

# COVID-19

## 의심자 또는 확진자의 임신, 출산, 육아



코로나바이러스(COVID-19) 감염병과 임신, 출산, 산후 관리에 대해 조금씩 더 알아가고 있습니다. 정보를 더 많이 파악할수록 권장 사항이 변경될 수 있으나, 지금으로서는 이것이 최선입니다.

### 임신 중 COVID-19 감염



#### 알고 있는 정보

임산부는 COVID-19로 인한 중증 상태를 경험할 위험이 더 높은 만큼 예방 조치를 취하여 건강을 지키고 COVID-19 감염을 피해야 합니다.

합병증이 생기지 않도록 임신 중 질병 감염으로부터 본인을 보호하는 것이 가장 중요합니다.

아프거나 COVID-19 감염자와 접촉했다면 의료 서비스 제공자와 상의하시기 바랍니다.



#### 다음과 같은 증상이 나타나면 **9-1-1**에 전화하십시오.

- 호흡 곤란(임신으로 인해 호흡이 힘든 것보다 심각한 경우)
- 가슴의 지속적인 통증 또는 압박감
- 갑작스러운 혼란
- 다른 사람과의 소통이 불가능해짐
- 푸르스름한 입술 또는 얼굴

## COVID-19 의심자 또는 확진자의 진통 및 출산

코로나바이러스(COVID-19) 확진자인 경우, 진통, 출산, 산후에 어떤 일이 일어나는지 의료 서비스 제공자와 상의하시기 바랍니다. 아기가 태어나면 COVID-19에 감염될 수 있습니다. 의료 담당 팀과 선택지를 의논하고 옳다고 생각하는 결정을 내리십시오.

의료 서비스 제공자는 다음 중 하나를 권고할 수도 있습니다.



### 아기와 한방에서 지내기

- 아기와 한방에서 지낸다면, 마스크를 착용하고 아기를 안거나 만지기 전에 손을 씻으십시오.



### 아기와 다른 방에서 지내기

- 의료 서비스 제공자는 엄마가 COVID-19를 더이상 전염시키지 않을 상태가 될 때까지 건강한 사람이 아기를 돌볼 것을 권고할 수도 있습니다.

## COVID-19 의심자 또는 확진자의 자택 육아

COVID-19 확진자인 엄마가 아기와 병원에서 자택으로 퇴원하는 경우, 아기의 감염 예방을 위해 예방 조치를 취해야 합니다. 의료 담당 팀과 선택지를 의논하고 옳다고 생각하는 결정을 내리십시오.

의료 서비스 제공자는 퇴원 시 다음 중 하나를 권고할 수도 있습니다.



### 자택에서 아기와 한방에서 지내기

- 아기와 한방에서 지낸다면, 마스크를 착용하고 아기를 안거나 만지기 전에 손을 씻어 아기가 COVID-19에 감염되지 않도록 예방하십시오.
- 마스크 착용과 아기를 안거나 만지기 전 손 씻기를 그만해도 되는 시기에 대해서는 의료 서비스 제공자와 상의하십시오.



### 자택에서 아기와 다른 방에서 지내기

- 의료 서비스 제공자는 엄마가 COVID-19를 더이상 전염시키지 않을 상태가 될 때까지 건강한 사람이 아기를 돌볼 것을 권고할 수도 있습니다.
- 엄마와 아기가 다른 방에서 지내는 것을 그만해도 되는 시기에 대해서는 의료 서비스 제공자와 상의하십시오.

# COVID-19 의심자 또는 확진자의 아기 수유

COVID-19에 감염된 상태에서는 아기를 보호하기 위해 아기 육아, 분유 수유, 모유 수유(착유 후 젖병으로) 시 마스크를 착용하고 손을 씻어야 합니다.



## 육아

모유 수유를 권장합니다. 모유에는 아기를 질병으로부터 보호하고, 건강한 성장과 발육에 도움이 되는 세포가 들어있습니다. 육아 시 아기와의 유대감을 촉진하는 호르몬(옥시토신)이 분비됩니다. 육아는 다음과 같은 이점이 있습니다.

- 산후 출혈 예방에 도움
- 산후 우울증에 도움
- 모유 수유하는 엄마와 아기를 진정시킴
- 아기의 성장 및 치유를 촉진

모유는 다음과 같은 질병으로부터 아기를 보호합니다.

- 설사 및 복통
- 호흡 문제
- 감염(패혈증)
- 영아 돌연사 증후군
- 중이염
- 방광염



## 자원

[doh.wa.gov/coronavirus](https://doh.wa.gov/coronavirus)  
또는 [coronavirus.wa.gov](https://coronavirus.wa.gov)



## 젖병 수유

귀하, 반려자, 기타 간병인이 분유나 모유를 젖병으로 수유할 때 아기를 포대기 등으로 단단히 싸고, 안아주면 좋습니다. 다음과 같은 이점이 있습니다.

- 아기와 간병인 사이에 유대감 형성
- 아기와 간병을 진정시킴
- 아기의 성장 및 치유를 촉진

건강한 사람이 아기에게 여러분의 모유를 먹일 수 있습니다. 젖병으로 모유 수유를 하면 아기가 육아 시 필요한 모든 영양분을 받아들일 수 있습니다.

- 착유 전 손을 씻고 마스크를 착용합니다.
  - 착유기, 젖병, 모유 저장 용기를 세척하기 전 손을 씻고 마스크를 착용합니다.
- COVID-19에 감염된 경우, 착유 전후에 반드시 착유기를 세척해야 합니다.