

このページはヨーロッパ NICU 家族会 (EFCNI: ヨーロッパで設立された NICU 入院児のための家族会) が、世界中の家族に向けて提供している情報を日本語訳したものです。ヨーロッパの情報が元になっているため、日本の状況と異なる部分があります。そのためリンクも貼り付けていません。また、ここに記載されている内容は作成当時の情報に基づいているため、現在は変更されている可能性もあります。したがって、日本の現状の詳細については、医療あるいは自治体関係者にお問い合わせ下さい。

2020 年 6 月 10 日

2020 年 9 月 27 日改訂

慶應義塾大学医学部小児科
杏林大学医学部小児科

有光 威志
楠田 聡

謝辞：日本語訳には藤原若菜さん、赤城真奈さん、藤沼詩織さん、ゴーウィンかおりさん、林英美子さんにご協力頂きました。感謝申し上げます。
何かお気づきの点がございましたら、有光宛にご連絡下さい。

COVID-19について母体・新生児に関するよくある質問 (FAQ)

COVID-19の大流行(パンデミック)は世界各国に大きな影響を与えており、医療体制が脆弱な国ほど健康被害の高いリスクにさらされており、私たちはまずこのような医療体制が脆弱な国を心配しています。とはいえ、現時点では、乳児がこのウイルスの健康被害の主な標的になっている状況ではなく、これはむしろ幸いなことです。(Christoph Bühner 教授へのインタビューでも紹介されています)

このFAQはCOVID-19感染症について解説および助言するものですが、医師、助産師、看護師に直接相談して受ける助言を代用するものではなく、あくまで利用者の利便性のために作成されたものです。このFAQに記載されている内容についてご質問がある場合は、医師、助産師、看護師が診察時に回答できるように質問内容のメモを取っておいてください。

COVID-19に関する幅広い最新情報については、お住まいの国、地域の保健機関、または世界保健機関(WHO)のウェブサイトをご覧ください。WHOのウェブサイトでは、いくつかの言語で情報を提供しています。COVID-19感染症への対応方法は国、地域、病院によっても異なります。自身が住んでいる地域の保健機関が常時提供している国の規則等を常に把握し、また必要に応じて医療関係者と連絡を取り合っ、どのような状況なのかを把握しておきましょう。中には、オンラインでサポートを提供してくれるところもあるかもしれません。自粛生活を行っている中、自分と同じ境遇の親同士で情報共有の機会を設けているかもしれません。世界のほぼすべての国に、全国規模のNICU入院児の家族会があることをご存知でしょうか。家族会の中には、ウェブ講演会(ウェビナー)を提供したり、ビデオチャットや文字メッセージを使ってオンラインで交流を続けているところもあります。彼らに連絡を取ることをお勧めします。

以下は、私たちが協力している家族会のリストです。

このFAQは、Charité BerlinのMedical Director Department of Neonatology、Christoph Bühner 教授と Vivantes Clinic Berlin-NeuköllnのHead of Department of Obstetrics and Gynecology、Dietmar Schlembach 医師のご厚意なしには完成しませんでした。

このFAQはハンガリー語とルーマニア語でもご覧いただけます。

FAQを翻訳し彼らのウェブサイトからアクセスできるように協力してくれた提携している家族会の一つである Uni si Unu と Melletted a Helyem Egysesuley に大変感謝します。

COVID-19 流行時の妊娠に関するよくある質問（FAQ）をご紹介します。

Q. 妊婦は COVID-19 のリスクが高いですか？

A. スウェーデンの最近の研究によると、妊婦や出産したばかりの母親が COVID-19 に感染すると集中治療が必要になるリスクが高いとのこと。妊婦は妊娠中に体や免疫システムが変化するため、呼吸器感染症の影響を強く受ける可能性があります。特に、太り過ぎや肥満、高血圧、妊娠糖尿病などのリスクがある妊婦や出産したばかりの女性は、COVID-19 感染症の予防に一層注意しなければなりません。妊婦は、COVID-19 感染症が疑われる症状（発熱、咳、呼吸困難など）がみられたら、医療従事者に相談してください。

（出典：AOGS）

Q. 私は妊娠しています。COVID-19 から身を守るにはどうしたらいいですか？

A. 他の人と同じように COVID-19 の感染症を避けるための予防措置を取る必要があります。以下の指示に従ってください。

- アルコール系の手指消毒剤または石鹸と水で頻繁に手を洗う。
 - 自分と他人の間にスペースを確保し、密集した空間を避ける
 - 目や鼻、口に触れないようにする
 - 咳エチケットの実践: 咳やくしゃみをするときは、曲げた肘やティッシュで口や鼻を覆い、使用したティッシュはすぐに処分しましょう。
- さらに、以下のような注意事項が有用です。
- COVID-19 の症状を示す人との接触を避ける。
 - 可能な限り公共交通機関の利用を避ける
 - 可能であれば在宅で仕事をする
 - 公共の場、特に閉鎖された場所や狭い場所での集会を避ける。
 - 友人や家族との物理的接触を伴う集まりを避ける
 - 電話、文字メッセージ、オンラインサービスを利用して、助産師、産科医、その他の必要不可欠な医療サービスに連絡する。
 - 家庭で頻繁に触れる物や場所の清掃・消毒
 - COVID-19 と一致する兆候や症状があると自己で判断した場合には、医療従事者に早期の対応を求める

（出典：WHO、ユニセフ）

一部の国では、現地の慣習に従って、あるいは当局のアドバイスに従ってマスクを着用して

いることに注意してください。マスクの着用、取り外しや廃棄方法、取り外した後の手指の衛生については、各国のガイドラインを確認してください。医療用マスクは、特にあなたの国で医療用マスクが不足している場合には、医療従事者や症状のある人のために確保しておくべきです。

(出典：WHO)

Q. 妊婦は COVID-19 の検査を受けるべきですか？

A. 検査のprotocolsと実際に検査を受けられるかどうかは国によって異なることに注意してください。

世界保健機関（WHO）は、COVID-19 の症状を持つ妊婦を優先的に検査することを推奨しています。COVID-19 が陽性であれば、専門的なケアが必要になるかもしれないからです。

