

English

Coronavirus (COVID-19): Pregnancy and newborn babies

During your pregnancy and labour

People who are pregnant don't appear to be more susceptible to coronavirus (COVID-19) than the general population, but are generally more susceptible to infection. If you get coronavirus during your pregnancy it's likely that you:

- won't be more seriously unwell than other healthy adults
- will experience only mild or moderate cold/flu-like symptoms

[More about coronavirus symptoms and when to phone 111](#)

You should continue to follow health advice during your pregnancy, including:

- monitoring your baby's movements.
- following our physical distancing advice

Arabic/ العربية

كورونا فايروس (كوفيد19) الحوامل و حديثي الولادة

أثناء الحمل والولادة

لا يبدو ان النساء الحوامل اكثر عرضة للأصابة بكورونا فايروس (كوفيد19) مقارنةً ببقية الأشخاص عامتاً, لكن عموماً هيه عرضة للأصابة

إذا اصبتي بكورونا فايروس أثناء فترة الحمل، فمن المحتمل أن:

- لن تكون أكثر خطورة من البالغين الأصحاء الآخرين
- لن تشهد سوى أعراض خفيفة أو معتدلة تشبه أعراض الإنفلونزا/البرد

[المزيد عن أعراض فيروس التاجي ومتى يجب الاتصال برقم 111](#)

يجب أن تستمر في اتباع النصائح الصحية أثناء فترة الحمل، بما في ذلك:

- مراقبة حركات طفلك.
- اتباع نصائحنا الخاصة بالابعد الجسدية

You should contact your midwife or maternity team immediately if you think your baby's movements have slowed down, stopped or changed.

Antenatal and postnatal appointments

You should continue to attend your scheduled routine care when you're well. How you receive some of your care may change, for example by phone or by Near-me video call instead of in-person. Your maternity team will speak to you about this.

If you have symptoms of coronavirus and are self-isolating, please ask your midwife or antenatal clinic for advice on going to routine antenatal appointments. Do not reduce your number of visits without speaking to your maternity team first.

Unfortunately you cannot bring anyone with you to appointments (including children). This is to help keep everyone (you, staff and other pregnant women) safe from coronavirus. If you or your birth partner are following [shielding advice](#) please contact your midwife prior to birth.

Whilst group antenatal classes have been cancelled, one to one information may be available from your midwife. You can also access online antenatal classes and discuss the content with your midwife at your next appointment.

mmunisation appointments

If you are well, you should be able to attend your antenatal care as normal, and in order to receive your whooping cough vaccine.

يجب عليك الاتصال بمرمضة التوليد أو فريق الأمومة على الفور إذا كنت تعتقد أن حركات طفلك قد تباطأت أو توقفت أو تغيرت.

المواعيد قبل الولادة وبعدها

يجب أن تستمري في حضور مواعيد الرعاية الروتينية المجدولة عندما تكونين على ما يرام. قد تتغير طريقة تلقي بعض العناية، على سبيل المثال عبر الهاتف أو عبر مكالمة فيديو قريبة منك بدلاً من الاتصال شخصياً. سيتحدث معك فريق الأمومة حول هذا الأمر.

إذا كنت تعانين من أعراض فيروس كورونا وتعزلين نفسك، فيرجى طلب الاستشارة من ممرضة التوليد أو عيادة رعاية الحوامل بشأن الذهاب إلى مواعيد ما قبل الولادة الروتينية. لا تقللي عدد الزيارات التي تقومين بها من دون استشارة فريق الأمومة أولاً.

للأسف، لا يمكنك إحضار أي شخص معك إلى المواعيد (بما في ذلك الأطفال). وهذا من شأنه أن يساعد في الحفاظ على سلامة الجميع (أنتم، والموظفون، وغيرهم من النساء الحوامل) من فيروس كورونا. إذا كنت أنت أو شريكك تتبعان إرشادات الحجر الوقائي، فيرجى الاتصال بمرمضة التوليد قبل الولادة.

