

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



GENERELLE RÅD

Hvorfor er gravide i en risikogruppe for smitte med coronavirus?

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, hovedsagligt i sidste tredjedel af graviditeten, 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 af kvinder smittet med coronavirus under graviditeten. Udenlandske studier viser at der er let øget risiko for fosterdød hos kvinder smittet med coronavirus.

Skal jeg lade mig vaccinere mod coronavirus?

Sundhedsstyrelsens [anbefaler COVID-19 vaccination til gravide og ammende kvinder](#). Vaccinationen anbefales udført i 2. eller 3. trimester. Der er ikke set øget risiko for aborter, misdannelser eller for tidlige fødsler hos gravide, der er vaccineret for COVID-19.

Ammende kvinder kan vaccineres med det samme, uafhængigt af hvor længe kvinden har ammet eller hvornår hun har født.

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 testes for coronavirus?

Under din graviditet anbefales du og din partner at følge de generelle retningslinjer om test for coronavirus. Hvis du ikke er vaccineret vil du blive tilbudt en test, når du skal føde. Hvis du har symptomer på COVID-19, vil du blive tilbudt en test, når du skal føde eller hvis du indlægges.

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

Ja, du må have pårørende med til fødslen. Personerne skal være raske, smittefrie og må ikke have en aktuel positiv coronatest. Man betragtes som værende smittefri, hvis man er vaccineret og ikke har COVID-19 symptomer.

Pårørende, der er testet positive for coronavirus, må deltage i fødslen, hvis de har været uden symptomer i 48 timer, eller hvis de 10 dage efter sygdomsstart har det betydeligt alment bedre og har været uden feber i mindst 48 timer.

Hvis pårørende er testet positive, 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 som udgangspunkt føde hjemme. Tal med din jordemoder om hjemmefødsel.



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 er 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.