また、過去 14 日以内に COVID-19 の流行国を旅行した妊婦や、COVID-19 感染が確認された患者と密接に接触したことがある妊婦には、たとえ症状が出ていなくても検査を受けることが推奨されています。

(出典：The Lancet)

Q. 妊娠・出産時には、どのようなケアを受けるべきでしょうか？

A. 世界保健機関（WHO）は、すべての妊婦には、出産前、出産中、出産後に質の高いケアを受ける権利があると述べています。これには、COVID-19 感染が疑われる、または確認された妊婦も含まれます。WHO によると、安全で満足できる出産の経験には以下のような要素があります。

- 敬意と尊厳をもって扱われること
- 出産時に希望する同伴者を同席させること
- 産婦人科スタッフによる明確なコミュニケーション（説明）
- 適切な疼痛緩和方法
- 可能であれば陣痛中に移動し、希望した姿勢で出産する。

妊婦に COVID-19 が疑われる、または確認された場合、医療従事者は、手指の衛生管理、手袋、ガウン、医療用マスクなどの防護服の適切な使用など、自分自身や他人への感染リスクを軽減するためのあらゆる適切な予防措置を講じるべきである。

(出典：WHO)

Q. COVID-19 パンデミック時には、一般的にどのような特別なケアが必要ですか？

A. 世界保健機関（WHO）は、COVID-19 の感染が疑われる、可能性が高い、または確認された妊婦（隔離された状態で過ごす必要のある妊婦を含む）は、妊婦中心の尊重された熟練したケアを受けるべきであり、出生前から、産科および新生児ケア、精神衛生および心理社会的支援、母体および新生児の合併症に対する医療、等の準備が整っているべきであると勧告しています。

さらに WHO は、COVID-19 に感染または感染から回復したすべての母親が、出産後の第3者への COVID-19 の感染を防ぐために、安全な授乳方法と適切な感染予防策（IPC）に関する必要な情報とカウンセリングを受けるべきであることを示唆しています。

(出典：WHO)

Q. 妊娠しています。咳や発熱などの症状が出たり、呼吸が苦しいときはどうしたらいいですか？

A. 咳や発熱、呼吸困難などの症状が出たら、迷わず医療機関を受診しましょう。必ず医療機関に行く前に電話をして、医療機関の指示に従ってください。

(出典：WHO)

Q. 自己隔離中に体調不良を感じたり、赤ちゃんが心配な場合はどうしたらいいですか？

A. 自分自身や胎児の健康状態に不安がある場合は、遠慮なく助産師/看護師/ケースマネージャー/医師に連絡してください。医療専門家がさらにアドバイスをし、病院に行く必要があるかどうかを教えてください。

産科や病院に行く必要がある場合は、自家用車で行くか、病院への救急搬送を依頼することをお勧めします。現場に着いたら、病院に入る前に必ず担当の産科へ連絡し、注意喚起します。

(出典：RCOG)

Q. 妊婦・新生児健診は今からでも行った方がいいですか？

A. はい、妊婦は出生前・出生後ケアのための健診を必ず受けるべきです。世界保健機関（WHO）は、COVID-19 の流行があっても妊婦や褥婦は、定期健診を予定通り受けること

を推奨しています。

医療従事者は COVID-19 の感染拡大を最小限に抑えるために、緊急ではないケースでは患者との直接の接触を最小限にしようとするため、今後数週間から数ヶ月の間に、標準的な妊婦健診のスケジュールに多少の調整が行われるかもしれません。そのため、妊婦や新生児の母親は、医療専門家と電話やビデオチャットをする場合もあります。妊婦/新生児の状態や、リスクの低い妊娠か高い妊娠かによっては、他にも変更があるかもしれません。

出産後も、定期的な予防接種を含め、専門家によるサポートや指導を受け続けることが重要です。新生児の母親は、これらの健診や予防接種を受けるための最も安全な方法について、医療専門家に相談してください。

(出典：ユニセフ)

Q. 私と赤ちゃんは通常の予防接種（百日咳やインフルエンザなど）を受けるべきですか？

A. はい、受けるべきです。現時点で受けられる予防接種は、あなたもお子さんもすべて接種しておくことが大切です。予防接種は重篤な病気からあなたを守ってくれます。予防接種を受ける際には、担当医療機関に連絡して、あなたと赤ちゃんが期限内に予防接種を受けられるようにしてください。予約が取れない場合は、予防接種サービスが再開されたらすぐに連絡してください。

(出典：ユニセフ)

Q. 妊婦健診で受診したいのですが、どのような注意点がありますか？

A. 事前に医師に相談し、医師の指示に従ってください。公共交通機関の利用はなるべく避けてください。公共の場では、他の人を保護するために布製のフェイスマスクで口や鼻を覆ってください。医療従事者向けのフェイスマスクは使用しないでください。COVID-19 に関するあなたの国の規則やガイダンスを知っておく必要があります。その際にサポートが必要な場合は、担当医療機関または関連する家族会に尋ねてください。COVID-19 から身を守るためには、世界保健機関（WHO）と国連国際児童緊急基金（UNICEF）の勧告に従ってください。勧告はこことここにあります。

Q. COVID-19 は早産の原因になりますか？

A. COVID-19 に感染している妊婦は、早産や帝王切開のリスクが高いようです。しかし、COVID-19 に感染したために早産となったのか、それとも妊婦の感染症状の治療あるいは回復のために早産が医学的に選択されたかは不明です。ほとんどの研究では、女性や赤ちゃん

んが重症化するリスクを示していませんが、最近のスウェーデンの研究では、出産時に COVID-19 に感染した母親は、集中治療を必要とするリスクが高いかもしれないと報告されています。(上記の質問参照)。

(出典 : Lancet、BMJ)

Q. COVID-19 は母体から胎児や新生児に感染しますか？

A. COVID-19 ウイルスは妊婦から胎児に移行する可能性があることが最近になって明らかになりました。妊娠第三半期に新型コロナウイルスに感染した妊婦の一部の方で起こるようです。しかし、新生児への重大な影響は今のところ報告されていません。妊娠初期におけるウイルスの胎児への移行の可能性とその後胎児へ与える影響に関しては、さらなる研究が必要です。出生後、赤ちゃんは他の人からウイルスに感染する可能性はありますが、実際に生後間もない赤ちゃんがウイルス感染したケースは極めて少ないです。

