

# Gode råd om COVID-19 til gravide, fødende og nybagte mødre/familier

COVID-19 er navnet på den sygdom, som man kan udvikle, hvis man smittes med coronavirus.



## GENERELLE RÅD

### Hvorfor er gravide i en risikogruppe for smitte med coronavirus?

Coronavirus er en ny virus og viden om, hvordan den påvirker gravide, er stadig sparsom. Gravide smittes ikke hyppigere med coronavirus end ikke-gravide, men gravide anses for at være mere sårbare overfor infektioner generelt.

Blandt smittede gravide er der påvist en let øget risiko for indlæggelse, samt fødsel før terminen. Langt de fleste gravide har enten slet ingen symptomer eller et sygdomsforløb med milde til moderate symptomer. Der er set enkelte tilfælde, hvor det nyfødte barn har været eller er blevet smittet med coronavirus. Der er ikke set øget risiko for sygdom som følge af coronavirus hos det nyfødte barn. Der er heller ikke set øget risiko for abort eller misdannelser hos barnet hos kvinder smittet med coronavirus under graviditeten.

### Skal jeg tage ekstra forholdsregler for at undgå at blive smittet?

Du anbefales i særlig grad at følge Sundhedsstyrelsens generelle retningslinjer for smitteforebyggelse. Se Sundhedsstyrelsens "[Gode råd til dig, der er i øget risiko](#)".

### Skal jeg stadig deltage i mine graviditetskontroller?

Du anbefales fortsat at deltage i alle planlagte graviditetsundersøgelser (egen læge, fødselslæge, jordemoder og ultralydsscanninger). Ved ændringer i mødeform (f.eks. ændring til telefonkonsultation), mødetid eller aflysninger, vil du modtage information om det i din e-Boks. Er du forhindret i at møde op eller har symptomer på COVID-19, skal du kontakte fødestedet for nærmere aftale.

### Skal jeg testes for coronavirus?

Under din graviditet anbefales du og din partner at følge de generelle retningslinjer om test for coronavirus. Du vil blive tilbudt en test, når du skal føde. Hvis du i graviditeten indlægges mere end 24 timer, vil du også blive tilbudt en test på fødestedet.

### Må jeg have min partner eller en pårørende med til fødslen?

Ja, du må have én person med til fødslen og denne vil de fleste steder ligeledes testes ved ankomst til fødestedet. Personen skal være rask, smittefri og må ikke have en aktuell positiv coronatest. Man betragtes som værende smittefri, hvis man har været uden symptomer i 48 timer, eller hvis man 10 dage efter sygdomsstart, har det betydeligt alment bedre og har været uden feber i mindst 48 timer. Hvis man er testet positiv, men ikke har symptomer, skal der være gået 7 dage fra testtidspunktet for, at man kan betragtes som smittefri.

### Må jeg føde hjemme?

Hvis ingen i husstanden aktuelt er testet positive eller har symptomer, kan du føde hjemme, men du skal være opmærksom på, at dette kan ændres i tilfælde af forværring af pandemien. Tal derfor med dit lokale fødested om dine muligheder.

### Vil jeg blive tilbudt vaccination mod coronavirus?

Som gravid, vil du som udgangspunkt ikke blive tilbudt vaccination. Det skyldes, at vaccinen endnu ikke er testet på gravide. Blandt gravide er der dog særlige risikogrupper, for hvem fordele ved at blive vaccineret og dermed undgå COVID-19 vejer tungere end de potentielle risici ved vaccination for moderen og fosteret. Hvis du er i en særlig risikogruppe, vil den fødselslæge som følger dig i graviditeten drøfte mulighederne med dig, og herefter, kan du tage et valg om vaccination.

Hvis du bliver gravid efter 1. vaccinedosis, anbefales det, at du venter med at få 2. vaccinedosis til du har født.



## RÅD TIL DIG SOM ER TESTET POSITIV FOR CORONAVIRUS

Hvis du er testet positiv, er der meget lille risiko for alvorlig COVID-19 sygdom. Langt de fleste gravide har enten slet ingen symptomer eller et sygdomsforløb med milde til moderate symptomer.