على الرغم من إلغاء دروس المجاميع ما قبل الولادة، يمكنك الحصول على المعلومات الأخرى من خلال المقابلة وجها لوجه مع ممرضة الولادة. يمكنك أيضاً الوصول إلى دروس المجاميع ما قبل الولادة عبر الإنترنت ومناقشة المحتوى مع القابلة في الموعد التالي.

مواعيد التطعيم (القاحات)

إذا كنت بخير، فينبغي أن تكون قادراً على حضور مواعيد رعاية الحوامل السابقة للولادة كالعادة، ومن أجل تلقي لقاح السعال الديكي.

If you have symptoms of possible coronavirus infection, you should contact your midwife to postpone your vaccination appointment until after the isolation period is over.

Stay updated about immunisations on our [immunisation pages](#) and follow the [@NHSImmuniseScot](#) twitter account for updated advice on immunisation.

Getting your baby box

You can still register for your baby box at one of your antenatal appointments and it will be delivered within 4 weeks of your due date. If you have coronavirus your midwife will be able to register on your behalf.

Changes to your birth choices

During this time, some birth choices such as the homebirth service may be unavailable due to staff and patient safety concerns. These changes will only be temporary and you will be told of any local changes that may affect your birth plan. Please speak to your midwife or maternity team who will provide you with up to date information on your options.

Labour and your birth partner

Your birth partner can be with you during your labour and the birth of your baby. However, if they have symptoms of coronavirus, they must not accompany you to the hospital, so you may want to think about who might be an alternative birth partner in that case. In labour you may notice that midwives and the maternity team caring for you are wearing protective clothing such as aprons, masks or eye protection. These measures protect you and your baby, the staff caring for you and reduce the risk of spreading infection.

إذا كنت تعاني من أعراض الإصابة بفيروس كورونا، يجب عليك الاتصال بممرضة التوليد لتأجيل موعد التطعيم الخاص بك لحين انتهاء فترة العزل.

ابق على اطلاع على آخر التحديثات حول القاحات على صفحات القاحات الخاصة بنا واتبع حساب @NHSImmunizeScot على Twitter من أجل الحصول على آخر التحديثات بخصوص القاحات

الحصول على صندوق الطفل

ما زال بإمكانك التسجيل للحصول على صندوق الطفل في أحد مواعيدك الخاصة برعاية الحوامل ما قبل الولادة للولادة وسيتم تسليمه في غضون 4 أسابيع من تاريخ الولادة المتوقع. إذا كانت مصابة بفيروس كورونا، فسوف تتمكن القابلة من التسجيل بالنيابة عنك

التغييرات التي تطرأ على خيارات الولادة

خلال هذه الفترة، قد لا تتوفر بعض خيارات الولادة مثل خدمة الولادة من المنزل بسبب مخاوف الموظفين وسلامة المرضى. ستكون هذه التغييرات مؤقتة فقط وسيتم إخبارك بأي تغييرات محلية قد تؤثر على خطة ولادة طفلك. يرجى التحدث إلى القابلة أو فريق الأمومة الذي سيقدم لك معلومات محدثة حول الخيارات المتاحة لك.

المخاض وشريكك اثناء الولادة

قد يكون شريكك في الولادة معك أثناء فترة المخاض وولادة طفلك. ولكن إذا كانت لديه أعراض الإصابة بـكورونا فايروس، فلا ينبغي له أن يصطحبك إلى المستشفى، لذا يجب عليك التفكير من من الممكن ان يكون بديلاً عن شريكك في هذه الحالة. في فتر المخاض قد تلاحظي أن القابلات وفريق الأمومة الذي يرعونك يرتدون ملابس واقية مثل الأقنعة أو حماية العين. إن هذه التدابير تحميك و تحمي طفلك، ويحمي كذلك فريق العمل الذي يهتم بك ويقلص من خطر انتشار العدوى.

