

Fiche d'information aux patientes

GROSSESSE DURANT LA PANDÉMIE DE COVID-19

La présente fiche d'information a pour but de vous aider à comprendre la **COVID-19** chez les femmes enceintes. Veuillez noter que de nouveaux renseignements sont rendus publics tous les jours. Nous vous encourageons à parler à votre médecin ou à votre sage-femme pour obtenir des renseignements à jour.

Qu'est-ce que la COVID-19?

Le coronavirus SARS-CoV-2, qui cause la maladie appelée COVID-19, est un coronavirus humain qui se transmet d'une personne infectée à d'autres personnes. La transmission peut se produire de diverses façons, notamment par les gouttelettes libérées dans l'air quand la personne infectée tousse ou éternue; par contact étroit, y compris le toucher et les poignées de main; ou quand les personnes qui se sont trouvées en sa présence se touchent le nez, la bouche ou les yeux avant de s'être lavé les mains.

La COVID-19 est une nouvelle maladie et nous en sommes encore à déterminer de quelle façon elle affecte les femmes enceintes. Il n'existe actuellement aucune preuve suggérant que les femmes enceintes courent un risque plus élevé de tomber gravement malades à cause de la COVID-19. Il n'y a actuellement aucune preuve qu'un enfant en développement puisse être touché négativement par la COVID-19.

Tout au long de la grossesse, les femmes vivent des changements corporels qui peuvent faire augmenter leur risque de contracter des maladies, comme les infections respiratoires virales. Il est donc important que les femmes enceintes, en particulier celles qui présentent un risque élevé de développer des complications graves, prennent les précautions suivantes pour se protéger contre la possibilité de tomber malade :

- **Restez à la maison**
- **Parlez à votre médecin, obstétricien ou sage-femme** de la possibilité de tenir votre rendez-vous par téléphone ou par vidéoconférence.
- **Évitez de recevoir des visiteurs à la maison.**
- **Lavez-vous souvent les mains** avec de l'eau et du savon pendant au moins 20 secondes ou, en l'absence de savon ou d'eau, utilisez un désinfectant pour les mains à base d'alcool.
- **Pratiquez l'éloignement physique** Maintenez une distance d'au moins deux mètres entre vous et les autres.
- **Évitez de toucher** votre bouche, votre nez et vos yeux.
- **Si vous devez sortir faire des achats essentiels, évitez les endroits bondés et les heures de pointe.** Si possible, demandez à un ami ou à un membre de la famille de faire vos achats essentiels pour vous et de les déposer à votre porte.
- **Évitez les transports en commun.**

Si vous avez reçu un diagnostic de COVID-19, ou si vous attendez les résultats d'un test de laboratoire en lien avec la COVID-19, **vous devez vous isoler à la maison.**

Quels sont les symptômes de la COVID-19?

Les personnes qui contractent la COVID-19 peuvent ne présenter aucun symptôme de la maladie ou seulement très peu. Vous pourriez présenter des symptômes de la COVID-19 sans le savoir puisqu'ils s'apparentent aux symptômes du rhume et de la grippe. Les symptômes peuvent prendre jusqu'à 14 jours pour apparaître après l'exposition à la COVID-19.

Les symptômes fréquents sont les suivants : fièvre, nouvelle toux ou toux chronique qui s'aggrave, maux de gorge, écoulement nasal, maux de tête, fatigue nouvellement apparue, nouvelles douleurs musculaires, diarrhée, et la perte de goût ou de l'odorat. Les symptômes les plus souvent observés chez les femmes enceintes atteintes de la COVID-19 sont la fièvre (plus de 37,8 °C) et la toux.

Si vous vous sentez malade ou avez des symptômes de maladie, communiquez avec votre médecin ou votre sage-femme ou composez le 811.

Des données récentes montrent que le virus peut être transmis par une personne porteuse qui ne présente aucun symptôme, comme :

- les personnes qui ne présentent pas encore de symptômes (présymptomatiques)
- les personnes qui ne présenteront jamais de symptômes (asymptomatiques)

Quand devrais-je voir mon médecin ou ma sage-femme? Que faire si je dois me rendre à l'hôpital?

