



راهنمای ارایه خدمات باروری سالم و فرزندآوری

در دوران شیوع بیماری کووید-۱۹

اداره باروری سالم و جمعیت
دفتر سلامت جمعیت، خانواده و مدارس
معاونت بهداشت
سال ۱۳۹۹

ویروس کووید-۱۹ به عنوان یک ویروس جهش یافته از خانواده کرونا ویروس ها، با تظاهراتی از قبیل تب، لرز، گلودرد، سردرد، سرفه های خشک و تنگی نفس ظاهر شده و در مواردی با بیماری بسیار شدید تنفسی و در ۲ تا ۳ درصد از موارد با مرگ همراه بوده است. با توجه به این که هنوز واکسنی برای محافظت از این بیماری موجود نیست، راهبرد پیشگیرانه رعایت بهداشت فردی و فاصله گذاری اجتماعی به عنوان یکی از راهبردهای جهانی در کنترل و قطع چرخه انتقال ویروس مورد تاکید قرار گرفته است.

در شرایط شیوع کووید ۱۹، خانواده ها ممکن است با مسائل جدیدی مواجه شوند و لازم است توانایی لازم برای مراقبت از خود را کسب نمایند تا در این مدت با عوارض ناخواسته درگیر نشوند. همه گیری این بیماری می تواند بر روی تعاملات بین زوجین و نهایتاً روابط زناشویی و جنسی آنها تاثیر منفی گذاشته و به یک نگرانی خانوادگی و البته جهانی مبدل شود. در دوران قرنطینه، زندگی جنسی و زناشویی و روابط زن و شوهر ممکن است دچار پیچیدگی هایی شود؛ زیرا برای برخی از زوجین بیش از حد معمول در کنار هم بودن یک فرصت برای ارتقای صمیمیت زناشویی به حساب خواهد آمد ولی برای بعضی دیگر خسته کننده و تنش زا خواهد بود. بعلاوه مطابق با دستورعمل های پیشگیری از کووید-۱۹، شرایط مراکز بهداشتی - درمانی به گونه ای است که لازم است مراجعین حتی الامکان از مراجعه غیر ضروری خودداری نمایند. لذا راهنمای حاضر برای استفاده ارایه دهندگان خدمات باروری سالم و فرزندآوری تنظیم شده است تا ضمن ارایه آموزش های لازم به صورت تلفنی، خدمات سلامت باروری و فرزندآوری با توجه به شرایط بحران بیماری کووید-۱۹ بر اساس این راهنما ارایه گردد.

در این راستا لازم است ارایه دهندگان خدمات باروری سالم و فرزندآوری در تمام سطوح ارایه خدمت، ضمن داشتن اطلاعاتی در خصوص بیماری کووید-۱۹، از وضعیت شیوع این بیماری در منطقه تحت پوشش خود آگاه بوده و خدمات لازم را بر اساس مفاد دستورالعمل های ابلاغی و **توصیه و نکات قابل توجه** در ذیل، ارایه نمایند. از این رو، به منظور جلوگیری از تردهای غیرضروری، توصیه می شود که خدمات باروری سالم و فرزندآوری که نیاز به دریافت خدمت به صورت فوری و یا ارجاع ندارد، ضمن رعایت موارد ابلاغی از طرف کمیته مقابله با کرونا در دانشگاه ها/ دانشکده های علوم پزشکی، آموزش ها **به صورت غیر حضوری** (مانند تماس تلفنی) و با رعایت اصول آموزش و مشاوره ارایه شود. بدیهی است در صورت نیاز به ارایه خدمات حضوری می بایست بر اساس آخرین دستورالعمل های ابلاغی برای ارایه خدمات بهداشتی در زمان همه گیری بیماری کرونا (مانند زدن ماسک و پوشیدن دستکش، رعایت فاصله حداقل یک متر با مراجعه کننده و پرهیز از برگزاری کلاس ها و آموزش های گروهی) اقدام گردد.