**Hvis du er gravid og er testet positiv for coronavirus, skal du være særlig opmærksom på symptomer og kontakte din læge/vagtlæge, hvis du oplever:**

- Nyopstået hoste
- Feber > 39,5
- Vejrtrækningsbesvær
- Sygdom over flere dage
- Manglende bedring
- Forværring af symptomer

**Du skal kontakte dit fødested ved følgende symptomer:**

- Kraftig hovedpine, hvor der ikke er effekt af paracetamol (Panodil, Pamol m.fl.), er vigtig især hvis du samtidig har forhøjet blodtryk
- Åndenød i hvile eller ved let fysisk aktivitet
- Mærker fosterbevægelser mindre end du plejer og er efter graviditetsuge 24+0
- Smerter i maven, kraftige plukkeveer eller blødning fra skeden

**Må jeg føde hjemme?**

Hvis du, din partner eller hjemmeboende børn er testet positive og/eller har symptomer, anbefales det, at du føder på hospitalet.

**Kan jeg føde som planlagt, hvis jeg er smittet med coronavirus?**

Ja, det kan du. Selvom du er testet positiv og/eller har symptomer, vil du som udgangspunkt kunne føde som planlagt. Du og din partner vil være i isolation, og personalet vil bære særlige værnemidler. Er din partner aktuell testet positiv og/eller har symptomer, kan din partner ikke deltage ved fødslen, men en anden rask pårørende er velkommen til at følge dig.

Efter fødslen kan du og dit barn ligge "hud-mod-hud". Dog kan der i særlige tilfælde være behov for, at barnet bliver overvåget på børneafdelingen.

**Skal mit barn testes og må jeg være sammen med min nyfødte efter fødsel?**

Dit nyfødte barn skal kun testes, hvis en børnelæge vurderer, at der er behov for det. Hvis dit barn er sundt og rask, skal det ikke testes, heller ikke selv om du er testet positiv.

Ja, du må gerne være sammen med din nyfødte efter fødslen, også selvom du er testet positiv. Evt. partner og andre familiemedlemmer, som er testet positive eller har symptomer, skal undgå kontakt med den nyfødte. Hvis dit barn overføres til en børneafdeling, kan du stadig være sammen med barnet, men hvis du er testet positiv og/eller har symptomer, skal I isoleres på afdelingen.

Er personer i familien testet positive og/eller har symptomer, er det vigtigt at observere dit nyfødte barn og være opmærksom på sygdomstegn hos barnet (sløvt, feber, uroligt).

Når I udskrives, vil du få udleveret en særlig information om dette, inklusiv et direkte telefonnummer til børneafdelingen. Er du i tvivl om barnets velbefindende, anbefales du at bruge denne kontakt.



## RÅD TIL DIG SOM ER TESTET POSITIV FOR CORONAVIRUS (Fortsat)

### **Må jeg amme min nyfødte og være sammen med barnet?**

Ja, det anbefales, at du ammer dit barn.

### **Følgende forholdsregler anbefales ved amning:**

- Vask dine hænder med vand og sæbe, før du rører din baby, brystpumpe eller flasker.
- Vask dit bryst med vand og sæbe før amning.
- Bær mundbind når du er i tæt kontakt med dit barn, også når du ammer.
- Anvender du maskine til udmalkning, skal du følge anbefalingerne til rengøring af pumpen efter hver brug.

### **Må mine andre børn være sammen med den nyfødte?**

Raske børn må gerne være sammen med den nyfødte. Syge børn, og børn med symptomer på sygdom, bør undgå tæt kontakt med den nyfødte, og der skal være ekstra opmærksomhed på rengøring og håndvask i hjemmet.

### **Kommer sundhedsplejersken på besøg?**

Hvis du er testet positiv og endnu ikke ude af isolation, vil sundhedsplejersken som udgangspunkt stadig komme på besøg på 4.-5. dagen, men sundhedsplejersken vil ringe til dig inden besøget. Øvrige besøg vil aftales med din sundhedsplejerske.