

# التدابير الوقائية لمواجهة فيروس كورونا المستجد (كوفيد-19)

## ~ للنساء الحوامل ~



### آثار العدوى على الحمل

حتى هذه اللحظة، علامات تطوروشدة المرض الناتج عن عدوى الفيروس التاجي عند النساء الحوامل خلال الثلث الثالث من الحمل تعد مشابهة للعلامات عند النساء الغير حوامل. هناك تقارير خارجية عن انتقال العدوى من الأم المصابة إلى الجنين، ولكن لا توجد حالات اختلال في صحة الأجنة أو ولادة جنين ميت أو حتى إجهاض. ونتيجة لذلك، فإن القلق المفرط غير ضروري حتى لو كنت حاملاً.

### تدابير الوقاية اليومية

عادة ، هناك دائماً خطر ازدياد حالة الالتهاب الرئوي حدة وخطورة عند المرأة الحامل.  
يُرجى الاستمرار في تجنب التجمعات، اغسلي يديك بانتظام، واعتني بحالتك الصحية العامة.  
يرجى منك اتباع ما يلي: ① تجنب الأماكن المغلقة ② تجنب الأماكن المزدحمة ③ مراعاة التباعد الاجتماعي (تجنب الأماكن التي قد يحدث بها تواصل عن قرب مع الآخرين).

### العمل

للنساء العاملات، وبناء على حالتكن الصحية يرجى التشاور مع رب العمل عن بعض الأمور مثل تغيير أوقات العمل لتجنب ازدحام المواصلات، العمل عن بعد، أو طلب إجازة.

تبذل وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية كل جهد ممكن لضمان راحة البال والسلامة لجميع النساء الحوامل

المزيد من المعلومات للنساء الحوامل بشأن التدابير الوقائية، والفحوصات الطبية ، والتعليمات في حالة الحمى متاحة على الجانب الخلفي من الورقة. المزيد من المعلومات العامة والتفاصيل عن الفيروس التاجي متاحة أيضا على الصفحات الرئيسية لوزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية وكذلك بعض جمعيات الأكاديمية التي نتعاون معها.

وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية

فيروس كورونا الجديد سؤال و جواب ٢

[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00014.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00014.html)

الجمعية اليابانية للأمراض المعدية المرتبطة بأمراض النساء والتوليد

معلومات فيما يتعلق بفيروس كورونا الجديد (COVID-19) للحوامل / النساء اللواتي يتوقعن أن يصبحن حوامل (يتم تحديثه بناءً على الحالة) ٢

(متوفر باللغة اليابانية فقط) <http://jsidog.kenkyukai.jp/information/>

※يرجى ملاحظة أن هذه النشرة تم إنشاؤها باستخدام المعلومات المتاحة اعتباراً من ١ أبريل ٢٠٢٠. وسيتم توفير التحديثات مع تغير الوضع.



## ◆ الاحتياطات الموصى اتباعها

- يرجى غسل اليدين بالماء والصابون باستمرار. كما ويرجى ① تجنب الأماكن المغلقة
- ② تجنب الأماكن المزدحمة ③ مراعاة التباعد الاجتماعي (تجنب الأماكن التي قد يحدث بها تواصل عن قرب مع الآخرين؛ مثل المحادثات الجانبية أو الخطابات العلنية).
- إذا اشتبه بإصابة شخص ما بالمنزل بالفيروس التاجي، يرجى تجنب أي اتصال مباشر وذلك بالعيش في غرف منفصلة، ويرجى تجنب مشاركة المناشف والأواني المنزلية.

## ◆ في حالة ظهور الحمى أو أي أعراض أخرى

- يرجى من أية امرأة حامل تعاني من أعراض نزلة برد خفيفة نسبياً (حمى أو سعال) الاتصال فوراً بمراكز الاستشارات للأشخاص المحتمل إصابتهم بمرض كوفيد-19 للحصول على الاستشارة اللازمة. أصبح اختبار الكشف عن فيروس الكورونا (PCR) متاحاً في الجمعية الطبية التابعة للمحافظة في أو في بعض العيادات المحلية في بعض المحافظات (تم التحديث في ٨ مايو)

### > بخصوص فحص ما قبل الولادة<

- إذا كنت على اتصال وثيق مع شخص مصاب بمرض كوفيد-19، أو إذا كنت تشكين في إصابة شخص ما في المنزل، يرجى الاتصال لاستشارة طبيبك قبل إجراء أي فحوص لما قبل الولادة.
- إذا كان هناك احتمال أن تكوني قد أصبت بالفعل بكوفيد-19، يرجى الامتناع فوراً عن الذهاب لعمل أية فحوصات لما قبل الولادة. وبدلاً من ذلك، استشيرى مراكز الاستشارات للأشخاص المحتمل إصابتهم بمرض كوفيد-19 أولاً، ثم بعد ذلك، يرجى استشارة طبيبك الخاص.

### >فيما يتعلق بالولادة<

- تعمل كل محافظة على تهيئة بيئة للولادة الهادئة والأمنة للنساء الحوامل المصابات بمرض كوفيد-19. إذا كنتي مصابة بالفعل، يرجى الاتصال بطبيبك الخاص للاستفسار عن الولادة.

✂ يتم نشر المزيد من المعلومات حول مرض كوفيد-19 ومعلومات مهمة حول مراكز الاتصال والدعم متعددة اللغات للأجانب على موقع مؤسسة SHARE الإلكتروني.

[https://share.or.jp/english/news/covid-19\\_information\\_for\\_foreigners\\_b#multi](https://share.or.jp/english/news/covid-19_information_for_foreigners_b#multi)

## ◆ للنساء العاملات

- بناء على حالتكن الصحية والجسدية يرجى التشاور مع رب العمل عن بعض الأمور مثل تغيير أوقات العمل لتجنب ازدحام المواصلات، العمل عن بعد، أو الأمور المتعلقة بالراتب خلال إجازة الأمومة
- ✂ طلب للتعاون موجه من وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية إلى نقابات العاملين طلبت وزارة الصحة والعمل والرعاية الاجتماعية من النقابات العمل على إنشاء نظام عمل جديد يتماشى مع الظروف الراهن المتمثل بانتشار العدوى بالفيروسات التاجية بما يضمن للنساء الحوامل أخذ الإجازات بطمأنينة.
- ✂ يتم نشر المزيد من الأسئلة والأجوبة للأفراد العاملين فيما يتعلق بالفيروس التاجي على الصفحة الرئيسية.
- [https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/dengue\\_fever\\_qa\\_00018.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/dengue_fever_qa_00018.html)
- الإجازات المدفوعة والإجازة السنوية المدفوعة حسب قانون معايير العمل.
- خيارات العمل المرنة (العمل عن بعد، و تغيير أوقات العمل لتجنب ازدحام المواصلات) للمساعدة في منع العدوى.
- تُسْتَحَقَّ إجازة إضافية مدفوعة الأجر في حالة الإغلاق الطارئ لرياض الأطفال والمدارس.



آخر تحديث: ١ أبريل ٢٠٢٠