

Perlu Perencanaan Baik untuk Kehamilan di Masa Pandemi

Friday, 09 Juli 2021 WIB, Oleh: Gloria



Pengajar Departemen Obstetri dan Ginekologi UGM, dr. Irwan Taufiqur Rachman, SpOG(K), menyebut bahwa kehamilan pada masa pandemi bukan merupakan hal yang tidak direkomendasikan. Meski demikian, menurutnya kehamilan sebaiknya direncanakan dengan baik.

“Sebaiknya sebelum kehamilan calon ibu sudah melakukan vaksinasi Covid-19 secara lengkap, dan mengonsumsi asam folat minimal 1 tablet per hari selama dua bulan,” jelasnya.

Kondisi kehamilan, terang, memang tidak meningkatkan risiko tertular infeksi Covid-19 jika dibandingkan dengan orang pada umumnya, namun meningkatkan risiko mengalami kondisi yang lebih buruk ketika terinfeksi.

Risiko ini lebih besar pada wanita hamil yang memiliki komorbid seperti hipertensi, diabetes melitus, obesitas, atau penyakit paru kronik. Untuk itu, calon ibu yang memiliki komorbid disarankan berkonsultasi terlebih dahulu ke dokter untuk mengoptimalkan kondisi sebelum kehamilan.

Bagi ibu hamil, penting untuk memiliki istirahat yang cukup selain tetap menjaga protokol kesehatan pada umumnya, dan mengonsumsi vitamin untuk kehamilan secara bijaksana sesuai anjuran dokter.

Konsumsi vitamin atau *micronutrient* dalam dosis tertentu sangat bermanfaat bagi kerja sistem imun tubuh, namun jika dikonsumsi secara berlebihan dapat membahayakan kehamilan.

“Saat ini tidak hanya vitamin yang dikonsumsi secara berlebihan, namun obat imunomodulator juga

ada kecenderungan dikonsumsi secara berlebihan. Sebaiknya dikonsultasikan terlebih dahulu kepada dokter,” ungkapnya.

Ia menambahkan, ibu hamil berisiko tinggi perlu segera berkonsultasi kepada dokter spesialis kandungan untuk mendapatkan rekomendasi vaksinasi yang dapat dilakukan pada umur kehamilan 13 hingga 33 minggu, begitu juga untuk ibu yang sedang laktasi.

Pada gelombang Covid-19 kedua yang terjadi saat ini, Irwan mengaku lebih banyak menemukan kasus ibu hamil terinfeksi Covid-19 yang memerlukan terapi suplemen oksigen dari derajat sedang hingga berat jika dibandingkan dengan periode sebelumnya.

“Terutama ibu hamil yang memasuki trimester kedua sampai awal trimester ketiga, kemungkinan memerlukan terapi oksigen lebih tinggi dibandingkan pada wanita yang tidak hamil,” imbuhnya.

Ia mengingatkan agar ibu hamil waspada terhadap gejala infeksi Covid-19 seperti demam, batuk, anosmia, nyeri telan, kesulitan bernafas, atau gejala lainnya.

“Bila ada gejala yang mengarah ke Covid-19, segera ke dokter untuk memastikan status Covid-19,” ucapnya.

Ibu hamil tanpa komorbid, terangnya, biasanya akan merasakan gejala ringan ketika terinfeksi Covid-19 dan dapat melakukan isolasi mandiri di rumah selama minimal 10 hari atau 10 hari ditambah 3 hari bebas gejala. Obat yang dikonsumsi cukup obat yang bersifat simptomatis dan multivitamin yang diperlukan.

Sementara itu, untuk ibu hamil dengan gejala sedang sampai berat sebaiknya dilakukan observasi di rumah sakit yang memiliki ruang isolasi dengan tenaga dokter yang mampu merawat ibu dan bayi.

Penulis: Gloria

Berita Terkait

- [Prelite, Aplikasi Informatif untuk Pantau Kesehatan Kehamilan](#)
- [Kelompok Marginal Bertahan di Tengah Pandemi Covid-19](#)
- [Angka Kematian Bayi Kecil Masa Kehamilan di Indonesia Tinggi](#)
- [Terapi Preeklamsia Perlu Dikembangkan untuk Menekan Angka Kematian Ibu](#)
- [Resiliensi Faktor Penting Kasus Kehamilan Tidak Dikehendaki](#)