نکات مهم:

- در شهرستان های با وضعیت قرمز و زرد، خدمات باروری سالم و فرزندآوری به روش تلفنی و بسته به ماهیت خدمت و پیگیری مراقبت ها در صورتی که لازم باشد این خدمات به صورت حضوری توصیه می گردد.
- در شهرستان های با وضعیت سفید خدمات باروری سالم و فرزندآوری در صورت مراجعه فرد به مرکز با رعایت پروتکل های بهداشتی ارائه می گردد و پیگیری های تلفنی همچنان ادامه داشته باشد.

الف) اصول و فرایند خدمات (آموزش و مشاوره) غیر حضوری / تلفنی باروری سالم و فرزندآوری

- ❖ در هنگام ارایه آموزش / مشاوره های تلفنی می بایست همانند خدمات حضوری، موارد زیر رعایت گردد:
 - ضمن حفظ آرامش و رعایت احترام، از فرد سوال نموده و با دقت به پاسخ های گیرنده خدمت گوش داده شود.
 - نیازها، دغدغه/ نگرانی های فرد با توجه به شرایط و ویژگی های او، پاسخ داده و به وی اطلاعات کافی و لازم داده شود.
 - به فرد برای گرفتن بهترین تصمیم کمک شود.
 - هر آنچه که لازم است فرد بداند برای وی توضیح داده شود.
 - در مورد چگونگی پیگیری های بعدی، فرد راهنمایی شود.
- ❖ بسته به شرایط فرد از نظر ابتلا به کووید-۱۹، آموزش و مشاوره فرزندآوری در گروه های واجد شرایط پیگیری های تلفنی ارایه گردد.
 - در صورتیکه هریک از زوجین علائم بیماری را ندارند یا آزمایش کووید -۱۹ مثبت نیست، به گروه های واجد شرایط به صورت تلفنی آموزش و مشاوره فرزندآوری ارایه گردد.
 - در صورتی که هریک از زوجین مبتلا باشند بعد از زمان بهبودی کامل بیماری و این که هر دو از لحاظ جسمی- روانی آمادگی داشته باشند، آموزش ها به صورت تلفنی تداوم یابد.
 - شواهدی در زمینه تاثیر ویروس کووید-۱۹ بر احتمال ناباروری وجود ندارد، و این موضوع را در حین آموزش تلفنی مدنظر قرار داده شود. بدیهی است این آموزش ها بر اساس محتوای آموزشی " سن و ناباروری " و " شیوه زندگی و ناباروری " ارایه گردد.

❖ آموزش رابطه زناشویی و جنسی همسران طبق راهنمای پیوست به صورت تلفنی ارایه گردد.

- در صورتی که گیرنده خدمت طی تماس تلفنی با مرکز خانمی باشد که متقاضی دریافت خدمات باروری سالم و فرزندآوری باشد، مراقب سلامت – ماما می بایست مطابق با بسته آموزشی "رابطه زناشویی و جنسی همسران" (پیوست) آموزش های لازم را ارایه نماید. همچنین در صورت تماس تلفنی گیرنده خدمت آقا، پزشک مرکز نیز بر اساس بسته ی فوق اطلاعات لازم را در اختیار مخاطب آقا قرار می دهد.
- بر اساس سالم بودن هریک از زوجین، در معرض خطر بودن ابتلا به بیماری کووید -۱۹، همچنین در صورت ابتلا هر یک از زوجین به بیماری کووید- ۱۹، مطابق با راهنمای پیوست، به هر یک از زوجین آموزش ها به صورت تلفنی توسط مراقب سلامت ماما / پزشک مرکز بسته به جنسیت مخاطب ارایه می گردد.
- در صورت تماس فرد به سامانه ۴۰۳۰ نیز همان توصیه های ذکر شده در بندهای فوق رعایت می گردد و آموزش ها بسته به جنسیت مخاطب / گیرنده خدمت توسط مراقب سلامت ماما (برای خانم) و پزشک مرد (برای آقایان) ارایه می گردد.

