



# COVID-19 ve GEBELİK

**Pandemi süreci herkes için ne olacağını bilmediği sağlığıyla ilgili endişe verici bir süreç oldu. Hatta anne adayları için bu süreç ikiye, hatta üçe dörde katlandı. Temkinli olmalıyız, kendimizi ve bebeğimizi korumalıyız. Bunun için gerekmedikçe dışarı çıkmamalı ve aynı evin içinde bile sosyal mesafemizi korumalıyız.**

**B**ilindiği üzere yeni tip koronavirüs hastalığı (Covid-19), ilk olarak Çin'in Wuhan Eyaleti'nde Aralık ayının sonlarında solunum yolu belirtileri (ateş, öksürük, nefes darlığı) gelişen bir grup hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020'de tanımlanan bir

virüstür. En çok karşılaşılan belirtileri ateş, öksürük ve nefes darlığı olmakla beraber şiddetli olgularda zatürre, ağır solunum yetmezliği, böbrek yetmezliği ve ölüm gelişebilmektedir.

TOBB ETÜ Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Ayşegül Alkılıç da Covid 19 ve gebelik ile ilgili deneyimlerini bizimle paylaştı:

"Hastalığın gebelerdeki seyri nedir? Bu soruya cevap vermeden önce gebelerde oluşan fizyolojik değişimlerden bahsetmek daha doğru olur. Tüm gebelerde gebeliğin en başından itibaren fizyolojik olarak bağışıklık cevabı azalır ve özellikle 3. trimesterde (6-9. aylar) akciğer kapasitesi belirgin olarak düşer. Bu da başta akciğer enfeksiyonları olmak üzere tüm enfeksiyonlarda artmış bir riski beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla gebe olmanın Covid-19 riskini de diğer tüm enfeksiyonlar gibi artırması beklenmektedir. Fakat şu anda elimizdeki verilere göre gebeler, gebe olmayan bireylerden daha sık hastalığa yakalanmamaktadır. Özellikle daha önce yine farklı türlerde koronavirüslerin

**Şu andaki verilerle hastalığın riski ve seyrinin gebelerde kendi yaş gruplarıyla aynı seyrettiğini söyleyebiliriz.**

sebebi olduğu 2003 yılında SARS ve 2012'deki MERS salgınlarında gebelerin daha yüksek oranda bu hastalık sebebiyle hayatlarını kayb ettiklerini gözlemlemiştik ki Covid-19'da böyle bir durum olmadığını görüyoruz. Dolayısıyla şu andaki verilerle hastalığın riski ve seyrinin gebelerde, gebe olmayan bireylerle aynı seyrettiğini söyleyebiliriz.

**Planlı olarak yaptırdığımız erken doğumlar oldu**

Bugüne kadar Covid-19 enfeksiyonuna gebeliğin son altı ayında yakalanan anne adaylarının bebeklerini değerlendirme fırsatımız oldu ve çok şanslıyız ki bu bebeklerde

herhangi bir etkilenme veya enfeksiyon belirtileri izlenmedi. Fakat bu anne adaylarında enfeksiyonun mu tetiklediğini bilmediğimiz erken doğumlar ve bizim anne adayının solunum güçlüğünü çekmesi sebebiyle planlı olarak yaptırdığımız erken doğumlar oldu.

Dolayısıyla direkt bir etki olmasa da erken doğum ve bunun beraberinde getirdiği bebekte solunum güçlükleri ve prematür (erken) doğuma bağlı problemler görülebilmekte. Fakat burada unutmamak gerekir ki gebeliğin ilk üç ayında bu hastalığa yakalanmış ve gebeliği devam eden anne adaylarının bebekleri hakkında henüz net bir bilgiye sahip değiliz. Süreç ilerledikçe ve bu bebekler doğdukça elimizdeki veriler artacak ve o zaman erken hafta gebeliklerdeki etkilenmeyle ilgili daha net konuşabileceğiz.

