

# Coronavirus of COVID-19 en zwangerschap

Patiënteninformatie – Wat u moet weten, wat u moet vragen.

**28 maart 2020: de hier verstrekte informatie is gebaseerd op een klein aantal zwangere vrouwen met deze infectie. Dagelijks komt er nieuwe informatie beschikbaar. Wij raden u aan om samen met uw arts of verloskundige te spreken over de meest actuele informatie.**

## Wat is COVID-19?

COVID-19 is een infectie die wordt veroorzaakt door een coronavirus, een virus vergelijkbaar met de virussen die een verkoudheid veroorzaken. Hoewel de meeste mensen zich niet anders zullen voelen dan wanneer ze alleen maar verkouden zijn, hebben mensen met andere gezondheidsproblemen, zoals longproblemen, diabetes of overgewicht een groter risico om ernstig ziek te worden of ernstige longproblemen te krijgen. Mensen met COVID-19 hebben meestal koorts en een hoest, of voelen zich kortademig. Bij toename van klachten kunnen zij ernstige ademhalingsproblemen krijgen waarvoor zij moeten worden opgenomen in het ziekenhuis en soms op de intensive care.

## Hoe verspreidt het zich?

Het virus dat COVID-19 veroorzaakt, verspreidt zich meestal door contact met iemand die besmet is geraakt of die ziek is, of door contact met voorwerpen die zij onlangs hebben aangeraakt of waarop zij hebben geniesd of gehoest. Het virus kan worden gevonden in het speeksel of neusslijm. Het virus komt het lichaam binnen door in contact te komen met de mond, de neus of de ogen.

## Hoe kan ik voorkomen dat ik COVID-19 krijg?

Regelmatig je handen wassen nadat je in contact bent geweest met voorwerpen buitenshuis en voorkomen dat je je gezicht met de handen aanraakt, zijn de belangrijkste maatregelen om te voorkomen dat je ziek wordt. Sociale afstand nemen (bij voorkeur 2 meter van anderen afstand houden) en zoveel mogelijk thuis blijven zijn ook goede manieren om de besmetting te voorkomen. Om besmetting van anderen te voorkomen, moet men niezen of hoesten in de binnenste deel van de elleboog en *niet de mond met de hand bedekken*.

## Moet ik het ziekenhuis of het bezoek aan mijn verloskundige vermijden?

Als je zwanger bent, heb je regelmatig afspraken met een arts of een verloskundige. Die zijn belangrijk voor je gezondheid en die van je baby en mogen pas na overleg met uw arts of

# Coronavirus of COVID-19 en zwangerschap

*Patiënteninformatie – Wat u moet weten, wat u moet vragen.*

verloskundige gemist worden. Sommige afspraken kunnen telefonisch of via een videogesprek plaatsvinden. Uw arts of verloskundige zal bekijken of dit voor u geschikt is. Als u in de zwangerschap klachten heeft of daarover twijfelt, aarzel dan niet om contact op te nemen met uw arts of verloskundige en met hen te bespreken wat de beste zorg voor u is. Als u naar de verloskundige of het ziekenhuis gaat, was dan regelmatig uw handen als u voorwerpen aanraakt, raak uw gezicht niet aan met uw handen en probeer ten minste 2 meter afstand te houden van andere mensen in de wachtruimte. Was ook je handen als je weggaat.

Wanneer je hoest laat dit van tevoren aan de arts of verloskundige weten, zij zullen kijken waar en wanneer je ze kunnen ontvangen en met welke bescherming. Wanneer COVID-19 bij u is vastgesteld en u een afspraak heeft staan, neem dan contact op met uw arts of verloskundige voor begeleiding. Ze zullen kijken of uw volgende afspraak kan blijven staan of moet worden verplaatst tot dat u genezen bent.

## **Is COVID-19 gevaarlijk tijdens de zwangerschap?**

We hebben weinig informatie over zwangere vrouwen die ziek zijn geworden met COVID-19. Het beste is om besmetting te vermijden. Uit de weinige informatie die we hebben, lijkt het erop dat zwangere vrouwen met COVID-19 niet zieker worden dan vrouwen van dezelfde leeftijd die niet zwanger zijn. Vrouwen met andere gezondheidsproblemen, met name longproblemen, hoge bloeddruk, diabetes, overgewicht of HIV lopen een groter risico om zieker te worden. Als dit voor u het geval is, zult u strenger in de gaten worden gehouden dan andere zwangere vrouwen die ook de diagnose COVID-19 krijgen. De meeste gezonde zwangere vrouwen die positief testen, kunnen thuis blijven en daar verzorgd worden. Wanneer de klachten echter erger worden moeten zij snel naar het ziekenhuis gaan, om ernstige problemen voor de moeder of de zwangerschap te voorkomen. Het is belangrijk om zwangere vrouwen die erg ziek worden adequaat te behandelen. Als de artsen in het ziekenhuis weten dat u zwanger bent, zullen ze alle nodige maatregelen nemen om ervoor te zorgen dat u en uw baby veilig zijn. Moeders die erg ziek worden lopen een groter risico om eerder te bevallen en moeten daarom worden opgenomen en goed in de gaten worden gehouden. Paracetamol is veilig tijdens de zwangerschap als u koorts heeft.