❖ در صورتی که فرد شرایط زنان و مامایی / سابقه بیماری زمینه ای دارد، طبق دستور عمل کشوری ارایه خدمات "مراقبت باروری ویژه در زنان واجد شرایط پزشکی، می بایست بر اساس دستور عمل های شماره ۳۰۰/۱۷۹۸۳ مورخ ۱۳۹۸/۱۰/۱۸ و ۳۰۰/۲۴۹ مورخ ۱۳۹۹/۱/۹ اقدام شود.

- در زوجین سالم (از نظر ابتلا به بیماری کرونا) اما واجد شرایط مراقبت باروری ویژه، هستند، تداوم استفاده از روش های پیشگیری بلامانع است.
- در صورتی که هر یک از زوجین مبتلا باشند، با توجه به محدودیت در رابطه جنسی، به دلیل کاهش اثربخشی روش پیشگیری، همچنان تداوم استفاده از روش های پیشگیری توصیه می گردد. ارجح است با پزشک خود در خصوص تداوم استفاده از روش های پیشگیری در زمان بیماری و همچنین بعد از بهبودی کامل و برقراری رابطه جنسی مشورت نماید.
- در صورتی که فرد به دلیل شرایط/ بیماری زمینه ای، واجد شرایط پزشکی دریافت خدمات باروری ویژه می باشد و از طرفی تحت درمان دارویی کووید -۱۹ می باشد، باید در مشاوره تلفنی به فرد تاکید گردد که به دلیل احتمال تداخل دارویی، هنگام مراجعه به پزشک باید نوع روش پیشگیری خود را به وی اطلاع دهد.
- در حین آموزش و مشاوره تلفنی، علائم هشدار همه روش ها در زنان دریافت کننده مراقبت باروری ویژه (مانند: خونریزی غیرطبیعی، قطع قاعدگی، سردرد شدید همراه با تاری دید و) تاکید و در خصوص مراجعه فوری و رعایت نکات بهداشتی راهنمایی شود. در صورتی که فرد از عوارض شایع روش شکایت داشته باشد، آموزش های تلفنی تا حد ممکن ارایه شود.
- در صورت درخواست تغییر روش مراقبت باروری ویژه، ارجح است فرد روش فعلی مراقبت باروری ویژه را ادامه دهد. در غیر این صورت نیاز به بررسی بیشتر و مراجعه حضوری است که در این صورت با رعایت نکات بهداشتی در زمان مراجعه و با تایید پزشک، تغییر روش امکان پذیر خواهد بود.

- با توجه به شیوع ابتلا به بیماری و عدم تردد مراجعین در صورت تمایل فرد واجد شرایط به استفاده از روش آی یو دی در حین مشاوره تلفنی، ارجح است وی از روش های قابل دسترس همانند قرص و کاندوم استفاده نماید. در غیر این صورت فرد می تواند جهت آی یو دی گذاری به مرکز مراجعه نماید. در صورتی که اخیرا اقدام به آی یو دی گذاری نموده است. پیگیری اول بعد از اولین قاعدگی و همچنین هر شش ماه به صورت حضوری است در بقیه موارد (سه ماه بعد از گذاشتن آی یو دی) آموزش علائم هشدار و همچنین دیگر مراقبت ها می توان به صورت تلفنی ارائه نمود.
- اگر تاریخ تعویض یا خروج IUD سر رسیده است، ارائه دهنده خدمت حین مشاوره به فرد اطمینان دهد که ماندن بیشتر این وسیله آسیبی به فرد نمی زند. یادآور می شود برای فزونی اثربخشی روش در این شرایط، ممکن است نیاز باشد از روش های دیگر همانند قرص های ترکیبی و کاندوم ... استفاده شود. در این صورت می بایست فرد در صورت انتخاب کاندوم از مراقب سلامت - ماما و سایر روش ها از پزشک (به منظور بررسی موارد منع مصرف مطلق و نسبی) مشورت بگیرد.
- در صورت ابتلای فرد (داشتن علایم تب، سرفه و تنگی نفس، تست کرونا مثبت و ...) و فرد درخواست تعویض و یا خروج IUD را دارد می بایست تا بعد از بهبود بیماری به تعویق انداخته شود و برای فزونی اثربخشی این روش ممکن است نیاز باشد از روش های دیگر همانند قرص های ترکیبی و کاندوم ... استفاده شود.
- در افراد نیازمند مراقبت باروری ویژه در صورت تماس محافظت نشده طی ۱۲۰ ساعت گذشته لازم است ضمن ارائه آموزش های لازم به وی توصیه شود که در اولین فرصت که برای دریافت روش اورژانس پیشگیری از بارداری به نزدیکترین مرکز ارائه خدمت مراجعه نماید.

