

# Coronavirus ou COVID-19 et grossesse

Information pour les patientes – Ce que vous devriez savoir, ce que vous devriez demander.

**20 mars 2020 : Veuillez noter que les renseignements fournis dans ce dépliant sont basés sur un petit nombre de femmes enceintes atteintes de cette infection. De nouvelles informations sont disponibles quotidiennement. Nous vous encourageons à discuter avec votre médecin ou votre sage-femme pour obtenir les renseignements les plus à jour.**

## Qu'est-ce que le COVID-19?

COVID-19 est une infection causée par un coronavirus, un virus ou un microbe qui ressemble aux virus qui causent le rhume. La plupart des gens avec COVID-19 ne se sentiront pas plus malade que s'ils avaient le rhume. Les personnes ayant d'autres problèmes de santé comme les problèmes de poumons ou le diabète en dehors de la grossesse sont plus à risque de tomber très malade ou de développer de graves problèmes avec leur respiration. Les personnes atteintes de COVID-19 auront généralement de la fièvre et une toux ou se sentiront un peu essoufflées. Si cela s'aggrave et qu'elles deviennent à bout de souffle, elles peuvent avoir des problèmes importants de respiration et doivent être admises à l'hôpital ou à l'unité de soins intensifs.

## Comment attrape-t-on COVID-19?

Le virus à l'origine du COVID-19 se transmet principalement par contact avec une personne infectée et malade ou en contact avec des objets que cette personne a récemment touchés ou près desquels elle a éternué ou toussé. Le virus peut être trouvé dans la salive ou les sécrétions d'un nez qui coule. Le virus entre dans le corps par la bouche, le nez ou les yeux.

## Comment puis-je éviter d'avoir le COVID-19?

Se laver les mains régulièrement après avoir été en contact avec des objets à l'extérieur de votre maison et éviter de vous toucher le visage avec vos mains sont les meilleures façons d'éviter de tomber malade. Garder ses distances en restant au moins à 2 mètres ou 6 pieds des autres personnes (à l'exception de ceux dans la même demeure à moins d'avis contraire d'un médecin) et rester à la maison autant que possible sont également de bons moyens d'éviter de tomber malade. Pour éviter de transmettre le virus à d'autres personnes, les gens doivent éternuer ou tousser dans la partie intérieure du coude et non dans leur main.

# Coronavirus ou COVID-19 et grossesse

Information pour les patientes – Ce que vous devriez savoir, ce que vous devriez demander.

## Dois-je éviter d'aller à l'hôpital ou de voir mon médecin ou ma sage-femme?

Vous aurez beaucoup de rendez-vous avec les médecins et les sages-femmes lorsque vous êtes enceinte. Ceux-ci sont importants pour votre santé et celle de votre bébé et ne doivent être manqués qu'après discussion avec votre médecin ou votre sage-femme. Certaines visites peuvent être effectuées par téléphone ou par conférence vidéo et votre médecin ou votre sage-femme décidera avec vous si cela vous convient. Si vous avez des problèmes pendant la grossesse, vous ne devriez pas hésiter à communiquer avec votre médecin ou votre sage-femme et à discuter avec eux la meilleure façon de recevoir des soins. Lorsque vous allez à la clinique ou à l'hôpital, lavez-vous les mains régulièrement lorsque vous touchez des objets, évitez de vous toucher le visage avec vos mains et essayez de rester à au moins 2 mètres ou 6 pieds des autres personnes dans la salle d'attente. Vous devriez également vous laver les mains lorsque vous quittez la clinique ou l'hôpital.

Si vous avez une toux, portez un masque dès votre arrivée à l'hôpital ou à la clinique et dites-le dès votre arrivée. Si vous le pouvez, avisez la clinique ou l'hôpital de vos symptômes avant votre arrivée. Ainsi, ils pourront vous attendre et être mieux préparé pour prendre soin de vous. Si vous avez des symptômes de COVID-19 comme une fièvre, une toux ou des difficultés respiratoires et que vous avez une visite régulière prévue, communiquez avec votre médecin ou votre sage-femme pour savoir s'il est préférable de conserver votre rendez-vous ou de le remettre à plus tard.