(出典 : AJOG)

Q. 妊婦が COVID-19 陽性で、発熱、咳、呼吸困難などの症状が出た場合、胎児に何か影響はあるのでしょうか？

A. 現在のところ、胎児の子宮内感染は確認されていませんので、COVID-19 が胎児に直接影響を及ぼす可能性は低いと考えられます。

妊娠中に SARS-CoV-2 (COVID-19 の原因となるウイルス) に感染した場合の影響は明らかになっていませんが、悪影響を及ぼす可能性は考慮すべきであり、主に母体の疾患の重症度に依存し、人工的な早産を必要とする可能性があります。妊娠初期で、他に方法がなく、女性の健康が深刻なリスクにさらされている場合は、妊娠継続の中断が検討されるかもしれません。

Covid-19 に感染した 55 人の妊婦に関する最新の報告では、妊娠の転帰・合併症は次のように報告されています : 早産 43%、子宮内胎児発育制限 9%、流産・死産 2%、新生児死亡 2%。これらの合併症がウイルス感染自体あるいはその他の状況によって引き起こされたものかどうか、最終的な結論を出すには、検討した症例の数が少なすぎることに注意してください。

(出典 : The Lance、AJOG)

Q. 妊婦が COVID-19 陽性の場合、その感染が子どもの先天異常につながることはありますか？

か？

A. 赤ちゃんがまだ子宮の中にいる間、胎盤は胎児を病気から守る働きをしています。胎盤は母体から赤ちゃんに抗体を渡すことができる素晴らしい臓器ですが、ほとんどの場合、胎盤が病気が胎児に渡るのをブロックしています。

現在、新生児の子宮内感染は報告されていませんので、胎児への直接の影響は考えにくいとされています。これには胎児の先天異常の発生も含まれます。

母体から胎児へのウイルスの子宮内感染は、妊娠後期に起こりやすくなります。妊娠初期には、胎盤のバリアがより強固であるため、ウイルスに対する強力な防御壁（シールド）としての役割を果たします。

これまでのところ、報告されている妊婦の COVID-19 感染のほとんどは妊娠後期のものであり、胎児へのウイルスの感染はありませんでした。つまり、胎児の先天異常の可能性のある主な期間である妊娠初期でのウイルス感染の頻度は低い可能性があります。

しかし、妊娠中の感染の報告数が非常に少ないため（現在のところ妊娠初期の感染の報告はない）、最終的な結論を出すことはできません。

(出典：Dr Dietmar Schlembach と共同で EFCNI)

COVID-19 流行時の出産に関するよくある質問（FAQ）をご紹介します。

Q. COVID-19 流行時は、自宅で出産した方が良いのでしょうか？

A. 米国産婦人科学会（ACOG）は、このような状況においても病院、病院を拠点とした出産センター、または認定された独立した出産センターが最も安全な出産場所であると述べています。しかし、COVID-19 が流行している間は特に、あなたやあなたの赤ちゃんの健康を危険にさらすリスクを避けることが重要です。すべての妊婦には、出産する場所を選ぶ権利があります。したがって、あなたの出産計画や懸念事項については、助産師/看護師または産科医に相談するのが最善です。彼らはあなたの状況を把握しているので、貴重なアドバイスをしてくれるでしょう。

（出典：ACOG）

Q. COVID-19 感染が疑われる、または確認された妊婦は帝王切開で出産する必要がありますか？

A. 世界保健機関（WHO）は、帝王切開は、COVID-19 感染症とは別に、医学的な適応がある場合にのみ行うべきであると勧告しています。出産方法は、産科的な適応とともに妊婦の希望に応じて個別に決定されなければなりません。

（出典：WHO）

Q. 出産時に COVID-19 を赤ちゃんにうつす可能性はありますか？

A. 最近の研究結果では、経膈分娩あるいは帝王切開分娩にかかわらず、母親から新生児への SARS-Cov-2（COVID-19 の原因となるウイルス）感染のリスクは低いことが示されています。ただし、出生後、赤ちゃんは他の人から感染する可能性があります。COVID 陽性の母親であっても母乳哺育は安全と考えられており、WHO のガイドラインでも支持されています。マスクの着用や手洗いなどのウイルス対策が推奨されています。

（出典：WHO、BJOG、ANZJOG WHO、BJOG、ANZJOG）

Q. COVID-19 に感染している妊婦が早産の場合、臍帯遅延結紮することはできますか？

A. 世界保健機関（WHO）によると、臍帯遅延結紮をしても、感染している妊婦の場合でも母体から胎児へのウイルスの移行のリスクが高まる可能性は極めて低いとされています。現在 COVID-19 に感染している母親は出産後に、濃厚接触により赤ちゃんにウイルスを感染させる可能性があります。しかし、現在の知見では、出産時に母親が感染していても臍帯血には COVID-19 ウイルスは含まれていないため、臍帯遅延結紮を行うことは可能です。

米国産婦人科学会（ACOG）は以下のように推奨しています。

臍帯遅延結紮は、医療スタッフが適切に個人防護具（PPE）を使用している場合には適切に実施可能です。一部の専門家は臍帯遅延結紮に反対していますが、これはこの専門家の個人的な意見に基づくもので、エビデンスはありません。新たなエビデンスが明らかとなり、現在のガイドライン変更が必要とならない限り、臍帯遅延結紮は引き続き継続して従うべきです。

（出典：The Lancet , ACOG）

Q. 分娩時 - 両親のどちらかが COVID-19 に感染した場合、家族全員はどのような保護と対策をとるべきか？

A. 国によって、また病院によっても方針が異なる場合があることに留意してください。両親は医療チームに相談し、分娩室や産後の対応を聞いて、一緒に判断する必要があります。このような状況下での医療チームの主な目標は、医療スタッフは他の患者を適切に感染から保護し、それによってウイルスの院内拡散を回避し、感染のリスクを低減することであることを忘れないで下さい。