Tout au long de votre grossesse, vous allez avoir des rendez-vous avec votre médecin ou votre sage-femme. Ces rendez-vous périnataux sont importants pour votre santé et celle de votre bébé et vous ne devriez pas les manquer. Il reviendra à votre médecin ou à votre sage-femme de déterminer si vous pouvez manquer un rendez-vous ou le tenir par téléphone.

Si vous avez des complications durant votre grossesse, n'hésitez pas à communiquer avec votre médecin, votre sage-femme ou l'unité de travail et d'accouchement de votre hôpital.

Si vous avez reçu un diagnostic de COVID-19, communiquez **immédiatement** avec votre médecin ou votre sage-femme.

Si vous sentez le besoin de vous rendre à l'hôpital, que ce soit parce que vous avez des symptômes s'apparentant à la COVID-19, que vous avez des problèmes liés à la grossesse ou que votre travail a commencé, **veuillez téléphoner à l'unité de travail et d'accouchement avant de vous rendre à l'hôpital**. Le personnel de l'unité vous donnera des indications sur les prochaines étapes à suivre.

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE DES UNITÉS DE TRAVAIL ET D'ACCOUCHEMENT

L'Hôpital de Moncton : **857-5121**
Hôpital régional Dr Everett Chalmers : **452-5349**
Hôpital régional de Saint John : **648-6146**
Hôpital du Haut de la Vallée : **375-2611**
Hôpital régional de Miramichi : **623-3205**

Mon bébé sera-t-il en danger si je contracte la COVID-19 durant ma grossesse?

On trouve très peu d'information à savoir si le virus peut être transmis d'une mère à son bébé durant la grossesse. Rien ne porte à croire que la COVID-19 augmente le risque d'anomalie congénitale.

Si vous contractez la COVID-19, il semble que le plus grand risque pour le bébé soit que votre travail commence avant le temps ou que votre médecin ou votre sage-femme recommande que vous accouchiez avant la date prévue parce que votre bébé semble moins bien se porter en raison de votre état de santé. La plupart des experts recommandent aux femmes enceintes de subir une échographie de 2 à 4 semaines après s'être remises de la maladie afin de vérifier que le bébé se développe bien. Il est aussi recommandé de continuer de subir des échographies au moins toutes les quatre semaines afin de vérifier le développement du bébé.

Que devrais-je savoir sur le fait d'accoucher durant la pandémie de COVID-19?

À l'heure actuelle, rien ne porte à croire qu'une femme qui contracte la COVID-19 durant le troisième trimestre de sa grossesse pourrait la transmettre à son enfant à l'accouchement.

Pour l'instant, les femmes qui accouchent ont droit à une personne de soutien qui les accompagnera durant leur travail, leur accouchement et leur période post-partum. La personne de soutien doit être en bonne santé, ne présenter aucun symptôme de COVID-19, ne pas être en attente de résultats de test pour la COVID-19, ne pas avoir reçu de diagnostic de COVID-19 et ne pas avoir voyagé à l'extérieur de la province au cours des 14 derniers jours. Votre personne de soutien ne peut pas changer durant votre hospitalisation. Votre personne de soutien doit rester dans la même pièce que vous pour la majorité de votre séjour. Aucun visiteur autre que la personne de soutien ne pourra visiter la patiente.

Si vous prévoyez donner naissance à la maison avec votre sage-femme, demandez-lui si un accouchement à domicile demeure une option pour vous.

Une fois de retour à la maison, vous devrez continuer de suivre les recommandations de la santé publique en restant à la maison, en ne recevant pas de visiteurs et en pratiquant l'éloignement physique.

Mon bébé sera-t-il en danger si je suis atteinte de la COVID-19 au moment où mon travail commence ou si je contracte la COVID-19 tout juste après avoir accouché?

Si vous êtes atteinte de la COVID-19, discutez de votre plan de naissance avec votre fournisseur de soins. Le plan de naissance doit être personnalisé et tenir compte de vos préférences, de la sécurité du fournisseur de soins ainsi que des recommandations en matière d'obstétrique.

