



**Ε Μ Γ Ε**

Ελληνική Μαιευτική και  
Γυναικολογική Εταιρεία

## **Κύηση και ταξίδι με αεροπλάνο**

Η περιστασιακή χρήση του αεροπλάνου ως μέσου μεταφοράς κατά την κύηση θεωρείται γενικά ασφαλής, καθώς πρόσφατες μελέτες δεν καταδεικνύουν αυξημένο κίνδυνο για αρνητική έκβαση της κύησης μεταξύ των γυναικών αυτών. Οι περισσότερες αεροπορικές εταιρείες επιτρέπουν στις έγκυες να ταξιδεύουν μέχρι την 36<sup>η</sup> εβδομάδα της κύησης. Ορισμένες, βέβαια, απαγορεύουν στις έγκυες, αρκετά ενωρίτερα, να πετούν σε διεθνείς πτήσεις, ενώ κάποιες απαιτούν βεβαίωση μαιευτήρος-γυναικολόγου που να επιβεβαιώνει την ηλικία της κύησης και τη δυνατότητα συμμετοχής της συγκεκριμένης εγκύου σε αεροπορική πτήση.

Με βάση σύγχρονες εργασίες και συστάσεις διεθνών φορέων και επιστημονικών οργανώσεων επιτρέπεται το αεροπορικό ταξίδι έως και την 36<sup>η</sup> εβδομάδα σε έγκυες που φέρουν μονήρεις, ανεπίπλεκτες κύησεις. Επί πολύδυμης κύησης, ή επί υπάρξεως παραγόντων κινδύνου για εκδήλωση πρόωρου τοκετού, που αποτελεί κύρια παράμετρο του θέματος που τίγεται, θα πρέπει να απαγορεύεται στις εγκύους να πετούν από την 32<sup>η</sup> εβδομάδα της κύησης. Περίπτωση κύησης μέλους πολιτικού ή στρατιωτικού προσωπικού αέρος θα πρέπει να γνωστοποιείται στην ανάλογη υπηρεσία άμεσα και να λαμβάνονται υπόψη οι αντίστοιχοι κανονισμοί, περιορισμοί και προβλέψεις.

Έγκυες που αντιμετωπίζουν ιατρικά ή μαιευτικά προβλήματα, τα οποία μπορεί να επιδεινωθούν κατά τη διάρκεια της πτήσης ή να χρειασθούν επείγουσα αντιμετώπιση, δεν πρέπει να ταξιδεύουν αεροπορικά. Είναι ιδιαίτερα σημαντικό να έχει προηγηθεί ενημέρωση των εγκύων ότι τα περισσότερα κοινά επείγοντα μαιευτικά συμβλήματα επισυμβαίνουν κατά το πρώτο και τρίτο τρίμηνο της κύησης.

Η αποφυγή τοκετού κατά την πτήση και σοβαρών μαιευτικών συμβαμάτων βρίσκεται στο επίκεντρο της αντιμετώπισης του θέματος αεροπορικό ταξίδι και κύηση. Για την αποφυγή περίπτωσης τοκετού στο αεροπλάνο, έχουν ουσιαστικά θεσπιστεί τα προαναφερθέντα όρια ηλικίας κύησης όπου επιτρέπεται ή όχι το ταξίδι. Εάν πρόκειται για αρχόμενη κύηση, με ιστορικό αυτόματων αποβολών ή έκτοπης κύησης, κρίνεται σκόπιμος ενδελεχής υπερηχογραφικός έλεγχος προ του ταξιδιού από ειδικό μαιευτήρα-γυναικολόγο. Καταστάσεις που μπορούν να επιπλακούν και να οδηγήσουν σε επείγοντα προβλήματα κατά την πτήση είναι συνήθως η εκσεσημασμένη αναιμία, η πρόσφατη αιμορραγία, σοβαρά καρδιολογικά ή αναπνευστικά προβλήματα και πρόσφατα κατάγματα. Στις περιπτώσεις αυτές ο μαιευτήρας-γυναικολόγος πρέπει να είναι ιδιαίτερα προσεκτικός κατά τη συμβουλευτική του πριν από ένα προγραμματιζόμενο αεροπορικό ταξίδι για την έγκυο.

Επίσης, κατά τον προγραμματισμό θα πρέπει να λαμβάνεται υπόψη η διάρκεια του ταξιδιού. Η παρατεταμένη ακινησία κατά τη διάρκεια της πτήσεως αποτελεί σχετικό παράγοντα κινδύνου για πρόκληση εν τω βάθει φλεβοθρόμβωσης. Είναι γενικά αποδεκτό ότι ένα πολύωρο αεροπορικό ταξίδι οδηγεί σε αύξηση κατά τρεις φορές της επίπτωσης θρομβοεμβολικών συμβαμάτων, με επιπρόσθετη άνοδο του σχετικού κινδύνου κατά 18% για κάθε δυο ώρες που προστίθενται στη διάρκεια της πτήσεως. Προκειμένου να ελαττωθεί ο παραπάνω κίνδυνος, που κυρίως σχετίζεται με το ατομικό αναμνηστικό και τους ιδιαίτερους παράγοντες κάθε γυναίκας και πρέπει να αξιολογείται εξατομικευμένα, προτείνεται η υιοθέτηση διαφόρων προφυλακτικών μέτρων σε έγκυες που πρόκειται να ταξιδεύσουν σε πτήσεις μέσης ή μεγάλης αποστάσεως, με προβλεπόμενη διάρκεια άνω των τεσσάρων ωρών. Πιο συγκεκριμένα, μπορούν να εφαρμοσθούν ελαστικές κάλτσες, να αποφευχθεί η ένδυση με στενό ρουχισμό, να τονισθεί στην έγκυο η αξία της περιοδικής κίνησης, αλλαγής θέσεως των κάτω άκρων και λήψεως επαρκούς ποσότητας υγρών κατά τη διάρκεια της πτήσεως. Ως εκ τούτου, προτείνεται να λαμβάνει η έγκυος θέση

