



**The Royal Australian
and New Zealand
College of Obstetricians
and Gynaecologists**
Excellence in Women's Health

임신부를 위한 코로나 19 정보

대부분의 여성들과 가족들에게 임신은 기쁨과 설레임의 시간입니다. 그러나, 코로나 19 (코로나바이러스) 대확산이 선언된 후, 임신부들은 자신과 태아의 건강뿐만 아니라, 출산 후 아기의 건강에 대해서도 크게 우려할 것입니다. 다음은 임신부와 아기와 관련된 코로나 19에 대한 최신 정보 및 영향을 요약한 내용입니다.

임신부는 코로나 19에 더욱 취약한가요?

임신부는 위험군에 속하며 취약하다고 고려되어야 하며, 이는 임신 중에 여성의 신체에 발생하는 변화 때문입니다. 그러나, 현재까지는 임신부에게 코로나 19 감염증이 발병했을 때 일반인구 집단보다 그 증세가 더욱 심각해지는 것은 아니라고 보여집니다. 대부분의 임신부는 발열, 기침, 후각 상실, 두통, 피로와 같은 경증이나 중등증 증상들만 나타날 것입니다.

임신 중에 코로나 19에 걸린 여성은 3명 중에 1명이 병원에 입원하는데 이 여성들 중 일부는 코로나 증상 때문이 아니라 임신 말기에 출산을 위해 입원하는 것입니다. 코로나 19로 몸 상태가 좋지 않아 병원에 입원해야 하는 여성의 경우 10명 중 1명은 호흡을 원활하게 하고 다른 신체 기관들을 보호하기 위해 중환자실에 입원해야 합니다.

전세계적으로 임신 중 코로나 19에 걸린 경우 임신 후기 여성, 흑인, 아시아 및 소수 민족의 여성, 35세 이상 및 기존 질환이 있는 여성은 감염 증상이 나빠져서 입원할 가능성이 높았습니다. 이런 여성들은 감염 위험성을 줄이기 위해 사회적 거리 두기에 더 주의를 기울여야 합니다.

코로나 19가 유산을 야기하나요?

코로나 19가 임신을 준비 중이거나 임신 초기에 있는 여성들에게 유산의 위험을 증가시킨다는 증거가 없습니다.

코로나 19가 엄마로부터 태아에게 전파되나요?

코로나 바이러스가 산모에게서 아기로 전염될 약간의 가능성이 있다는 보고서가 있었습니다 (수직 감염). 하지만 이런 일이 자궁 내에서나 출산 중에 일어나는 경우는 드뭅니다 (100명 중 2명). 코로나 19에 감염된 아기의 경우 대부분 상태가 양호하여 추가 치료가 필요하지 않았습니다. 현재 코로나 19가 아기에게 위험이 되거나 임신 중 이상 원인이 된다는 증거는 없으므로 산모들은 안심해도 됩니다.

코로나 19가 출산 관련 합병증을 야기하나요?

코로나 19에 걸린 일부 산모의 경우 조산 위험성이 증가합니다 (37주 이전). 조기 진통의 위험성은 코로나 19에 걸리지 않은 산모와 비교해 높지 않은 것으로 보입니다. 하지만 임신 말기에 접어든 일부 산모의 경우 조기 출산을 하는 것이 태어나 산모에게 더 안전할 수 있습니다.



**The Royal Australian
and New Zealand
College of Obstetricians
and Gynaecologists**
Excellence in Women's Health

신생아와 유아는 코로나 감염으로 인한 합병증 위험성이 높아 보이지 않지만 조산한 아기의 경우는 퇴원할 때까지 신생아실에서 보살핌을 받아야 할 수도 있습니다.

코로나 19 대확산 시기에 산전 케어를 계속 받아야 하나요?

건강한 출산과 산모의 안전을 위해 산전 검사, 초음파 검사, 산모 및 태아 검진은 계속 되어야 합니다. 일상적인 산전 케어를 조정하기 위해 제안된 방법들은 다음과 같으며, 이에 국한되지는 않습니다.

- 산전 케어 방문 횟수를 줄이거나, 연기하거나 방문 간격을 늘림
- 산전 케어 방문 시간을 15 분 이하로 제한함
- 원격의료 상담으로 대체하거나, 일반 진료와 병행함
- 대면으로 진행되는 산전 교실 취소
- 입원 시에 방문객 제한 (배우자만 허용)
- 조기 퇴원 고려

또한, 코로나 19 감염에 대한 대응에 영향을 주지 않는 한, 임신 중에 백일해 및 독감 백신을 투여해야 합니다.

