

التدابير الوقائية لمواجهة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)

~ للنساء الحوامل ~



آثار العدوى على الحمل

حتى هذه اللحظة، علامات تطوروشدة المرض الناتج عن عدوى الفيروس التاجي عند النساء الحوامل خلال الثلث الثالث من الحمل تعد مشابهة للعلامات عند النساء الغير حوامل. هناك تقارير خارجية عن انتقال العدوى من الأم المصابة إلى الجنين، ولكن لا توجد حالات اختلال في صحة الأجنة أو ولادة جنين ميت أو حتى إجهاض. ونتيجة لذلك، فإن القلق المفرط غير ضروري حتى لو كنت حاملاً.

تدابير الوقاية اليومية

عادة ، هناك دائماً خطر ازدياد حالة الالتهاب الرئوي حدة وخطورة عند المرأة الحامل.
يُرجى الاستمرار في تجنب التجمعات، اغسلي يديك بانتظام، واعتني بحالتك الصحية العامة.
يرجى منك اتباع ما يلي: ① تجنب الأماكن المغلقة ② تجنب الأماكن المزدحمة ③ مراعاة التباعد الاجتماعي (تجنب الأماكن التي قد يحدث بها تواصل عن قرب مع الآخرين).

العمل

للنساء العاملات، وبناء على حالتكن الصحية يرجى التشاور مع رب العمل عن بعض الأمور مثل تغيير أوقات العمل لتجنب ازدحام المواصلات، العمل عن بعد، أو طلب إجازة.

تبذل وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية كل جهد ممكن لضمان راحة البال والسلامة لجميع النساء الحوامل

المزيد من المعلومات للنساء الحوامل بشأن التدابير الوقائية، والفحوصات الطبية ، والتعليمات في حالة الحمى متاحة على الجانب الخلفي من الورقة. المزيد من المعلومات العامة والتفاصيل عن الفيروس التاجي متاحة أيضا على الصفحات الرئيسية لوزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية وكذلك بعض جمعيات الأكاديمية التي نتعاون معها.

وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية

إفيروس كورونا الجديد سؤال و جواب ٢

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00014.html

الجمعية اليابانية للأمراض المعدية المرتبطة بأمراض النساء والتوليد

معلومات فيما يتعلق بفيروس كورونا الجديد (COVID-19) للحوامل / النساء اللواتي يتوقعن أن يصبحن حوامل (يتم تحديثه بناءً على الحالة) ٢

<http://jsidog.kenkyukai.jp/information/> (متاح باللغة اليابانية فقط)

※يرجى ملاحظة أن هذه النشرة تم إنشاؤها باستخدام المعلومات المتاحة حالياً، وسيتم توفير التحديثات مع تغير الوضع.



◆ المعايير والإجراءات الجديدة الموصى اتباعها عند إجراء الفحوصات والاستشارة

- يجب على النساء الحوامل اللواتي لديهن أعراض نزلة برد خفيفة نسبياً (مثل الحمى أو السعال) الاتصال فوراً بمراكز الاستشارة للأشخاص المحتمل إصابتهم بمرض كوفيد-١٩.
- عند زيارة أية مركز صحي، يرجى التأكد من ارتدائك لقناع الوجه، وغسل يديك جيداً، واتباع آداب السعال (تغطية فمك وأنفك بمنديل، أو استخدامي كمنك عند السعال أو العطس).
(متاح فقط باللغة اليابانية) <https://www.mhlw.go.jp/content/000628620.pdf>



◆ مراكز الاستشارة للنساء الحوامل على مستوى المحافظة

- توجد مراكز استشارية للنساء الحوامل في كل محافظة ومدينة وبلدة.
(متاح فقط باللغة اليابانية فقط) https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11296.html
- ✳ يتم نشر المزيد من المعلومات حول مرض كوفيد-١٩ ومعلومات مهمة حول مراكز الاتصال والدعم متعددة اللغات للأجانب على موقع مؤسسة (SHARE) الإلكتروني.
https://share.or.jp/english/news/covid-19_information_for_foreigners_b.html



◆ بما يتعلق بالولادة

- تعمل كل محافظة على تهيئة بيئة ولادة هادئة وآمنة للنساء الحوامل المصابات بمرض كوفيد-١٩. إذا كنت مصابة بالمرض، يرجى الاتصال بطبيبك للاستفسار حول الولادة.

◆ للنساء العاملات

- يجب على صاحب العمل اتخاذ التدابير اللازمة، مثل تغيير ساعات العمل وخفض عبء العمل بناءً على الإرشادات الصحية التي تلقتها الموظفة، خاصة إن أعرب طبيبها عن مخاوفه حول صحة المرأة النفسية وسلامتها وسلامة جنينها في مكان العمل والتي قد تكون لمرتبطة بمرض كوفيد-١٩. (رجوعاً إلى قانون ضمان، الخ، تكافؤ الفرص والمساواة بين الرجل والمرأة في العمل).
- سيتم تنفيذ هذا ابتداءً من ٧ مايو ٢٠٢٠ حتى ٣١ يناير ٢٠٢١. للموظفة الحامل أو المرضع الحق برفض العمل الإضافي أو العمل في أيام العطلة أو العمل ليلاً، حتى بدون توجيهات الطبيب. (رجوعاً إلى قانون العمل الأساسي)
- نشرة حماية المرأة العاملة الحامل:
(متاح فقط باللغة اليابانية فقط) <https://www.mhlw.go.jp/content/11909000/000628247.pdf>
- طلبت وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية من النقابات العمل على إنشاء نظام عمل جديد يتماشى مع الظروف الراهن المتمثل بانتشار العدوى بالفيروسات التاجية بما يضمن للنساء الحوامل أخذ الإجازات بطمأنينة.
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_11067.html (يتوفر نظام لترجمة الآلية للغة الإنجليزية والصينية والكورية)



◆ رسائل فيديو مسجلة من الخبراء

- تم تسجيل رسائل فيديو من قبل بعض الخبراء والأطباء مقدمة للنساء الحوامل وذوي الأطفال الصغار.
https://www.mhlw.go.jp/stf/newpage_10996.html