ここでは、どのような対策をとるべきかを紹介します。

- 妊婦が感染している場合は、妊婦のパートナーは、適切なマスクや防護衣類を着用することにより、妊婦に付き添うことが可能です。- 妊婦のパートナーだけが感染している場合は、パートナーは（単に感染のリスクを減らすために）出産のプロセスに参加できないことになっており、非常に受け入れがたいと思われるかもしれませんが、これは出産に関わるすべての人を守るための措置です。
- 両親ともに感染している場合では、世界中のほとんどの医療機関では、感染しているパートナーを分娩に参加させないことで、感染のリスクを最小限に抑えようとしています。

これらの対策は、患者、医療チーム、そして家族を守るためのものであることを理解してください。

退院後は、世界保健機関（WHO）や国連国際児童緊急基金（ユニセフ）の衛生対策の推奨事項を厳守し、家族との個人的な接触（感染者がエアロゾルや濃厚接触でウイルスを拡散する可能性がある期間は）は避けなければなりません。

生まれたばかりの赤ちゃんに親が濃厚接触をしないというのは無理があるように思います。赤ちゃんへの感染リスクを減らすために、新生児は別室で過ごすべきだとの推奨は、ほとんどの場合において正当性に欠けるかもしれません。ただし、家族の中に重症者がいる場合は例外です（その場合、その人はいずれにせよ入院しなければなりません）。もし、母親もしくはパートナーのみが COVID-19 陽性の場合、陽性者は赤ちゃんとの接触をできるだけ制限し、厳格な衛生管理を行わなければなりません。

国によっては、助産師やその他の保健師による産後の家庭訪問が行われている場合もありますので、訪問の際には、どのようにしたいかを相談してください。

(出典 : ACOG)

COVID-19 流行時の母乳育児とドナーミルクについてのよくある質問 (FAQ) をご紹介します。

Q. COVID-19 に感染している母親は母乳育児ができますか？

A. 母乳育児は赤ちゃんの健康にとって非常に重要であるため、COVID-19 に感染している母親でも希望すれば母乳育児は可能であると世界保健機関 (WHO) は推奨しています。乳児の呼吸器系や消化器系の病気から守り、栄養失調や死亡を防ぐことができます。その際の注意点をご紹介します。

- 授乳中は呼吸器の衛生管理を行い、マスクを着用しましょう。
- 赤ちゃんに触れる前後に手を洗う
- 頻繁に触れる場所を定期的に清掃し、消毒する。

(出典 : WHO、SFC)

Q. COVID-19 に感染していて、赤ちゃんに直接授乳が出来ない場合はどうすれば良いのでしょうか？何かできることはありますか？

A. 世界保健機関 (WHO) によると、COVID-19 やその他の合併症のために母乳を与える困難な場合は、利用可能で、母親が実践可能な方法で、安全に母乳を赤ちゃんに与えることができるようにサポートされるべきです。これには以下が含まれます。

- 搾乳した母乳
- ドナーミルク

ただし、ドナーミルクは、早産児や、場合によっては重度の腸疾患を持つ赤ちゃんのために通常用意されています。したがって、今回はこのようなケースに該当しないことから、数日間の粉ミルク授乳が最善の選択肢となります。

出典 : WHO、Larsson Rosenquist Foundation

Q. COVID-19 パンデミックで赤ちゃんと離れ離れになっています。それでも赤ちゃんのために母乳を与えたいと思っています。私にできることはありますか？

A. 母乳を出すために搾乳器を使うという選択肢もあります。助産師やラクテーション・コンサルタントに相談してください。彼らは、搾乳器の入手方法、使い方、衛生的に清潔に保つ方法についての情報を提供してくれます (搾乳器の洗浄方法についての情報は、このページの下にもあります)。自分で授乳する可能性がある場合は、定期的に医療従事者に確認しましょう。母乳の分泌をサポートするために、適切な食事と飲み物を摂るようにしましょう。

(EFCNI と Dr Dietmar Schlembach との共同研究)

Q. 母親が母乳育児のために赤ちゃんの室に行きますが、パートナーとしてどのようにサポートしたらよいですか？

A. 母親が直面しそうな問題（乳首の痛みや母乳の出が悪いなど）を知っておき、必要に応じて励ましてあげましょう。助産師や看護師に連絡して、母乳育児に関するサポートを求めましょう。お互いがどう感じているかを話し、お互いの意見に耳を傾けましょう。母親が健康的な飲み物や食事を定期的に摂れるようにしてあげてください。母親が休めるように、他の作業を手伝ったり、気を配ったりしてください。あなたと母親の心のケアをしっかりとしてください。あなた達は今、多くの課題に立ち向かわなくてはなりません、必要に応じて助けを求めることは恥ずかしいことではありません。

(出典：NCT)

Q. 搾乳機の洗浄はどのようにすれば良いでしょうか？

A. 使用後は、必ず搾乳機を適切に洗浄することが非常に重要です。Larsson Rosenquist Foundation が推奨する以下の手順に従ってください。

- ポンプを使用する前、または搾乳器具を扱う前に、温かい石鹼水またはアルコール系の手指消毒剤で手を洗ってください。

- 使用後は毎回、温かい石鹼水で洗浄し、透明な水で洗い流してから、他の食器や家族が触れる可能性のある場所から離して自然乾燥させます。

- 搾乳機は 1 日 1 回以上電子レンジ用消毒ケース、鍋での煮沸、または食洗器（除菌コース）で消毒してください。- COVID-19 は咳、くしゃみ、呼吸飛沫により感染するため、特に重要です。そのため、搾乳機やその保管庫に向かって咳やくしゃみをすることは避けましょう。

- 自宅でも新生児集中治療室（NICU）でも、ポンプを使用するたびに、ポンプの外側を除菌シートで拭いて下さい。

(出典：Larsson Rosenquist Foundation)

