防中心 \(Centers for Disease Control and Prevention, CDC\)](#) 建议怀孕或试图怀孕的人接种疫苗。CDC 还建议，身边有其他人时佩戴口罩，经常洗手，远离他人（尤其是当他们生病或曾接近生病的人时），并保持社交距离（除了和您住在一起的人，与其他人保持至少 6 英尺的距离）。

如果您出现任何 COVID-19 的症状（如发烧、头痛、喉咙痛、呼吸急促、嗅觉或味觉丧失），应立即给您的医生打电话。您的医生会帮助您决定是否需要接受 COVID-19 检测。

问 我可以去何处接受 COVID-19 检测？

答 请访问新泽西 COVID-19 信息中心 (<https://covid19.nj.gov/pages/testing>) 以了解有关检测点和检测时间、何处提供免费公共检测以及症状检查器工具的信息。您也可以拨打 2-1-1 找到您附近的免费检测点。



问 我能哺乳吗？如果我出现 COVID-19 的症状或检测呈阳性怎么办？

答 能，无论您是否感染 COVID-19，您都可以哺乳。没有证据表明 COVID-19 会通过母乳传递给宝宝。母乳是宝宝最好的营养来源，并提供许多益处，如建立亲密关系、防止宝宝生病和感染、带来终身健康和发育益处。母乳喂养可以降低患乳腺癌和卵巢癌的风险，并有助于缓解压力和焦虑。

病毒有可能通过呼吸中的飞沫传染给宝宝。如果您已感染或认为自己已感染 COVID-19，在与宝宝互动或触摸乳房或吸奶器之前，用肥皂和水洗手。当您与宝宝的距离不到 6 英尺时，以及在哺乳或吸奶期间，佩戴口罩。如果需要吸奶，对吸奶器进行清洁和消毒。



问 疫情对我妊娠、分娩和生育期间的护理以及我的分娩计划有何影响？

答 医生诊室、医院和分娩机构都进行了一些改变，以确保您和您的宝宝在疫情期间的安全。一些示例包括：

- 当您怀孕的时候，对于您的一些定期看诊，您可以通过远程医疗与您的医生、护士、助产士或产妇陪护交谈，而不需要当面交谈。
- 在约诊前或抵达时将检查您是否有 COVID-19 症状。
- 您将需要佩戴口罩，并且在这些地点与您互动的每个人都会佩戴口罩。这可以保护您和他们。
- 您也许不能带其他人一起赴约。在您分娩的时候，除了您的支持人员和产妇陪护之外，不允许有其他访客。
- 产前课程可以在网上而不是当面提供。
- 在您分娩之前，您可能需要接受 COVID-19 检测，这取决于您所在医院或分娩机构的流程。

问 疫情期间在医院或其他分娩机构分娩安全吗？

答 安全。医院和分娩机构正在努力防止 COVID-19 的传播，并在疫情期间确保您的安全。在做出任何改变之前，您应该与您的医生、护士、助产士或产妇陪护讨论分娩计划。





问 当我分娩或跟宝宝在医院时，能有多少人陪同？

答 [州法律](#)要求医院在您临产、分娩和整个产后住院期间至少允许一名支持人员陪同。这项法律适用于所有孕妇，无论她们是否感染 COVID-19。除了一名支持人员，产妇陪护可在临产、分娩和整个产后住院期间全程陪同。您的支持人员和产妇陪护不得疑似感染或感染 COVID-19。您应该提前计划另一名支持人员，以防您的首选支持人员感染 COVID-19。

可能不允许有其他访客。您应该在分娩前查看探视规定。

问 如果我计划怀孕或者已经怀孕，接种 COVID-19 疫苗安全吗？

答 [疾病控制和预防中心](#)已发出警告，与未怀孕的人相比，孕妇更容易因 COVID-19 而患上重病。如果您已怀孕，您可以接种 COVID-19 疫苗。在妊娠期间接种 COVID-19 疫苗可以防止您因 COVID-19 患上重病。请务必与您的医生或护士交谈，了解更多关于疫苗的知识。你们可以一起决定疫苗是否适合您。



本出版物由[美国卫生和公众服务部 \(U.S. Department of Health and Human Services, HHS\)](#) [卫生资源和服务管理局 \(Health Resources and Services Administration, HRSA\)](#) 赞助，作为总额为 \$10,361,110.00 的奖励的一部分。内容属于作者，不代表 HRSA、HHS 或美国政府的官方观点或认可。

如果您没有护理提供者，请于以下网站寻找社区导航员或联系追踪者：<https://211.unitedway.org/services/covid19>。
如需语言翻译或 TTY (电传打字) 服务，请访问：<https://www.nj.gov/humanservices/ddhh/services/caption/>。