병원에서 출산하는 것이 안전한가요?

숙련된 직원들이 있고 필요할 때 응급 설비를 이용할 수 있는 병원은 출산을 위해 가장 안전한 장소입니다. 경막외마취 등을 포함하여 임신부가 겪는 진통, 질식분만 혹은 제왕절개 경험은 크게 영향을 받지 않아야 하며, 여성들은 자신의 계획에 따라 출산을 할 수 있도록 격려되고 지원받아야 합니다.

모유수유가 안전한가요?

임신부가 원한다면 모유수유를 장려하고 지원해야 합니다. 현재까지 모유에 코로나바이러스가 있다는 증거는 없습니다. 더불어 이미 잘 알려진 모유수유의 장점이 잠재적인 감염 전파 위험을 능가합니다. 엄마가 코로나 19 에 감염된 경우, 자동적으로 엄마와 아기를 격리시키기 보다는 일반 위생수칙을 철저히 지키면서 더욱 주의를 기울이고 수유 중에 마스크 착용을 고려해야 합니다.

내가 실천해야 하는 일반 위생수칙은 무엇입니까?

- 알코올 손 소독제 혹은 비누와 물로 정기적으로 자주 손을 씻습니다.
- 기침과 재채기를 하는 사람을 피합니다.
- 눈, 코, 입을 만지지 않습니다.
- 사회적 거리두기를 실천하고 일반 지역사회 노출을 줄입니다.
- 증상이 발생하면 초기에 알리고 검진을 받습니다.
- 감염이 상당한 경우에는 적절한 치료 및 지원 조치를 받습니다.
- 도움을 주는 사람을 한 사람으로 제한하고, 배우자가 코로나 19 감염증에 걸렸거나 그러한 증상이 있다면 병원에 동행하지 않습니다.



**The Royal Australian
and New Zealand
College of Obstetricians
and Gynaecologists**
Excellence in Women's Health

- 불필요한 모든 이동을 자제합니다. 일반적으로, 사람들이 모이는 장소를 피하고 집에 있는 것이 가장 안전합니다. 가능하다면 대중교통 이용을 줄이고 재택근무를 합니다.

나에게 코로나 19 증상이 발생하면 어떻게 해야 하나요?

감기/독감 증상들이 (발열, 기침, 인후통, 어지러움, 구토, 설사, 피로 및 호흡곤란) 발생하면 즉시 의료 검진을 요청하십시오 (발열 클리닉, GP 의원, 응급실). 상기 증상이 있거나, 자가 격리를 해야하거나, 코로나 19 확진을 받은 경우에는 담당 의료진에게 알려야 합니다.

우려가 있으면 누구와 상의해야 하나요?

임신과 양육에 대한 불안과 우울증이 동반될 수 있으며, 현재 상황은 임신부와 배우자 그리고 가족들에게 그 위험을 더욱 증가시킬 수 있습니다. 따라서, 출산전후기 불안 및 우울증, 약물 남용, 가정 폭력에 대한 조사, 진단, 관리 및 서비스는 지속되어야 합니다. 이에 대한 우려가 있다면 담당 보건 전문가에게 조언과 도움을 요청하세요. 담당 의사, 조산사 및 기타 보건 종사자들은 임신부와 아기의 건강에 관심을 가지고 있습니다.

또한 가능하다면, 휴식을 취하고 건강한 식생활을 유지하면서 좋아하는 활동을 계속하세요. 태아를 위한 최적의 보호 수단은 엄마입니다. 따라서 엄마가 자신의 정서적 신체적 건강을 잘 돌보는 것이 가장 중요합니다.

다시 한번 코로나바이러스가 임신부와 아기에게 미치는 위험이 경미하다는 점을 알려드리며, 저희는 여러분 모두가 건강하고 행복하시기를 바랍니다.

Harmony Alliance (하모니 얼라이언스): Migrant and Refugee Women for Change 는 회원중심의 조직이며, 이민자 및 난민 출신의 여성들이 중요한 이슈를 옹호할 수 있는 플랫폼을 제공하고 있습니다.

The Royal Australian and New Zealand College of Obstetricians and Gynaecologists (RANZCOG)는 호주 및 뉴질랜드의 여성 보건을 위한 전문 교육 및 표준제정 기구입니다.