Q. 母乳をドナーミルクとして提供したいと思っています。これはまだ可能でしょうか？

A. 実際の COVID-19 パンデミックの間、あなたの病院や国の母乳バンクがドナーミルクを提供している場合、ドナーミルクとして提供することは可能であり、おそらく多くの必要性があると思われます。助産師や授乳コンサルタントに連絡して、ドナーミルクとして提供する方法について話し合ってください。さらに、次のステップとして、お住まいの地域や国の

母乳バンクや母乳バンク協会に連絡を取ることもできます。

注：世界の多くの地域には、国や地域の母乳バンクを支援している母乳育児協会や母乳協会があり、例えば **European Milk Bank Association** や **Human Milk Banking Association of North America** のように、母乳に関する規制情報を提供しています。

Q. 私の早産の赤ちゃんのための母乳が足りません。医師はドナーミルクの使用を提案してくれました。ドナーミルクは現状では安全な選択肢ですか、それとも代わりに粉ミルクを選ぶべきでしょうか？

A. ドナーミルクは安全な選択肢であり、母乳育児に代わる最良の選択肢です。母乳バンクはドナーを徹底的に検査し、ドナーから提供されたミルクを低温殺菌しています。もしあなたの国に母乳バンクがない場合は、乳児用粉ミルクは、母乳、母乳バンクのドナーミルクに次いで、第三の選択肢として与えることができます。可能な場合には、健康な成人のみが乳児用粉ミルクを準備して与えるべきです。感染のリスクを減らすために、乳児にミルクを与える介護者の数を制限するようにしてください。自分や自分のパートナー、または通常の介護者が病気になった場合に備えて、これまでに乳児用粉ミルクを調製していない介護者にも指示を出せるように準備しておきましょう。乳児用粉ミルクを安全に調製するためのこれらの指示には、手洗い、マスクの使用、道具の表面や機器の清掃に関する指示、保管に関するアドバイスなどが含まれるべきです。

(出典：SFC)。

Q. 私は母乳を与えることができず、またドナーミルクも入手できないため、私の赤ちゃんには粉ミルクを与えています。赤ちゃんに勧められた粉ミルクが手に入りません。どうすればいいですか？

A. 「pre」と表示されている粉ミルクは赤ちゃんに与えるのに適しており、母乳に最も似ており、炭水化物として乳糖のみが含まれています。ほとんどの場合、大型の食品店で手に入ります。医療従事者に聞いてみてください。

COVID-19 流行時の NICU や家族中心のケアについてよくある質問 (FAQ) をご紹介します。

Q. COVID-19 のリスクは早産児にはどのようなものがあるのでしょうか？

A. Charité Berlin の Medical Director Department of Neonatology、Christoph Bühner 教授は、ヨーロッパ NICU 家族会 (EFCNI) のインタビューで、このトピックについて下記のように話しています。

“乳児は、大人に比べて、新型コロナウイルスに感染するリスクははるかに低い。さらに、症状を発症する可能性も低い。中国では 2020 年 2 月上旬までに 1 歳未満の乳児の感染が 9 人しか確認されておらず、その時点での感染者数は既に 5 万人以上に上っていた。検査結果が陽性だった乳児はいずれも重症化しておらず、集中治療室に入院した者はいなかった。現在のところ、早産児に関する具体的なデータはない。COVID-19 の疫学に関する論文が速やかに発表されていることから、正期産児・早産児の両者がこのウイルスの主要な標的ではないと推測される。COVID-19 感染症が肺炎に進展した場合、気管支肺形成不全の早産児では健康な肺の早産児よりも重篤な症状（息切れ、呼吸数の増加、酸素濃度の低下など）を呈することが予想されるため、早産児は COVID-19 の検査を受ける機会が多いと言える。しかし、COVID-19 が早産児に深刻なダメージを与えたという報告はないので、これはむしろ心強い。”

(出典：EFCNI)

Q. 私が COVID-19 に感染している場合、赤ちゃんを触ったり抱っこしたりすることはできますか？

A. はい、赤ちゃんを触ったり抱っこしたりすることができます。世界保健機関 (WHO) は、赤ちゃんの成長を助けるために、密に触れ合うことと早期からの関係構築、完全母乳育児を奨励しています。以下のようにサポートされるべきです。

- 呼吸器の衛生管理が行き届いた状態での母乳育児の安全性の確保
- マスクの着用
- 赤ちゃんと母親が素肌と素肌で触れ合う
- 母児同室

赤ちゃんに触れる前と後で手を洗うことを忘れずに、すべての表面を清潔に保つようにしましょう。

(出典：WHO)

Q. 新生児集中治療室（NICU）では医療用マスクを着用すべきですか？

A. マスクを着用することで、COVID-19感染者が他の人に病気を広げる可能性を減らすことができます。したがって、NICUで働く看護師や医師をはじめとする他の人たちの健康を配慮することになります。しかし、マスクの使用だけでは不十分で、定期的に石鹸と水での手洗いを徹底する必要があります。詳しくはNICUのスタッフに相談してください。

(出典：WHO)

Q. 離れていても赤ちゃんとの絆を深めるにはどうしたらいいですか？

A. 生まれたばかりの赤ちゃんは、あなたの声や匂いにすでに慣れ親しんでいます。ですから、たとえ赤ちゃんと一緒にいられなくても、赤ちゃんに親しみやすさや快適さを感じてもらうための方法があります。

声の知覚

赤ちゃんに電話やビデオチャット（特殊なカメラシステムや同様の技術システムを使って）をしたり、テープレコーダーを置いておくことができる場合は、医療チームに相談してみましましょう。例えば、今していることを共有したり、何か文章を読んだり、赤ちゃんのために子守唄を歌ったりすることができます。

覚えておいてください一緒にいられるようになれば、さらに素晴らしいことが待っています。授乳、スキンシップ、子どもと一緒に遊ぶ、子どもに何かを読んであげる、子守唄を歌ってあげる、おしゃべりをするなど、赤ちゃんとの絆を深めるためにできることはたくさんあります。

(出典: raisingchildren)

注意：自分の体調管理をしっかりとしてください。この時期は非常にストレスの多い時期であり、自分自身の精神的なケアを疎かにしてしまうかもしれません。世界保健機関（WHO）は、子どもと引き離す必要があるかもしれない親や介護者は、精神衛生や心理社会的なサポートのために、適切な訓練を受けた医療従事者や非医療従事者に連絡できるようにしておくべきだと助言しています。