(ب) اقدامات ضروری در هنگام ارائه خدمات حضوری باروری سالم و فرزندآوری:

❖ توصیه های عمومی در هنگام ارائه خدمات حضوری:

- برای کاهش مواجهه با بیماری، از دست دادن و رو بوسی خودداری شود.
- در هنگام عطسه و یا سرفه، می بایست فرد دهان و بینی خود را ترجیحا با دستمال و یا قسمت چین آرنج بپوشاند.
- از تماس دست آلوده با چشم، دهان و بینی خودداری گردد.
- از رها کردن دستمال کاغذی های مصرف شده در محیط کار خود، جدا خودداری شود.
- فاصله ایمن در زمان آموزش رعایت گردد.
- وسایل پزشکی مورد استفاده مانند دستگاه فشارسنج و ... باید بطور مستمر و پس از هر بار استفاده، با الکل ۷۵ درصد ضد عفونی شوند.
- در صورتی که مراجعه کننده تب و یا علایم تنفس مانند سرفه و تنگی نفس داشته باشد، با حفظ آرامش و پرهیز از هرگونه ترس و اضطراب، وی به پزشک ارجاع داده شود.
- اسامی بیمارستان های مرجع برای پذیرش موارد مشکوک یا مبتلا به ویروس کرونا، در دسترس و قابل دید عموم باشد.
- از انتشار اخبار و اطلاعات غیرموثق جدا پرهیز شود.

- به مراجعین تاکید گردد که از انتشار اخبار و اطلاعات غیر موثق که در فضاهای مجازی و نامعتبر منتشر می شود، جدا خودداری نمایند.
- تعویض وسایل حفاظت فردی/دستکش جهت ارائه خدمات بهداشتی- درمانی از یک مراجعه کننده به مراجعه کننده دیگر، الزامی می باشد.
- کلیه فضاهایی که برای ارائه خدمات باروری سالم و فرزندآوری بکار گرفته می شوند بهتر است دارای سیستم تهویه ای مناسب باشند. در غیر اینصورت برای تهویه هوای اتاق، باز کردن پنجره ها با رعایت عدم انتقال هوای آلوده به سایر بخشها و فضاهای بسته، توصیه می شود.
- باید اقدامات احتیاطی استاندارد، در تمام لحظات و برای تمام مراجعین بر اساس دستورعمل های ابلاغ شده، اجرا گردند.
- روش های نظافت و گندزدایی محیط به طور مداوم و صحیح انجام شود.
- با مدیریت صحیح، تعداد افراد حاضر در اتاق را برای دریافت خدمات، به حداقل ممکن محدود گردد.
- در مرکز، فضای مناسبی برای انتظار قبل از ورود به اتاق ارائه خدمت، در نظر گرفته شود.
- از تجمع مراجعین برای دریافت خدمات در مراکز ارائه دهنده خدمت مانند خانه بهداشت، پایگاه سلامت و ... خودداری شود. برای مدیریت این مهم، پیشنهاد می گردد اسامی مراجعین از لیست پیگیری سامانه های الکترونیکی استخراج شده و زمان و ساعت مشخصی برای مراجعه آنان تعیین و از طریق تلفن و یا پیامک اطلاع رسانی شده و پیگیری ها نیز به همین صورت، انجام شود.
- در صورت امکان، ماسک ساده به همه مراجعین دارای علائم تنفسی برای جلوگیری از انتشار ترشحات ریز داده شود.
- ماده ضد عفونی کننده برای سطوح در دسترس باشد و حداقل روزی یکبار وسایل و سطوحی که هر روزه با آن در تماس هستید، ضدعفونی شود.
- ماده ضد عفونی کننده برای دست ها در دسترس باشد و به طور مکرر و در هر زمان دست به طور صحیح با آب و صابون شسته شده و یا با الکل تمیز گردد.