## Est-ce dangereux pour moi si j'ai le COVID-19 quand je suis enceinte?

Nous avons très peu d'information au sujet des femmes enceintes qui ont eu le COVID-19. Nous savons qu'il est préférable d'éviter de tomber malade. Mais d'après le peu d'information que nous avons sur COVID-19, il semble que les femmes enceintes ne deviennent pas plus malades que les femmes du même âge qui ne sont pas enceintes. Les femmes ayant d'autres problèmes de santé risquent plus de tomber malades. Les femmes les plus à risque sont celles avec des problèmes de poumons, de la haute pression, du diabète ou le VIH. Si c'est le cas pour vous, il est fort possible que vous soyez surveillée de beaucoup plus près que les autres femmes enceintes si vous attrapez le COVID-19. La plupart des femmes enceintes en bonne santé qui attrapent COVID-19 seront soignées à la maison, mais elles devraient être vues rapidement si leurs symptômes s'aggravent. Des soins urgents si une femme enceinte devient plus malades sont le meilleur moyen de prévenir des problèmes graves pour la mère ou le bébé. Les médecins peuvent suggérer de faire une radiographie. Une radiographie ou des médicaments sont souvent essentiels afin de traiter les femmes enceintes qui deviennent très malades. S'ils savent que vous êtes enceinte, les médecins vont prendre toutes les mesures de protections nécessaires disponibles pour vous et votre bébé. Les mères qui deviennent très malades et qui ont besoin d'être à l'hôpital risquent davantage d'entrer en travail et devraient être surveillées de près pour cela. L'acétaminophène ou le paracétamol sont des médicaments sécuritaires pendant la grossesse si vous avez de la fièvre.

# Coronavirus ou COVID-19 et grossesse

Information pour les patientes – Ce que vous devriez savoir, ce que vous devriez demander.

## Est-ce dangereux pour mon bébé si j'ai le COVID-19 quand je suis enceinte?

Le virus ne semble pas passer de la mère au bébé pendant la grossesse. Il n'y a aucun signe que COVID-19 augmente les risques de malformations à la naissance, bien que nous ne connaissions que quelques femmes qui ont attrapé le virus pendant la période la plus dangereuse de la grossesse et qui ont eu leurs bébés. Une forte fièvre entre 1 et 2 mois de grossesse est possiblement liée à un risque plus élevé de problèmes avec la colonne vertébrale et le cerveau. Ce n'est pas spécifique à COVID-19, mais dû à la présence de la fièvre. Le risque reste très faible. Si 1000 femmes ont une fièvre à ce moment de la grossesse, environ 2 femmes de ce groupe peuvent avoir un bébé avec ce genre de problème. En comparaison, si 1000 femmes n'ont pas de fièvre durant cette période, environ une femme aura un bébé avec ce genre de problème. Pour toutes les grossesses, un examen par échographie à 18 à 22 semaines est recommandé pour l'anatomie du bébé.

Si vous avez le COVID-19, le plus grand risque pour le bébé est d'entrer en travail bien avant votre date prévue d'accouchement ou si les médecins ou les sages-femmes vous recommandent d'accoucher tôt parce que le bébé ne va pas bien en raison de votre maladie. Les risques pour le bébé diminuent quand vous vous rapprochez de votre date prévue d'accouchement. Si vous avez le COVID-19 et que vous êtes en travail, votre corps peut ne pas être en mesure de prendre autant d'oxygène qu'habituellement. Cela peut rendre le travail plus difficile pour le bébé. Il est recommandé, dans la mesure du possible, d'avoir un accouchement à l'hôpital où le bébé peut être surveillé de près et en permanence et où la césarienne est disponible si nécessaire. Il n'y a aucune raison pour le moment de choisir une césarienne au lieu d'un accouchement vaginal lorsqu'une mère a le COVID-19, à moins qu'il n'existe déjà une autre raison.

Certaines études avec d'autres coronavirus ont suggéré que le bébé peut ne pas grandir aussi bien après une infection qui ressemble à COVID-19. La plupart des experts recommandent au moins une échographie 2 à 4 semaines après la fin de l'infection pour s'assurer que le bébé grandit bien. Il est également recommandé que des échographies continuent d'être effectuées toutes les 2 à 4 semaines tout au long de la grossesse pour s'assurer que le bébé continue à grandir normalement.

# Coronavirus ou COVID-19 et grossesse

Information pour les patientes – Ce que vous devriez savoir, ce que vous devriez demander.