(出典：WHO)

また、全国の家族会からサポートを受けることができるかもしれません。ここでは、提携し

ている家族会の概要をご紹介します。

Q. 新生児集中治療室（NICU）への面会が制限されている場合、家族として赤ちゃんや医療チームとのつながりを保つにはどうしたらよいでしょうか？

A. どのような選択肢があるか、NICU のスタッフに聞いてみてください。NICU では、安全なカメラシステムを提供してくれるかもしれません。これらのデジタル機器を利用することで、あなたとご家族が赤ちゃんを見る時間を確保できるかもしれません。赤ちゃんのために物語を読んであげたり、子守唄を歌って録画しておくことも可能かもしれません。赤ちゃんは、あなたが周りにいないときに、あなたの声を聞くことができます。もちろん、これらの方法は、スキンシップや直接赤ちゃんに話しかけることに代わるものではありません。このような困難な状況の中で、これらの提案は、赤ちゃんをサポートし、あなたとあなたの家族が赤ちゃんとつながる機会を与えてくれるかもしれません。

(出典：BAPM)

Q. 早産児のママ・パパであること、そして COVID-19 から赤ちゃんを守ろうとしていることにとてつもない重圧を感じます。私に何ができるでしょうか？

A. このような状況では、母親も父親もパートナーも重圧を感じるのは自然なことです。ほとんどの親は、自分のニーズよりも赤ちゃんのニーズを優先しているかもしれません。しかし、自分自身の面倒を見ることはとても大切なことです。親の苦痛のレベルを下げることは、赤ちゃんにも良い影響を与える可能性があります。十分な飲食や十分な睡眠などの基本的なニーズは、あなたの日課を整えるのに役立つかもしれません。

心理学の専門家、ソーシャルワーカー、または特別な訓練を受けた医療専門家は、赤ちゃんとの交流だけでなく、あなた自身や他の家族の方が精神的なショックに対処するのを助けることができます。NICU チーム、家族や友人（オンラインでのやりとりが望ましい）、病棟にいる同じように影響を受けている他の家族と話すことも、最初のうちはもちろん、後になっても役立ちます。また、地域や国の家族会に連絡することもできます。彼らはアドバイスを提供してくれますし、あなたの声に耳を傾けてくれますし、COVID-19 パンデミックの間、デジタル支援グループを組織しているところもあります。ここでは、提携している家族会の概要を紹介しています。

また、このインフォグラフィックやこのビデオのように、オンラインでの対処法についてのヒントも提供されています。

Q. 新生児集中治療室（NICU）のスタッフが COVID-19 陽性者だったらどうしたらよいの

ですか？

A. COVID-19 陽性と確認された医療従事者は、ウイルスの拡散を防ぐために 2 週間自宅待機になります。その期間が過ぎても、検査で微量なウイルスが検出されるかもしれませんが、それはもう感染性はありません。しかし、医療従事者は症状がなく検査を受けていないのに知らず知らずのうちに COVID-19 陽性になってしまう可能性があるため、NICU の看護師や医師はウイルスの拡散を防ぐためにマスクを着用しています。保育器は早産児を保温するだけでなく、空気中の小さな飛沫からも保護します。

Q. 病院によっては、新生児集中治療室（NICU）のビデオや写真を提供しているところもあります。携帯電話やタブレットの使用は NICU の衛生基準やプロトコルに含まれていますか？

A. 現在の隔離された状況のため、医療チームが使用する携帯電話/タブレットは、赤ちゃんの家族と連絡を取り合うのに便利な手段です。携帯電話/タブレットが適切に消毒され、適切な手指衛生が行われていれば、携帯電話の使用は何ら問題にならないはずです。

(出典：Researchgate、NHS)

Q. 家にいる子どもたちが、新しい妹・弟に会う機会がありませんでした。どうしたら、子どもたちを関わらせてあげることができるのでしょうか？

A. 新しい状況に、できるだけ年上の兄・姉を赤ちゃんに関わらせることは非常に有効です。現在の状況を適切な言葉で子どもに説明してあげてください。自分の写真を撮ったり、赤ちゃんのために絵を描いたり、許可されていれば保育器の近くに吊るしたりするように促してもよいでしょう。また、親が新しい赤ちゃんの写真を撮って、年上の兄・姉に見せることもできます。

家では、他の子どもたちと二人きりで過ごす時間を計画してみたいでしょうか。出産や早産についてのおすすめの絵本がたくさんあるので、兄弟に状況を説明するのにも使えるかもしれません。最初の数週間から数ヶ月は新しい赤ちゃんに注目が集まり、日常生活が大きく変化しているため、上の子が嫉妬したり、怒ったりすることもあります。子どもが自分の気持ちや心配事を話すように促し、親は共感的かつ一貫した対応をしなければなりません。また、全国の家族会からサポートを受けることもできるかもしれません。提携している家族会の概要をご紹介します。

(出典: EFCNI)

Q. 赤ちゃんが重症で、もうすぐ亡くなるとの連絡を受けました。このような状況でも、私

たち親や家族は赤ちゃんに付き添うことができますか？

A. このような困難な状況下で赤ちゃんをサポートするために、どのような選択肢があるのか、NICU チームにお尋ねください。今のところ、COVID-19 の時の緩和ケアに関するガイドラインはありません。赤ちゃんの健康状態が危機的な場合は、マスクや手袋などの保護具について医療チームに相談してください。また、写真やビデオ撮影、足形や手形を採取してもよいか聞いてみましょう。可能であれば、心理的・精神的なサポートを受け、事前のケアプランについて話し合うようにしましょう。

COVID-19 流行時の退院・その後のフォローアップ・成長に関するよくある質問 (FAQ) をご紹介します。

Q. COVID-19 流行時の早産児の退院準備はどうすればいいですか？また、特に考えなければならぬことはありますか？

A. 新生児集中治療室 (NICU) の医療専門家と事前に計画されたすべての手順について話し合っ、この待ちに待った退院の瞬間のための準備を整えることが非常に重要です。病院には退院前の事務的な手続きや情報があるはずで、病院から自宅までの安全な移動と、そのために必要なもの、例えば赤ちゃん用のチャイルドシートなどを計画して準備しておく必要があります。