❖ توصیه های اختصاصی در هنگام ارائه خدمات حضوری:

- اصول آموزش و مشاوره باروری سالم و فرزندآوری زیر رعایت گردد:
 - ضمن حفظ آرامش و رعایت احترام و رازداری، از فرد سوال نموده و با دقت به پاسخ های گیرنده خدمت گوش داده شود.
 - نیازها، دغدغه/ نگرانی های فرد با توجه به شرایط و ویژگی های او، پاسخ داده و به وی اطلاعات کافی و لازم داده شود.
 - به فرد برای گرفتن بهترین تصمیم کمک شود.
 - هر آنچه که لازم است فرد بداند برای وی توضیح داده شود.
 - آموزش روابط جنسی و زناشویی در فضای مناسب و با رعایت محرمانگی ارائه گردد.
 - در مورد چگونگی پیگیری های بعدی، فرد راهنمایی شود.

❖ خدمات آموزش و مشاوره فرزندآوری در گروه های واجد شرایط بسته به شرایط منطقه از نظر

شیوع بیماری کووید-۱۹ در صورت مراجعه فرد به مرکز جهت دریافت دیگر خدمات ارایه گردد. در شهرستان های با وضعیت سفید، مراقبین سلامت / بهورز می توانند خدمات آموزش و مشاوره فرزندآوری را در صورت مراجعه فرد به مرکز جهت واکسیناسیون کودک ... به صورت حضوری و با رعایت پروتکل های بهداشتی ارائه نمایند و بسته های مرتبط آموزشی منجمله بسته " روابط زناشویی همسران " در اختیار مراجعه کننده قرار دهند و پیگیری های تلفنی نیز همچنان ادامه داشته باشد.

اگر مراجعه کننده سوالاتی در زمینه سلامت زناشویی (در مواجهه با بحران کووید-۱۹) داشت، وی را به مراقب سلامت ماما/ پزشک مرکز ارجاع دهد.

❖ در صورتی که زن به همراه همسر خود به مرکز مراجعه نماید، پزشک مرکز یا مراقب سلامت ماما آموزش های لازم را مطابق با راهنمای پیوست در فضای مناسب و با رعایت نکات اخلاقی و محرمانگی با حضور همسر ارایه نمایند و بسته ی آموزشی مربوطه در اختیار آن ها قرار گیرد.

- در صورتی که مراجعه کننده خانم باشد، آموزش روابط زناشویی همسران توسط مراقب سلامت ماما ارایه می گردد.
- در موارد مراجعه کننده آقا، پزشک مرکز (مرد) آموزش روابط زناشویی همسران را مطابق با راهنمای پیوست ارایه نماید.
- لازم است بسته ی آموزش " رابطه زناشویی و جنسی همسران " نیز به مراجعین تحویل داده شود.