Bugüne kadar Covid-19 enfeksiyonuyla doğan herhangi bir yenidoğan bildirilmedi. Amerika'dan bildirilen bir vaka serisinde doğumdan sonra ilk 24 saat içerisinde bir bebekte enfeksiyon saptandı fakat bu bebeğe de anneden direkt temasla geçtiği düşünülüyor.

### **Covid-19 pozitif anneler emzirmeli mi?**

Bugüne kadar yapılan tüm analizlerde de anne sütünde, bebeğin plasentasında (anne karnında bebeği besleyen yapı), göbek bağında ve bebeğin anne karnında içerisinde olduğu amnion sıvısında koronavirüse rastlanmadı. Dolayısıyla sütün kendisinden virüs bulaşığı şüpheye anda mümkün görünmüyor.

Peki Covid-19 pozitif anneler emzirmeli mi? Dünya bu konuda ikiye ayrılıyor. Çin hiçbir şekilde emzirmemesi gerektiğini söylerken Avrupa ve Amerika anne sütünden test yapılarak sütün verilmesi gerektiğini söylemekte. Buradaki ikilem bebeğe bulaş riskiyle anne sütünün bebeğe olan faydaları özellikle de emzirmenin bebeğin bağışıklığı üzerine pozitif etkisi. Biz de Türkiye'de annenin ve bebeğin durumuna göre anneye beraber konuşarak sürece karar veriyoruz. Anne hastalığı hafif semptomlarla geçiriyor ve emzirebilecek durumdaysa mutlaka üç katlı maske takarak ve ellerini kurallara uygun yıkadıktan sonra emzirmesini istiyoruz. Eğer annenin durumu ağır veya emzirme mümkün değilse de sütü sağmasını öneriyoruz. Bu süreçte sütü bebeğe veremese bile 14 gün sonunda yani anne iyileştikten izolasyonu bittikten sonra emzirmeye devam edilebilmesi için hastalık boyunca



**TOBB ETÜ Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanı Dr. Öğr. Üyesi Ayşegül Alkılıç**

sütün sağılması çok önemli.

Gebeler, koronavirüs taşıyan veya hasta bir bireyle temas olduğunda ve yahut dirençli yüksek ateş, kuru öksürük ve bunlara eşlik eden halsizlik, tat-koku kaybı, burun akıntısı, boğaz ağrısı, baş ağrısı, bulantı veya ishal gibi belirtiler olduğunda eğer mümkünse takipte oldukları kadın doğum uzmanları ile iletişime geçmelidirler. Çünkü bu hastalık gebeliğin bir takım problemleriyle karışabilir.

Eğer belirtiler koronavirüsü telkin ediyorsa veya kadın doğum hekimlerine ulaşamıyorlarsa da sağlık bakanlığının SABİM Korona Danışma hattı ALO 184 ü arayarak danışma hizmeti almalı ve eğer gerekliyse en yakın hastanenin Covid-19 polikliniğine başvurulmalıdır.

### **Hekimlerin çağırıldığı sıklıkta kontrollere gidilmeli**

Artık hepimiz biliyoruz ki pandemi nedeniyle hem gereksiz iş yükü oluşturmamak hem de kalabalık nedeniyle bulaş riskini arttırmamak gerekçesiyle, gerekmedikçe acil bir sağlık problemi olmadıkça hastanelere gidilmemesi öneriliyor. Fakat gebelik takibi bu süreçte biraz kafa karıştırıcı oldu herkes için.