赤ちゃんが自宅に帰る場合は、酸素、特別な早産児用のサプリメントや粉ミルク、特別な医療用の薬や器具など、特別なニーズがあるかもしれません。退院する前に、家にあるものがすべて揃っていることを確認しておきましょう。また、自宅で必要なアドバイスや資料を提供してくれるサービス提供者を手配することもできます。

早産の赤ちゃんに関する緊急の質問に対応できる緊急電話番号と、退院後の健診や治療、医学的アドバイスを受けるための連絡先を確認しておきましょう。

Q. 赤ちゃんと一緒に外出するときや、家族が自宅に会いに来るときはマスクをしたほうがいいですか？

A. 赤ちゃんと一緒に外出するときは、マスクを着用した方が良いでしょう。また、同居していない家族が赤ちゃんに会いに来るときも、マスクを着用するようにしましょう。国が定めた社会的遠距離や面会交流に関する規定に従うことが大切です。一般的に、早産児の退院後は、インフルエンザや **RS** ウイルスなどの感染症を避けるために、あまり多くの面会者が来ないようにすることが推奨されています。

(出典 : Babycenter, Healthline)

ここでは、世界保健機関 (WHO) が推奨する正しいマスクのつけ方についての詳細な情報をご紹介します。

- マスクをつける前に、アルコール系の手指消毒剤または石鹸と水で手を清潔にしてください。
- 口と鼻をマスクで覆い、顔とマスクの間に隙間がないことを確認する
- 使用中はマスクに触れないようにしてください。もし触れた場合は、アルコール系の手指消毒剤や石鹸と水で手を洗ってください。

- マスクが湿ったらすぐに新しいものと交換し、使い捨てのマスクは再使用しないでください。
- マスクを取り外すには：マスクを後ろから取り外す（マスクの前面には触れないでください）、すぐに密閉されたごみ箱に捨ててください。そして、アルコール系の手指消毒剤または石鹸と水で手を洗ってください。

(出典：WHO)

Q. すでに退院した早産の赤ちゃんにマスクをつけさせたほうがいいですか？

A. 2 歳までの乳幼児は自分でマスクを外すことができないため、マスクの着用は推奨されていません。COVID-19 からお子さんを守るための特別な推奨事項がある場合は、小児科医や医療従事者にお尋ねください。

(出典：ACOG、CDC)

Q. 子どもに COVID-19 の症状が出たり、病気になったりしていますが、救急外来に行っても大丈夫ですか？

A. もしお子さんに COVID-19 の症状が出たり、病気になったりした場合は、まず救急外来に電話して相談してください。症状としては、発熱や息切れなどが考えられます。医療の専門家が、次のステップや状況に応じた行動を指導してくれます。落ち着いて過ごすようにしてください。

COVID-19 の子どものほとんどは軽い症状で、子どもの呼吸器感染症のほとんどは他のウイルス（一般的な風邪の多くを占める、いわゆる新型でないコロナウイルスを含む）によって引き起こされています。

(出典：ユニセフ)

Q. 子どもを出産し、助産師/看護師/ケースマネージャーの予約をしました。助産師/看護師/ケースマネージャーとの面会を予定しているのですが、予約をキャンセルした方がいいのでしょうか？

A. 予防接種のような医療処置や重要なフォローアップの健診は必要なため、キャンセルは避けることをお勧めします。必要な保護があれば、助産師、看護師、医療の専門家があなたと赤ちゃんのために最善のサポートを提供することができます。必ず医療の専門家チームに相談してください。健診のために外出が必要な場合は、親しい家族に協力を仰ぎ、予約時間までの自分と赤ちゃんの移動をサポートしてもらい、公共交通機関を避けるようにしましょう。

(出典：BAPM)

Q. どんなフォローアップが必要ですか？COVID-19 の状況でキャンセルされた場合はどうすればいいですか？長期間キャンセルされた場合、赤ちゃんにリスクはありますか？

A. いくつかの国では、対面診療の代わりに、可能な限り電話やオンライン診療のフォローアップ予約を利用することが推奨されています。健診をオンライン診療に変更するか、他の選択肢があるかどうかは、最終的には医療従事者が判断します。対面診療中および治療中は、衛生面での保護を確保することが重要です。別のアドバイスを受けない限り、手配されたフォローアップの健診を継続してください。

フォローアップがキャンセルされた場合は、新しい予約を依頼してください。それが不可能な場合は、別の医療機関で予約を取るようにしてください。フォローアップの予約は、お子さんの健康と発達のために非常に重要です。

(出典：BAPM)

Q. 退院後も早産児の予防接種はすべて受けた方がいいですか？

A. お子さんの健康を守るためには、定期的な健診と予防接種が重要です。そのため、早産の赤ちゃんには、推奨されるすべての予防接種を受けることが大切です。赤ちゃんの予防接種を担当している医療専門家に相談してみてください。多くの医療機関は、種々の問題や懸念事項をオンラインで相談する方法を提供しています。

中には、自宅まで来てくれて、その場で赤ちゃんの予防接種をしてくれるところもあるかもしれません。そうでない場合は、ほとんどの医療従事者が、清潔で消毒された空間で安全な健康診断を提供できるように、病気の赤ちゃんと元気な赤ちゃんを分けて対策を講じています。

注：超早産の赤ちゃんの中には、出産予定日前に予定されている予防接種の場合、接種後 36 時間は無呼吸や徐脈（心拍数と酸素飽和度の急激な低下）の危険性があるため、新生児室に入院させる必要がある場合があります。

(出典：Babycenter)