διαδρόμου στο αεροπλάνο προκειμένου να διευκολύνεται η κινητικότητα της. Σε περιπτώσεις όπου προϋπάρχουν σαφείς παράγοντες κινδύνου για εν τω βάθει φλεβοθρόμβωση (ατομικό ιστορικό προηγηθείσας φλεβοθρόμβωσης ή νοσογόνος παχυσαρκία), προφυλακτική αγωγή με χαμηλού μοριακού βάρους ηπαρίνη, θα μπορούσε να δοθεί κατά την ημέρα του ταξιδιού και για μικρό χρονικό διάστημα στη συνέχεια. Πάντοτε, τέτοια μέτρα προϋποθέτουν, βέβαια, ενδεδειγμένη εξατομικευμένη ενημέρωση και συμβουλευτική κάθε εγκύου από ειδικό μαιευτήρα-γυναικολόγο που παρακολουθεί την εγκυμοσύνη.

Χρήσιμο είναι να γνωρίζει κάθε έγκυος πως οι ιδιαίτερες συνθήκες της πτήσεως, που περιλαμβάνουν μεταβολές στην πίεση της καμπίνας, χαμηλά ποσοστά υγρασίας και πτώση της μερικής πίεσης οξυγόνου, σε συνδυασμό με τις φυσιολογικές αλλαγές που επιφέρει η κύηση, οδηγούν σε προσαρμογές, χαρακτηριζόμενες από αύξηση του καρδιακού ρυθμού και της αρτηριακής πίεσης, με σημαντική συνοδό ελάττωση του αερόβιου μεταβολισμού.

Οι έγκυες γυναίκες απαιτείται να είναι συνεχώς προσδεδεμένες με τις ζώνες ασφαλείας κατά τη διάρκεια της πτήσεως, καθώς δεν μπορεί να προβλεφθεί, ορισμένες φορές, εγκαίρως η πιθανότητα σημαντικών αναταράξεων και επακόλουθου κινδύνου τραυματισμού. Οι ζώνες πρέπει να δένονται χαμηλά, μεταξύ της προεξέχουσας κοιλίας και της πυέλου. Επίσης, διάφορες προφυλάξεις μπορούν να διευκολύνουν το αεροπορικό ταξίδι για μια έγκυο. Θα πρέπει να αποφεύγονται τροφές και ποτά που προάγουν την παραγωγή αερίων, πριν από προγραμματισμένες πτήσεις, καθώς τα παγιδευμένα αέρια προκαλούν αυξημένη διάταση με την άνοδο του υψομέτρου. Επιπρόσθετα, προφυλακτική αντιεμετική αγωγή μπορεί να χορηγηθεί σε εγκύους με έντονη ναυτία.

Οι διαθέσιμες πληροφορίες από εργασίες και συστάσεις οργανισμών καταλήγουν στο συμπέρασμα πως ο θόρυβος, η δόνηση και η κοσμική ακτινοβολία φέρουν αμελητέο κίνδυνο για τους περιστασιακούς χρήστες αεροπορικών μέσων. Ακόμη και η πιο μακρινή υπερατλαντική πτήση εκθέτει τους επιβάτες σε όχι περισσότερο από 15% των ορίων που τίθενται για τις 40 εβδομάδες της κύησης. Επομένως, θεωρείται εξαιρετικά δύσκολο για έγκυες γυναίκες που ταξιδεύουν σπάνια με αεροπλάνο να εκτεθούν σε επικίνδυνα επίπεδα. Παρόλα αυτά, αεροσυνοδοί ή έγκυες που χρησιμοποιούν αεροπορικά μέσα συστηματικά μπορεί να ξεπεράσουν τα επιτρεπόμενα όρια. Για το λόγο αυτό οι διεθνείς επιτροπές συστήνουν ότι το προσωπικό αέρος πρέπει να είναι ενημερωμένο σχετικά με θέματα υγείας και έκθεσης στην ακτινοβολία, προκειμένου να προληφθεί επαγγελματική έκθεση εγκύων σε επικίνδυνα επίπεδα κοσμικής ακτινοβολίας. Τέλος, στοιχεία μελετών δεν καταδεικνύουν πρόσθετο κίνδυνο για την έγκυο ή το έμβρυο από χρήση μηχανημάτων ελέγχου επιβατών στα αεροδρόμια τα οποία χρησιμοποιούν ιονίζουσα ακτινοβολία, καθώς τα επίπεδα που εφαρμόζονται είναι χαμηλά.

Συμπερασματικά, υπό την προϋπόθεση ότι δεν συντρέχουν ιατρικά ή μαιευτικά ανησυχητικά ζητήματα, η περιστασιακή χρήση αεροπλάνου από έγκυες γυναίκες είναι ασφαλής. Πάντοτε πρέπει να ζητείται εξατομικευμένη συμβουλή από τον ειδικό μαιευτήρα-γυναικολόγο που παρακολουθεί την κύηση και να προηγείται του ταξιδιού επικοινωνία με την εκάστοτε αεροπορική εταιρεία προς διερεύνηση των ιδιαίτερων κανονισμών.