**Avrupa ve Amerika anne sütünden test yapılarak sütün verilmesi gerektiğini söylüyor.**

Hastaneye hiç gitmek istemeyen ve eskisi gibi takip edilmek isteyen iki uçta hasta grubu da mevcut. Elbette ki gebelerin kontrollere için hastaneye gelmesi gerekmekte. Gebelik takiplerinde hem uluslararası hem de ulusal tüm derneklerimizin önerisi takip sıklığını azaltarak gebelerin hastaneye geliş sayılarını azaltmak yönünde. Yani normalde dört haftalık olan takip sıklığını azaltarak hastanın durumuna göre 5-6 haftalara çıkarabilmekteyiz. Fakat burada unutulmaması gereken her gebeliğin kendine özgü özel bir süreç olduğudur. Yani her gebelik takibi mutlaka kendi getirdiği riskler doğrultusunda yönetilmelidir. O yüzden buradan anne adaylarına vereceğimiz en doğru mesaj kendilerini takip eden kadın doğum hekimlerinin onları çağırıldığı sıklıkta kontrollerine gitmeleri olmalıdır.

Virüsün anne karnından, anne sütünden bulaşına dair elimizde veriler olmamakla birlikte bir şeyi çok net biliyoruz ki virüs solunum yolu ve temas ile bulaşmaktadır. Dolayısıyla burada en önemli konu hasta ya da hastalık şüphesi olan annelerin bebekleriyle her temaslarında mutlaka ve mutlaka maske takmaları ve el hijyeni yapmalarıdır. Bekelerin diğer bakımlarını mümkünse başka bir odada sağlıklı bir kişi yapmalı mümkün değilse de istirahat ederken anne ve bebek arasında en az iki metre mesafe olmalıdır ve yahut aralarında koruyucu bir perde olmalıdır.

Gebelik süreci aslında her ne kadar fizyolojik değişimler nedeniyle dezavantajlı bir dönem gibi görünse de aslında getirdiği yaşam değişiklikleri nedeniyle riski bir o kadar azaltan bir süreç. Gebeler zaten beslenmesine daha çok dikkat eden, sağlıklı-besin değeri yüksek gıdalar tüketmeye çalışan, gerektiğinde gebeler için üretilmiş multivitamin desteklerini alan, kan değerleri düzenli kontrol edilen bir popülasyon dolayısıyla ek bir vitamin alımı veya bir takviye önermiyoruz. Özellikle bu süreçte gebe olmayanlar için önerilen yüksek dozlu vitaminlerden kaçınmalarını öneriyoruz.

Bugün klinik pratiğimizde kullandığı-

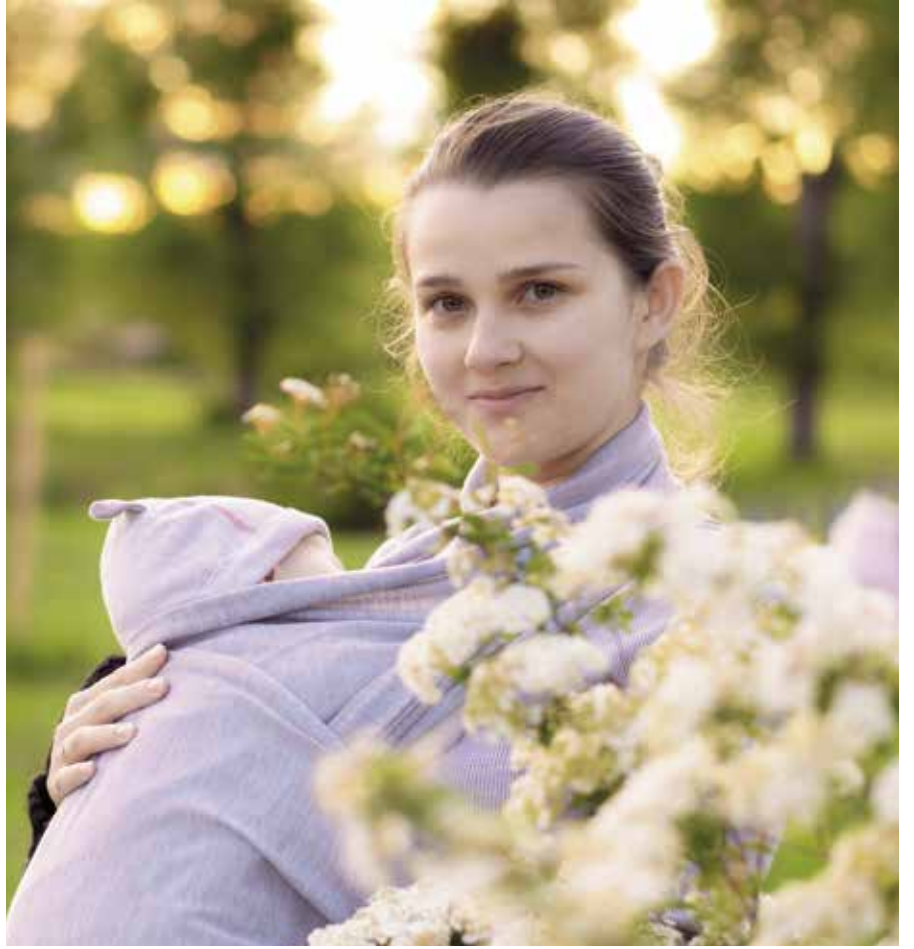
mız çoğu ilacı etik olarak gebeler üzerinde deneyemediğimiz için klinik kullanımları sırasında ortaya çıkan yan etkileriyle değerlendiririz ve buna göre riskini kategorize ederiz. Fakat bir ilaca hiç riski yok diyebilmek için çok uzun yıllar ve çok fazla kişi tarafından kullanılması gerekmektedir.