Q. 私の早産の赤ちゃんは退院後に理学療法が必要です。また、理学療法を長期間延期してもいいのでしょうか？

A. 理学療法は赤ちゃんの発達をサポートする重要なものですので、延期することはお勧めできません。主治医や理学療法士に現在の状況や代替案について相談してください。理学療

法士は、赤ちゃんのための運動療法をテレビ電話で紹介したり、電話で説明してくれるかもしれません。

Q. 私の早産の赤ちゃんは退院後に理学療法を必要としていますが、COVID-19 の状況で受け入れてくれるセラピストが見つかりません。どうすればよいのでしょうか？

A. まずは赤ちゃんを担当する医療従事者に相談し、アドバイスを求めてください。さらに、お住まいの町や地域、国の保健機関や健康保険、可能であれば国や地域の家族会に連絡することもできます。

Q. 赤ちゃんが在宅酸素療法を自宅で行っています。在宅酸素を提供している会社が酸素を供給するのが困難な場合、どのように対処すればよいのでしょうか？赤ちゃんに何かあった場合、救急外来に行っても大丈夫ですか？

A. COVID-19 の危機でも、食品からハードウェアに至るまで、あらゆるものの宅配がうまく機能しているようですので、自宅への在宅酸素の供給がうまくいかないと考える理由はありません。在宅酸素の供給に不安がある場合は、退院前に医療チームの緊急計画について話してください。自宅の酸素が不足したり、酸素タンクに問題があり、医療機器のサービス提供者が利用できない場合は、すぐに病院の救急に電話をして、病院の入室方法や場所の指示を待ってください。

Q. やはり RS ウイルスやインフルエンザには気をつけた方がいいですか？

A. どちらも重篤な病気であることを認識しておく必要があります。どちらも COVID-19 と同じように広がっていきます。感染した人が咳やくしゃみをする、ウイルスを含んだ飛沫が空気中に飛散します。飛沫が着地したり、ウイルスが付着した表面に触れた後、指を鼻や口、目に入れたりすると、感染する可能性があります。赤ちゃんや家族全員の予防、予防接種、の機会については、かかりつけの小児科医や医療専門家にお尋ねください。しかし、SARS-CoV-2 ウイルス (COVID-19 の原因となる) の感染拡大を食い止めるための措置は、他の呼吸器系ウイルスの感染拡大を防ぐためにも非常に有効です。ロックダウン対策の導入後、RS ウイルスの流行は早々に終了しました。

(出典 : Web MD)

Q. 私の早産の赤ちゃんは未熟児網膜症(ROP)を患っており、定期的な診療が必要です。このような ROP 診療は現状では必要であり、COVID-19 感染症にかかるリスクは高くないのでしょうか？

A. ヨーロッパ NICU 家族会 (EFCNI) は、COVID-19 感染時の ROP に関する推奨事項について、ドイツの Greifswald の University Medicine、Director and Chair of

Ophthalmology,の Andreas Stahl 教授にインタビューを行いました。

"ROP の進展リスクがある場合長期的な安定性を確保するためには、フォローアップの健診が不可欠です。状況によっては非常に困難な場合もあるかもしれませんが、退院後も外来でのスクリーニング検査の受診を継続することを強くお勧めします。残念ながら、視力を脅かす ROP のリスクは退院して終わりではなく、これらの赤ちゃんの視覚機能に継続的な脅威を与えています。退院後のスクリーニング検査の間隔と予約は、確立されたスクリーニングガイドラインに従って行われるべきです。

(出典: EFCNI)

Q. いつも家にいるのが寂しくて、他の親のサポートや交流が恋しくてたまりません。どうしたらいいのでしょうか？

A. 寂しいと感じるのは当然のことで、友達や他の親との交流やおしゃべりが恋しくなるのは当たり前です。お住まいの地域や国の家族会に連絡を取ることができます。同じような状況にある親を紹介してくれたり、親のチャットグループや COVID-19 の以前から行われていたような自助団体を提供してくれるかもしれません（しかし今はオンライン上で）。家族会の中には、ウェビナーを提供したり、オンラインでの懇親会を開催しているところもあります。ビデオチャットや文字メッセージを使って、他の親と連絡を取り合ったり、経験を交換したりすることができます。また、新生児集中治療室（NICU）で知り合った親もいるかもしれません。

注：また、あなたを助けることができる心理学の専門家、ソーシャルワーカー、または特別な訓練を受けた医療専門家に連絡するのもよいでしょう。あなたのメンタルヘルスは重要です。

Q. 赤ちゃんを見たいと待ち望んでいる祖父母や親族について、面会禁止にどう対処したらいいのでしょうか？

A. ドイツの Berlin-Neukoelln の Vivantes の Chair Clinic for Obstetric Medicine、Doctor Dietmar Schlembach は、ヨーロッパ NICU 家族会（EFCNI）のインタビューに答えています。

“面会禁止を受け入れて、ご家族、特にあなたのご両親に説明してください。高齢者は重症化のリスクが高く、感染症のために死亡するリスクも高いです。もし私がおじいちゃんになったとしたら、孫に会いたいです。しかし、それ以上に、この子が成長し、コミュニケーションが取れるようになった孫に会いたいです。一方で、あなたの赤ちゃんのためにも、祖父

母のことを成長してから知ってほしいと思いますし、「祖父母が死んだのは、感染した可能性のある親戚が来たからだ」と言われるような事態になって欲しくありません。最近は様々なオンラインツールが存在しコミュニケーションが取れるので、私はどうかこれらのツールを活用するようにお願いしています。そうしないと、まさに生死の問題になるかもしれません。”

(出典: EFCNI)

Q. COVID-19 感染症のリスクは早産だった乳幼児/10代/成人ほど高いのでしょうか？

A. ドイツの Charité Berlin の Medical Director Department of Neonatology、Christoph Bühner 教授は、ヨーロッパ NICU 家族会 (EFCNI) との最近のインタビューで、貴重な回答をしてくれました。

"COVID-19 感染症が肺炎になった場合、慢性的な肺疾患（喘息、嚢胞性肺線維症、気管支肺異形成の早産児など）を持っている人は誰でもこの病気に対処するのに苦勞することになります。このような人たちは、全く健康な人よりも、より多くの医学的な助けが必要になるかもしれません。COVID-19 とインフルエンザ（特に H1N1）の発症率は似ているので、早産で生まれた成人や青年はインフルエンザの予防接種を受けることをお勧めします。"

(出典：EFCNI)