Au besoin, votre fournisseur de soins de santé consultera les spécialistes en médecine périnatale (période immédiatement avant la naissance), en médecine néonatale (période immédiatement après la naissance), en infectiologie et en médecine de soins intensifs.

Vous devrez prendre une décision éclairée après avoir discuté avec votre fournisseur de soins de santé et votre famille des risques et avantages potentiels du fait de rester avec votre bébé 24 heures sur 24. Certaines études laissent entendre que les bébés peuvent contracter la COVID-19 après la naissance. Ainsi, il est possible qu'il soit recommandé à l'avenir de séparer volontairement la mère et l'enfant dans les cas où l'on soupçonne ou l'on sait qu'une mère est atteinte de la COVID-19.

Si vous êtes atteinte ou potentiellement atteinte de la COVID-19, vous devez vous isoler à la maison. Vous devrez pratiquer **l'éloignement physique** avec tous les occupants de votre maisonnée, sauf votre bébé. Si vous le préférez, vous pouvez rester dans la même pièce que votre bébé, surtout pour faciliter l'allaitement et l'attachement.

Vous devrez toutefois faire attention de ne pas transmettre le virus à votre bébé. Il est important que vous vous laviez les mains avant de toucher votre bébé, que vous évitiez de lui toucher le visage et d'éternuer ou de tousser près de lui. Il est aussi recommandé de porter un masque quand vous prendrez soin de lui. Quand vous ne serez pas directement en train de prendre soin de votre bébé (quand il dort, par exemple), essayez de maintenir une distance de 2 mètres ou 6 pieds entre vous et lui afin de réduire le risque d'infecter le bébé.

Puis-je allaiter si je suis atteinte de la COVID-19?

Le virus qui cause la COVID-19 n'a pas été détecté dans le lait maternel et il est peu probable qu'il puisse être transmis durant l'allaitement.

L'allaitement demeure le moyen le plus sécuritaire de nourrir votre bébé ou votre jeune enfant.

Le lait maternel contient des anticorps et des facteurs immunitaires qui protègent la santé du bébé.

Comme c'est le cas pour d'autres maladies respiratoires, on recommande aux mères allaitantes de continuer à allaiter.

Vous pouvez tirer votre lait maternel manuellement ou à l'aide d'un tire-lait. Veuillez vous laver les mains et les seins avant et après avoir touché vos seins, le tire-lait ou les accessoires. Si vous êtes atteinte ou potentiellement atteinte de la COVID-19, une personne en bonne santé pourrait donner à votre bébé un boire de votre lait tiré si vous en êtes incapable.

Que vous allaitiez ou nourrissiez votre bébé avec des préparations, si vous êtes atteinte ou potentiellement atteinte de la COVID-19, vous devriez prendre des précautions pour prévenir la transmission à votre bébé. Vous devriez porter un masque quand vous vous trouvez près de lui, y compris durant les boires, et vous devriez vous laver les mains et les seins.

Si vous nourrissez votre bébé à l'aide de préparation pour nourrissons, essayez d'en garder un stock suffisant pour deux semaines. Vous devrez suivre des techniques de stérilisation strictes au moment de mélanger la préparation pour nourrissons.

Références

Agence de la santé publique du Canada. Grossesse, accouchement et soins des nouveau-nés : conseils à l'intention des mères (COVID-19). 2020. Consulté le 8 avril 2020. <<https://www.canada.ca/fr/sante-publique/services/publications/maladies-et-affections/grossesse-conseils-meres.html>>

Point de pratique de la Société canadienne de pédiatrie. L'allaitement par les mères atteintes d'une COVID-19 présumée ou confirmée (avril 2020) : Dr Michael Narvey, président, Comité d'étude du fœtus et du nouveau-né. Consulté le 14 avril 2020. <<https://www.cps.ca/fr/documents/position/lallaitement-par-les-meres-atteintes-dune-covid-19-presumee-ou-confirnee>>

Gouvernement du Nouveau-Brunswick. Bureau du médecin-hygiéniste en chef. Messages clés : Grossesse, alimentation des nourrissons et COVID-19. 2020 https://fr.horizonnb.ca/media/1086814/bmhc_messages-cl_s_grossesse__alimentation_des_nourrissons_et_covid-19.pdf