### Gebelikte ilaç kullanımını yarar-zarar gözeterek yaparız

Dolayısıyla gebelikte ilaç kullanımını her zaman yarar-zarar gözeterek yaparız. Yani ilaçtan alacağımız fayda oluşabilecek yan etkilerden fazlaysa ilacı kullanırız. Covid-19 enfeksiyonu tedavisi için rutinde kullanılan hemen hemen tüm ilaçları da yine yarar-zarar gözeterek gebelerde ve emziren annelerde kullanabilmekteyiz. Dolayısıyla tedavi planında gebe olmayanlara göre bir farklılık bulunmamakta. Yalnızca daha önce değindiğim gibi tedavi planına bazen annenin durumu kritiklediğinde erken doğum planı eklenebilmekte o zaman da akciğer gelişimi için ek tedaviler planlamak gerekmektedir.

Pandemi süreci tüm toplum için belirsizliklerle dolu ve sağlıkları ile ilgili endişe duydukları bir süreç oldu. Özellikle anne adayları için bu endişeler ikiye hatta üçe katlandı. Herkes kendi sağlığını düşünürken onlar henüz doğmamış bebekleri için de endişelendiler belki herkesten daha temkinli davrandılar bu sebeple. Elbette ki temkinli olmayız. Kendimizi ve bebeğimizi korumalıyız. Bunun için gerekmedikçe dışarı çıkmamalı ve aynı evin içinde bile sosyal mesafemizi korumalıyız. Dışarıya çıkmamız gerektiğinde maskeyle çıkmalı ve el hijyenine dikkat etmeliyiz. Burada belki de değinmek istediğim en önemli konu doğum sonrası korunmaya devam etmek. Bildiğiniz üzere ülkemizde doğum tüm aileyi ve arkadaşları bir araya getiren kültürel olarak çok önemseydiğimiz ve yeni anneye destek olmak istediğimiz bir süreç. Fakat normalde anne adayına hem maddi manevi çok iyi gelen bu destek bu süreçte oldukça tehlikeli de olabilmekte.

Bu nedenle doğum sonrası bu ziyaretleri yasaklamak gerekmektedir. Yeni doğum yapmış annelerimiz için bu süreçte bebek ziyaretlerini yasaklamak oldukça güç olabilmekte. Fakat unutmamalıyız ki doğum sonrası da en az anne karnındaki kadar riskli bebeklerimiz. O yüzden bu süreç geçene kadar bebek bakımıyla ilgilenen birkaç kişi dışında bebekle temasa izin vermeyelim.