Giving birth with suspected or confirmed coronavirus

There is no evidence currently to suggest that if you have coronavirus, giving birth vaginally or by caesarean has any difference in risks or benefits for you or your baby. As a precautionary approach, if you've suspected or confirmed coronavirus, you'll be advised to give birth in an obstetric unit. This is so the maternity team looking after you have the facilities in which to monitor your oxygen levels and the baby's heartbeat. You'll be cared for in a dedicated area to keep you, your baby and staff as safe as possible.

Partners visiting after birth

Following birth, your baby and you will be moved to a ward and your partner will not be able to visit you. Whilst we understand this is very difficult, it's essential that we limit the number of visitors to hospitals during this time to protect other pregnant women, their babies, and staff.

Taking your baby home

If you and your baby are well you will be discharged home as quickly as possible. Your postnatal care will be discussed with you when you are discharged, but be reassured that you will get the support and care you need from your maternity team.

Read more information on [caring for your newborn baby](#)

Once home, your midwifery service, health visitor and family nurse will support you. We know that you'll want family and friends to meet your new baby but it's recommended you continue to follow government advice on self-isolation and [physical distancing](#).

الولادة مع اصابة مشتبه بها أو المؤكد بفايروس كورونا

لا يوجد دليل حالياً يشير إلى أنه ايأ من الولادة المهبلية أو الولادة القيصرية ينطوي على أي فارق في المخاطر أو الفوائد التي قد تعود عليك أو على طفلك اذا كنت مصابة بكورونا فايروس . وكأسلوب وقائي، إذا كنت قد شككت باصابتك بكورونا فايروس او تأكدت اصابتك ، فسيتم إعلامك بالولادة في وحدة التوليد. وبهذه الطريقة يمتلك فريق التوليد جميع الوسائل اللازمة من اجل مراقبة مستوى الاوكسجين لك و مراقبة نبضات قلب الطفل. سيتم الاعتناء بك في منطقة مخصصة للحفاظ على سلامتك وسلامة طفلك وفريق العمل قدر الإمكان.

زيارة زوجك او شريكك بعد الولادة

بعد الولادة، سيتم نقل طفلك إلى الردهه ولن يتمكن شريكك من زيارته. على الرغم من أننا ندرك أن هذا الأمر صعب للغاية، إلا أنه من الضروري أن نحصر عدد الزائرين في المستشفيات خلال هذه الفترة لحماية النساء الحوامل والأطفال والموظفين الآخرين

نقل طفلك إلى المنزل

إذا كنت أنت وطفلك بخير، سيتم اخراجكم للذهاب الى المنزل بأسرع ما يمكن. ستتم مناقشة الرعاية مابعد الولادة التي سوف تحصلين عليها معك حالما يسمح لك بالخروج من المستشفى ، تأكدي انه سيتم سيتم حصولك على الدعم والرعاية التي تحتاجها من فريق الأمومة.

اقرأ المزيد من المعلومات حول العناية بالرضيع الحديث الولادة

حالما تكونين في المنزل ، خدمة ، سوف يتم حصولك على الرعاية اللازمة من قبل خدمة القابلة الصحية و الزائرة الصحية . نحن نعلم أنك ترغبين بلقاء عائلتك وأصدقائك من اجل التعرف على طفلك، ولكن يوصى بمتابعة النصائح الحكومية حول العزلة الذاتية [والتباعد البدني](#).

If you become unwell when you get home

If you become unwell in any way whilst at home with your baby please contact your GP, midwife or maternity unit.

- For non-emergency concerns do not hesitate to phone NHS 24 on 111.
- If it's an emergency phone 999.

If you are concerned about your physical or mental health or the health of your baby in any way do not wait to seek help. Phone your midwife or maternity unit straight away.

Taking care of your mental health and wellbeing

With all the changes happening it's normal to feel stressed and anxious. Parent Club has [some helpful tips for managing anxiety during pregnancy](#)

If you're worried about your mental health and wellbeing or have existing mental health difficulties, support is still available. It's important to let your midwife know as they'll be able to help you put the right support in place.

Further information

The Royal College of Obstetricians and Gynaecologists has more [detailed guidance about COVID-19 for people who are pregnant](#) including on self-isolating and guidance for pregnant women in the workplace.