## Est-ce dangereux pour mon bébé si j'ai le COVID-19 peu de temps après l'accouchement?

On ne sait pas vraiment si les mères atteintes de COVID-19 devraient être séparées de leurs bébés ou non. Différentes régions agiront différemment en fonction de la situation locale avec le COVID-19. Il est souvent suggéré de rester avec votre bébé si vous vous sentez bien. Certaines circonstances peuvent exiger que vous soyez séparée de votre bébé. Vous devriez demander à votre médecin ou sage-femme si c'est le cas pour vous. Vous devriez faire attention et éviter de transmettre le virus à votre bébé. Il est préférable de se laver les mains avant de toucher le bébé, d'éviter de toucher le visage du bébé, d'éviter de tousser ou d'éternuer près du bébé ou de porter un masque lorsque vous vous occupez de votre bébé. Lorsque vous ne prenez pas soin directement du bébé (lorsque le bébé dort par exemple), essayez de rester au moins à 2 mètres ou 6 pieds du bébé pour diminuer le risque d'infection pour le bébé.

## Puis-je allaiter si j'ai le COVID-19?

Quelques femmes infectées par le virus ont fait tester leur lait maternel et le virus ne s'y trouvait pas. Ainsi, il semble sécuritaire de nourrir votre bébé avec votre lait maternel, même si vous avez le COVID-19. Vous devriez faire attention et éviter de transmettre le virus à votre bébé. Il est préférable de se laver les mains avant de toucher le bébé, d'éviter de toucher le visage du bébé, d'éviter de tousser ou d'éternuer près du bébé et de porter un masque lors de l'allaitement. Une autre possibilité est de nourrir le bébé avec votre lait obtenu par expression à la main ou avec un tire-lait. Si vous utilisez un tire-lait ou exprimez votre lait à la main, assurez-vous de vous laver les mains avant de le faire.

## Que faire si quelqu'un dans la maison a des symptômes de COVID-19 après la naissance de mon bébé?

S'ils sont très impliqués dans les soins du bébé, ils doivent faire attention pour ne pas transmettre le virus au bébé. Il est préférable de se laver les mains avant de toucher le bébé, d'éviter de tousser ou d'éternuer près du bébé, et de porter un masque lorsqu'ils s'occupent du bébé.

S'ils n'ont pas besoin d'être près du bébé, il est préférable qu'ils restent en tout temps au moins à 2 mètres ou 6 pieds du bébé ou de tous les endroits où le bébé sera. N'oubliez pas de vous laver les mains avant de prendre soin du bébé même si vous n'êtes pas malade, car vous avez peut-être touché des objets dans la maison qui ont été en contact avec le virus. Vous devriez également rester à 2 mètres ou 6 pieds de ceux qui sont malades et se laver les mains régulièrement pour éviter de tomber malade. Si vous avez déjà eu COVID-19, des recherches récentes semblent indiquer que votre corps sera en mesure de lutter contre le

# Coronavirus ou COVID-19 et grossesse

Information pour les patientes – Ce que vous devriez savoir, ce que vous devriez demander.

virus sans que vous deveniez malade à nouveau. Mais même dans ce cas, se laver les mains avant de toucher votre bébé est le meilleur moyen d'éviter de transporter le virus à votre bébé car le virus est dans la maison.

## Questions que vous devriez poser à votre médecin ou votre sage-femme, car les lignes directrices varient d'un pays à l'autre:

- J'ai été exposé à quelqu'un avec des symptômes de COVID-19. Dois-je me faire tester?
- J'ai des symptômes de COVID-19. Dois-je me faire tester?
- Est-ce que ma famille et moi devrions nous isoler à la maison?
- J'ai eu COVID-19 plus tôt dans la grossesse. Quand dois-je obtenir une échographie pour vérifier la santé du bébé?
- Dois-je être séparé de mon nouveau-né pendant que je suis malade?

### Avertissement:

*Le contenu de [ce dépliant/ notre site Web] est fourni uniquement pour des informations générales. Il n'est pas destiné à équivaloir à des conseils médicaux sur lesquels vous devriez compter. Vous devez obtenir des conseils médicaux individuels professionnels ou spécialisés concernant votre situation personnelle avant de prendre une décision ou de vous abstenir de toute action sur la base du contenu sur [ce dépliant/ notre site Web]. Bien que nous fassions des efforts raisonnables pour mettre à jour l'information sur [nos dépliants/site Web], nous ne faisons aucune déclaration ou garantie, qu'elle soit exprimée ou implicite, que le contenu de [notre dépliant/site Web] soit exact, complet ou à jour.*

Dernière mise à jour : 20 Mars 2020