**Bebek bakımıyla ilgilenen birkaç kişi dışında bebekle temasa izin vermeyelim.**

Biraz sabırla tüm bu süreçler sonrası çok daha keyifli ve sağlıklı zamanlar geçireceklerine eminim.

### Tedbirli ve sakin kalın

Anne adaylarına bu süreçte söylemek istediğim bir başka konu ise tedirgin ve telaşlı olmak yerine tedbirli ve sakin kalmak. Herkesden daha riskli olmadığımızı bilelim. Gerektiğinde tedavi alabileceğimizi bilelim. Takip eden kadın doğum hekimlerinizi dinlemek ve gerekli önlemleri almak sizi güvende tutacaktır. Unutmayın ki yoğun stres de bebeğinizi bu süreçte olumsuz etkileyecektir. O yüzden

en az bu virüsten korunmak kadar stressiz ve telaşsız olmak da bebeğiniz için çok kıymetli.

Gebelik süreci insan hayatında belki birkaç kez yaşanabilecek çok keyifli ve çok kıymetli bir dönem. Anne adayının karnında bebeğin ilk hareketlerini hissetmesi onunla iletişim kurması hep çok özel ve güzel hatırlanacak çok kıymetli zamanlar. Hastalarımın her zaman söylediğim bir söz vardır bu dönemi sağlıklı geçirmek kadar tadına vararak yaşamak da çok önemli. Özellikle çalışan anneler bu süreci çok telaşlı ve koşturmacalı geçirir ve çok da nadir olmayarak ne olduğunu anlayamadık hızla geçip gitti bu süreci çok özleyeceğiz dedikleri bir dönem olur. Bu süreç herkes gibi anne adaylarının da eve kapanmasına sebep oldu. Hayatlarımız yavaşladı. Bebeğinizle daha çok vakit geçirmek gebeliğin getirdiği güzel değişimleri daha yakından takip edebilmek ve gebeliğin keyfini çıkarmak için çok güzel bir zaman. Hadi gelin bu krizi fırsata çevirip gebeliğin tadına varalım."



## Koronavirüs nedeniyle dünya futbolu 14.4 milyar dolar kaybetti. FIFA, kulüp turnuvalarının yılda 40-45 milyar dolar civarında bir getiriye sahip olduğunu belirtirken Latin Amerika ve özellikle Brezilya'nın Avrupa kulüplerine oranla çok daha ciddi para kaybı yaşadığını açıkladı.

**A**ylardır tüm dünyayı etkisi altına alan ve futbol sektörünü de derinden etkileyen koronavirüsün şimdye kadar geride bıraktığı bilanço 14.4 milyar dolar olarak tahmin ediliyor. FIFA'nın verilerine göre Latin Amerika ülkeleri bu zorlu süreçte Avrupa'dan daha fazla etkilenmiş durumda.

FIFA tarafından yapılan analizlere göre koronavirüs nedeniyle dünya futbolunun kaybı 14.4 milyar dolar.

FIFA, kulüp turnuvalarının yılda 40-45 milyar dolar civarında bir getiriye sahip olduğunu belirtirken, Latin Amerika ve özellikle Brezilya'nın Avrupa kulüplerine oranla çok daha ciddi para kaybı yaşadığını açıkladı.

Futbolun en tepe organı olan FIFA, 211 üye federasyonun 150'sinin acil Covid-19 yardımları için başvuruda bulunduğunu açıkladı; ancak yetkililer FIFA'nın bu durumu tek başına halledebilmesinin imkânsız olduğunu söyledi.

FIFA'nın Covid-19 Yardım Planı Yönlendirme Komitesi Başkanı Olli Rehn, "Bu çok büyük bir sayı ve futbol ekonomisinin tamamını kapsıyor. Kesin bir tespitimiz yok ama 211 üye federasyonun kayıpları-

na dair tahminimiz. Kayıpların dağılımına göreceli olarak baktığımızda, Avrupa kulüpleri ve üye dernekleri bu durumdan çok etkilendi. Ama Avrupa dışındakiler, özellikle Latin Amerika'da esas olarak gelir karışıklığı ve sezon zamanlamasının bir sonucu olarak daha fazla etkilendiler. FIFA'ya bağlı olan daha küçük ülkeler bu durumdan en az zararlı çıkacak olanlar" ifadelerini kullandı.

