الحامل وفيروس كورونا في رمضان



في ظل انتشار فيروس كورونا حول العالم، الذي جعل النّساء الحوامل أكثر عرضة له، فماذا عن فيروس كورونا والحامل في رمضان، وهل يسمح لها الأطباء بالصيام أم تُمنع منه، لجفاف الحلق ومشاكل أُخرى تهدّدها والجنين، الدكتور مجدي بدران عضو الجمعية المصرية للحساسية والمناعة، يقدّم نصائحه للمرأة الحامل بهذا الخصوص.

هل تصوم المرأة الحامل المصابة بفيروس كورونا؟

لا توجد أدلة على زيادة فرص عدوى الحوامل بفيروس كورونا، مع أنّ الحوامل بشكل عام أكثر عرضة للإصابة بفيروسات الجهاز التنفسي خاصّة الإنفلونزا الموسمية. لكن حال إصابة الحامل بفيروس الكورونا المستجد، وبالتالي تهديد حياتها وجنينها، أرى تطبيق قاعدة عدم الصيام (فَمَنْ كَانَ مِنْكُمْ مَرِيضاً أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مِسْكِينٍ فَمَنْ تَطَوَّعَ خَيْراً فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَنْ تَصُومُوا خَيْرٌ لَكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ) (البقرة/ 184).

ما هي أهم النصائح للحامل المتعافية من كورونا؟

- الاستمرار في تطبيق تعليمات الوقاية.

- غسل اليدين بالصابون والماء لمدة 20 ثانية أو معقم اليدين الكحولي.

- عند السعال والعطس يجب تغطية الأنف والفم بمنديل أو بثنية مرفق الذراع.

- تجنّب المخالطة اللصيقة مع أي شخص لديه أعراض نزلات البرد والإنفلونزا.

- طهي المنتجات الحيوانية والطيور والبيض جيّداً.

- تجنّب التعامل مع الحيوانات البرية أو حيوانات المزرعة الحيّة دون استخدام وسائل الوقاية الشخصية.

- عدم لمس اليد والعين والأنف، إلّا بعد غسل الأيدي بالماء والصابون أو تعقيم الأيدي.

- التغذية الجيّدة، والمتابعة الدورية مع الطبيب المختص.

لا يوجد ضرر للصيام مع الحمل الطبيعي

صيام الحامل يستلزم الإكثار من شرب السوائل وتجنّب المخللات، وعدم الإفراط في تناول السكريات والنشويات والدهون والحلوى الرمضانية.

متى يجب على الحامل تجنّب الصيام؟

لا ينصح بالصيام في حالة وجود تاريخ مرضي بارتفاع ضغط الدم، أمراض القلب، الأنيميا، أي مرض مزمن غير مسيطر عليه، تسمم الحمل، قيء الحمل.