Caring for your newborn baby

The number of babies that have caught coronavirus is extremely low, however they can potentially catch coronavirus after birth from anyone infected with the virus,

إذا أصبحت حالتك الصحية على غير ما يرام عندما تصلين إلى المنزل

إذا لم تكنين بخير بأي شكل من الأشكال أثناء تواجدك في المنزل مع طفلك، فيرجى الاتصال بطبيبك العام، أو القابلة أو وحدة الأمومة.

• بالنسبة إلى المخاوف غير المتعلقة بحالات الطوارئ، لا تترددي في الاتصال برقم NHS 24 على 111.
• إذا كانت حالة طارئة اتصلي بالهاتف 999.

إذا كنتِ قلقه بشأن صحتك البدنية أو العقلية أو صحة طفلك بأي شكل من الأشكال، فلا تنتظر حتى تطلب المساعدة. اتصل بالقابلة أو وحدة الأمومة على الفور

رعاية صحتك و سلامتك العقلية

مع كل التغييرات التي تحدث، من الطبيعي أن تشعرين بالتوترات والقلق. ان نادي الاباء يوفر بعض النصائح المفيدة لمعالجة القلق أثناء الحمل

إذا كنتِ قلقه بشأن صحتك و سلامتك العقلية أو كنتِ تعانين من صعوبات في الصحة العقلية، الدعم لا يزال متوفرًا، من المهم أن تُعلمي القابلة وسوف تتمكن من مساعدتك في الحصول على الدعم المناسب .

معلومات اخرى

ان موقع الكلية الملكية للأمراض النسائية و التوليد يحتوي على معلومات و ارشادات مفصلة عن كوفيد19 للنساء الحوامل بالاضافة الى ارشادات حول العزل الذاتي و النساء الحوامل في أماكن العمل

العناية بالرضيع الحديث الولادة

ان عدد الأطفال الذين أصيبوا بفيروس كورونا منخفض للغاية، إلا أنهم قد يصابون بفيروس كورونا بعد الولادة من أي شخص مصاب بالفيروس، وحتى لو لم يكن ذلك الشخص يشعر بتوعك صحي.

even if that person does not feel unwell.

It's recommended that you:

- take your baby home as soon as it is safe for you to do so.
- follow government advice on self isolation and physical distancing
- keep your baby away from people with a cough, fever or other viral symptoms such as a runny nose, vomiting or diarrhoea

Bliss has [advice about coronavirus for parents of babies born sick or premature](#).

How will I know if my baby has coronavirus?

Many babies with the virus will not show signs of illness and the vast majority (or almost all) will recover fully.

Some babies can develop an unstable temperature (too hot and/or too cold) and/or a cough. Babies with infections don't always develop a fever.

Breastfeeding

There's currently no evidence to suggest the virus can be spread through breast milk. The benefits of breastfeeding outweigh any potential risks of spreading the virus to your baby.

[Parent Club](#) have information [on breastfeeding and coronavirus](#).

[Breastfeeding advice](#) can also be found in Ready Steady Baby.

Unicef has [additional advice on breastfeeding](#)

يوصى بما يلي:

- خذ طفلك إلى المنزل بمجرد أن يصبح ذلك ممكناً و اماناً.
 - اتباع النصائح التي تقدمها الحكومة بشأن العزلة الذاتية والابعاد البدنية
 - أبق طفلك بعيداً عن الأشخاص الذين يعانون من السعال، حمى أو أعراض فيروسية أخرى مثل الرشح من الأنف أو التقبؤ أو الإسهال
- إن موقع "بليس" لديه مجموعة من النصائح بشأن فيروس كورونا للاباء الذين رزقوا باطفال مولودون قبل الأوان او لديهم حالة صحية

كيف يمكن ان اعرف ان طفلي مصاب بكورونا فايروس؟

كثير من الأطفال الرضع الذين يصابون بالفايروس لا تظهر عليهم اعراض المرض و يتعافون بشكل كامل بعد ذلك
بعض الأطفال الرضع تظهر عليهم اعراض درجات حرارة غي مستقرة (ارتفاع او /مع انخفاض) او /مع سعال. لا تظهر اعراض الارتفاع في درجات الحرارة دائماً على الأطفال الرضع