Avrupa Birliği'nin eski komisyon üyesi ve Finlandiya Bankası'nın Başkanı olan FIFA yetkilisi Renh, durumun vahim olduğunu söylerken FIFA'nın bu durumla tek başına savaşamayacağına dikkat çekti ve "Mevcut senaryodaki kayıp, FIFA'nın tek başına azaltamayacağı kadar büyük. Durumu iyileştirmek için federasyonlarla çok yoğun bir şekilde çalışıyoruz" dedi.

FIFA, üyelerine yardımcı olmak için 1.5 milyar dolarlık hibe ve kredi yardımı programını açıklamıştı. Her dernek 1.5 milyon dolarlık hibe almaya hak kazanırken, bu rakamın üçte biri kadın futbolunu geliştirmek için ayrıldı. Rehn, yardım amacıyla verilen paraların başka amaçlar için harcanmasını engellemek için katı kurallar koyduklarını da söyledi.

### Turizme maliyeti 460 milyar dolar

Diğer yandan BM Dünya Turizm Örgütü, Covid-19'un turizm sektörüne etkilerine ilişkin raporunu yayımladı.

Ülkelerin pandemi nedeniyle seyahat kısıtlamaları getirdiği ve sınırları kapattığı belirtilen raporda, uluslararası turist sayısının bu yılın ilk altı ayında yüzde 65 düşüşüne dikkat çekildi. Sadece Haziran'da ise geçen yılın aynı ayına göre bu yıl turist sayıları yüzde 93 geriledi.

Covid-19 nedeniyle Ocak-Haziran aylarında uluslararası turist sayısının 440 milyon kişi azaldığı ve küresel turizmde 460 milyar dolar gelir kaybı yaşandığı ifade edilen raporda, söz konusu kaybın 2009'daki küresel ekonomik krizde turizmde yaşanan gelir kaybından beş kat fazla olduğu belirtildi.

Turizmdeki ani düşüşün milyonlarca işi ve işletmeyi ise riske attığı kaydedildi. Pandeminin turizmi en kötü vurduğu bölge yüzde 72 düşüşle virüsün ilk ortaya çıktığı Asya-Pasifik olurken, Avrupa'nın yüzde 66 düşüşle ikinci, Amerika kıtasının ise yüzde 55 düşüşle üçüncü sırada yer aldı.

BM Dünya Turizm Örgütü Genel Sekreteri Zurab Pololikashvili "Artık dünyanın birçok yerinde güvenli ve sorumlu uluslararası seyahatin mümkün olduğunu" belirterek, hükümetlerin küresel turizmin yeniden canlanması için özel sektör ile yakından çalışmasının önemine işaret etti.

### "Küresel ekonomiye ciddi darbe indirdi"

Bu arada Dünya Bankası'nın geçtiğimiz günlerde yayımladığı Küresel Ekonomik Beklentiler Raporu'nda Covid-19 salgınının küresel ekonomiye ciddi bir darbe indirdiğine işaret edilmişti.

Dünya Bankası'nın raporunda, "Halk sağlığını korumak için gereken önlemler, gelişmiş ve gelişmekte olan ekonomilerde derin resesyona neden olarak halihazırda kırılgan olan küresel ekonomiye zarar verdi" değerlendirilmesinde bulunulmuştu.

Zayıf sağlık sistemine sahip gelişmekte olan ülkelerde ekonomileri küresel ticaret, turizm ve emtia ihracatına dayalı olanların özellikle zorluk yaşayacağına dikkati çeken raporda, enerji ihrac eden ülkelerin halk sağlığı krizinin yanı sıra petrol gelirlerindeki düşüşle bile mali pozisyonlarının kötüleştiği aktarılmıştı.