❖ در صورتی که فرد شرایط زنان و مامایی / سابقه بیماری زمینه ای دارد، طبق دستورعمل کشوری ارایه خدمات "مراقبت باروری ویژه در زنان واجد شرایط پزشکی، می بایست طبق دستور عمل های شماره ۳۰۰/۱۷۹۸۳ مورخ ۱۳۹۸/۱۰/۱۸ و ۳۰۰/۲۴۹ مورخ ۱۳۹۹/۱/۹ اقدام شود. مطابق با این دستورعمل، ارائه خدمات روش های موقت مراقبت باروری ویژه (شامل قرص های ترکیبی_ ال دی و تری فازیک، لاینسترنول و کاندوم) در زنان واجد شرایط پزشکی، می تواند پس از ویزیت پزشک مرکز خدمات جامع سلامت و در صورت تمایل مراجعه کننده، به صورت سه ماهه و به همراه آموزش ها و توصیه های لازم به همراه تاکید بر احتیاط های لازم و تاکید به زمان های لازم برای مراجعه و بررسی، انجام گردد.

- در صورتی که فرد به دلیل شرایط/ بیماری زمینه ای، واجد شرایط دریافت خدمات باروری ویژه می باشد و از طرفی تحت درمان دارویی کووید-۱۹ می باشد، باید حین مراقبت نوع روش پیشگیری وی نیز (به دلیل احتمال تداخل دارویی) سوال شود و بسته به شرایط وی روش مناسب توصیه شود.
- در صورت مراجعه فرد به مرکز جهت شروع و تغییر روش مراقبت باروری ویژه، پزشک مرکز لازم است روش مناسب پیشگیری را به فرد واجد شرایط توصیه نماید.
- در صورت مراجعه فرد با علائم هشدار لازم است پزشک مرکز اقدامات لازم را در جهت رفع مشکل، درخواست آزمایشات و یا ارجاع در صورت نیاز انجام دهد.
- در صورت اصرار فرد برای تعویض یا خروج IUD، پس از اطمینان از عدم ابتلای وی به کووید-۱۹، خروج و یا تعویض IUD بر اساس دستورالعمل های مربوطه بلامانع می باشد.

- در صورت ابتلای فرد (داشتن علائم تب، سرفه و تنگی نفس، تست کرونا مثبت و ...) تعویض و یا خروج IUD می بایست تا بعد از بهبود بیماری به تعویق انداخته شود و برای فزونی اثربخشی این روش ممکن است نیاز باشد از روش های دیگر همانند قرص های ترکیبی و کاندوم ... استفاده شود.
- در هنگام تعویض، خروج و یا ارایه خدمت آی یو دی برای واجدین شرایط، بدلیل امکان مواجهه با مخاط بدن یا سایر مواد بالقوه عفونی، مراقبین سلامت – ماما می بایست از استانداردهای پیشگیری از انتقال پاتوژن های خونی آگاهی داشته و از وسایل حفاظت فردی استفاده نمایند.
- در افراد نیازمند مراقبت باروری ویژه در صورت تماس محافظت نشده طی ۱۲۰ ساعت گذشته لازم است ضمن ارایه آموزش های لازم، روش اورژانس پیشگیری از بارداری به وی ارایه گردد.

توجه: این دستورالعمل در تاریخ ۹۹/۲/۱۹ نهایی شده است. اطلاعات مندرج در این راهنما بر اساس دانش فعلی از بیماری کووید-۱۹ می باشد و ممکن است در آینده تغییر نماید. سلامت عمومی جامعه وابسته به سلامت هر کدام از افراد جامعه است و در زمان وقوع بیماریهای همه گیر و واگیر دار بهترین کار رعایت دستورالعملهای منطقه ای است تا امکان ابتلا افراد کمتر شود. در خصوص سلامت جنسی هم مانند سایر ابعاد سلامت، افراد می بایست با کسب دانش و آگاهی مناسب نسبت به رفتارهای جنسی خود مسؤولیت پذیر باشند.

منابع:

1. www.cdc.gov/covid19
2. www.who.int
3. www.nyc.gov/coronaviruse
4. www.UpToDate.com

۵. دستور العمل کشوری تشخیص و درمان بیماری covid19 در سطوح ارایه خدمات سرپایی و بستری