لرعاية الطبيعية

في الوقت الحالي لا يوجد اي دلائل تقترح ان الفايروس ممكن ان ينتشر من خلال حليب الصدر. ان فوائد الرضاعة الطبيعية تفوق اي خطر كامن لنقل العدوى الى طفلك

يمكن الحصول على معلومات اخرى بخصوص الرضاعة الطبيعية و كورونا فايروس من خلال موقع نادي الوالدين

يمكن الحصول ايضاً على نصائح الرضاعة الطبيعية من خلال موقع الاستعداد للاطفال

وتقدم اليونيسيف مشورة إضافية بشأن الرضاعة الطبيعية

You can also phone the Breastfeeding Network National Helpline on: 0300 100 0212 (from 9.30am to 9.30pm each day)

Breastfeeding if you have coronavirus symptoms

If you're breastfeeding and feeling unwell, continuing to breastfeed can be the easiest and least stressful option during this time.

You should continue to breastfeed your baby even if you become infected with coronavirus. This is more likely to help protect them. Phone your midwife, health visitor or GP if you have any concerns. You should also be very careful not to fall asleep with your baby.

If you prefer, you can express and ask someone who is well to feed your breast milk to your baby for some or all feeds

Reducing the risk of your baby catching coronavirus

You can reduce the risk of your baby catching coronavirus by:

- washing your hands before touching your baby, breast pump, bottle or other feeding equipment
- avoiding coughing or sneezing whilst feeding or holding your baby
- following breast pump and equipment cleaning recommendations after each use, if you're using one (as you would always do)
- washing and cleaning bottles and other equipment thoroughly in hot soapy water, before sterilising (as you would always do)

يمكنك أيضاً الاتصال بخط المساعدة الوطني لشبكة الرضاعة الطبيعية على: 0300 0212 100 (من الساعة 9:30 صباحاً حتى الساعة 9:30 مساءً كل يوم)

الرضاعة الطبيعية إذا كان لديك اعراض الإصابة بـكورونا فايروس

إذا كنت ترضعين طفلكِ طبيعياً وتشعرين بصحة غير جيدة ، فقد يكون الاستمرار في الرضاعة الطبيعية هو الخيار الأسهل والأقل إجهاداً أثناء هذه الفترة.

يتوجب عليكِ الاستمرار بأرضاع طفلكِ طبيعياً حتى وأن كنتِ مصابة بـكورونا فايروس . هذا قد يساعد كثيراً في حمايتهم. اتصلي بالقابلة، او الزائرة الصحية او طبيبكِ الجي بي ان كانت لديكِ اي استفسارات

إذا كنت تفضلين أيضاً يمكنكِ طلب المساعدة من شخص اخر يستطيع مساعدتكِ في ارضاع طفلكِ من حليب صدرك المستخرج في بعض الرضعات او جميعها.

التقليل من خطر اصابة طفلكِ بـكورونا فايروس

يمكنك التقليل من خطر اصابة طفلكِ بـكورونا فايروس من خلال :

- غسل يديك جيداً قبل حمل طفلكِ , استخراج الحليب من الصدر, او قبل ملامسة قنينة الرضاعة او اي من الأدوات المستخدمة في الرضاعة
- تجنب السعال او العطاس اثناء حمل او ارضاع طفلكِ
- إتباع ارشادات التنفس الصحية عند رضاعة طفلكِ, مثل ارتداء كمادات الوجه او اي بدائل للكمادات ان امكن
- إتباع ارشادات التنظيف و التعقيم المعتادة للأدوات المستخدمة في الرضاعة و استخراج الحليب من الصدر بعد كل استخدام
- غسل و تنظيف قنينة الرضاعة و الأدوات الأخرى المستخدمة في الرضاعة بعناية من خلال استخدام الماء الدافىء و الصابون قبل التعقيم

25 May 2020