## **Is COVID-19 gevaarlijk voor mijn baby tijdens de zwangerschap?**

Er is zeer weinig informatie beschikbaar over de kans van besmetting voor de foetus als de moeder het virus heeft. In een studie wordt beschreven dat 3 baby's voor de geboorte antistoffen hadden ontwikkeld tegen het virus. Er zijn geen aanwijzingen dat COVID-19 het risico op aangeboren afwijkingen verhoogt. Echter we kennen maar enkele vrouwen die het virus hebben doorgemaakt tijdens de zwangerschap. Hoge koorts rond 6 weken zwangerschap of 4 weken nadat de zwangerschap tot stand is gekomen, kan in verband worden gebracht met een hoger risico op afwijkingen aan de wervelkolom en de hersenen van

# Coronavirus of COVID-19 en zwangerschap

*Patiënteninformatie – Wat u moet weten, wat u moet vragen.*

de baby. Het risico op een afwijking blijft erg laag. Zoiets gebeurt bij ongeveer 2 per 1000 vrouwen met koorts aan het begin van de zwangerschap, vergeleken met 1 op de 1000 vrouwen die vroeg in de zwangerschap geen koorts hebben gehad. Bespreek dit met je verloskundige of gynaecoloog en ze zullen je zo nodig voor een uitgebreid echo-onderzoek tussen 18 en 20 weken verwijzen.

Het grootste risico voor de baby is wanneer u erg ziek wordt en vroegtijdig gaat bevallen, of als artsen moeten beslissen de baby eerder geboren te laten worden omdat de baby het niet goed doet als gevolg van uw ziekte. Hoe dichter bij uw uitgerekende datum, hoe kleiner de risico's voor de baby. Als u COVID-19 heeft en u bevalt, kan uw lichaam mogelijk niet zoveel zuurstof opnemen als normaal. Dit kan het voor de baby moeilijker maken om de bevalling te doorstaan. Daarom wordt in deze situatie aanbevolen om in het ziekenhuis te bevallen waarbij de baby nauwlettend en continu in de gaten kan worden gehouden en waar indien nodig een keizersnede mogelijk is. Er zijn op dit moment geen redenen om voor een keizersnede te kiezen in plaats van een vaginale bevalling als een moeder COVID-19 heeft, tenzij daar een andere reden voor is. Er schijnt een klein risico te zijn dat de baby tijdens de geboorte door een zieke moeder kan worden geïnfecteerd. Van 3 casussen is bekend dat dit gebeurd is, maar alle drie pasgeborenen zijn goed genezen.

Sommige onderzoeken met vergelijkbare virussen laten mogelijk zien dat de baby niet zo goed groeit na een infectie die lijkt op COVID-19. De meeste experts bevelen 2 tot 4 weken na het einde van de infectie ten minste één echo aan om te kijken of de baby goed groeit. Het wordt ook aanbevolen om tijdens de zwangerschap minimaal om de 4 weken een groei-echo te maken om te kijken hoe de baby groeit.

## **Als ik COVID-19 kort na de geboorte oploop, is dat gevaarlijk voor mijn baby?**

Het is onduidelijk of moeders met COVID-19 wel of niet van hun baby's moeten worden gescheiden. Er zullen landelijke en regionale verschillen zijn, afhankelijk van de lokale situatie met COVID-19. Vaak wordt gezegd dat het mogelijk is om bij je baby te blijven als je je goed voelt. In sommige omstandigheden kan het wel nodig zijn dat u van uw baby wordt gescheiden. Vraag uw arts of verloskundige of dit voor u het geval is. U moet ervoor zorgen dat u het virus niet doorgeeft aan uw baby. U kunt dit het beste doen door uw handen te wassen voordat u de baby aanraakt, het gezicht van de baby niet aan te raken, hoesten of niezen op de baby te vermijden of een masker te dragen bij de verzorging van uw baby. Als u niet direct voor de baby zorgt (bijvoorbeeld als de baby slaapt), probeer dan minimaal 2 meter afstand van de baby te houden om het risico op infectie voor de baby te verminderen.

## **Kan ik borstvoeding geven wanneer ik COVID-19 heb?**

# Coronavirus of COVID-19 en zwangerschap

Patiënteninformatie – Wat u moet weten, wat u moet vragen.

Bij enkele vrouwen met COVID-19 is de moedermelk getest en er werd geen virus in de melk gevonden. Het lijkt dus veilig om uw moedermelk aan uw baby te geven, zelfs als u COVID-19 heeft. Om te zorgen dat u het virus niet doorgeeft aan uw baby is het ontzettend belangrijk dat u uw handen goed wast voordat u de baby aanraakt, het gezicht van de baby niet aanraakt en dat u niet hoest of niest in de buurt van de baby en dat u een masker draagt tijdens het geven van borstvoeding. Een andere goede optie is om de moedermelk af te kolven en aan de baby laten geven door iemand die niet ziek is. Ook bij het kolven is het belangrijk om uw handen te wassen voordat u dit doet.

## Wat als iemand bij mij thuis symptomen van COVID-19 heeft nadat mijn baby is geboren?

Als iemand bij u thuis ziek is en betrokken is bij de zorg voor de baby, moeten ze oppassen dat ze het virus niet doorgeven aan de baby. Dit kunnen zij het beste doen door alle boven genoemde maatregelen ( handen wassen voordat zij de baby aanraken, niet hoesten of niezen in de buurt of de baby en een masker dragen) te hanteren als ze betrokken zijn bij de verzorging van de baby.

Het liefst moeten ze op minimaal 2 meter afstand van de baby houden. Vergeet dan ook niet om je handen te wassen voordat je voor de baby zorgt, zelfs als je niet ziek bent, omdat je misschien voorwerpen in huis hebt aangeraakt die in contact zijn geweest met het virus. U moet ook zelf 2 meter afstand van zieken houden en de bovengenoemde maatregelen gebruiken om te voorkomen dat u ziek wordt. Als u COVID-19 al had, lijkt recent onderzoek erop te wijzen dat uw lichaam het virus kan bestrijden zonder dat u weer ziek wordt. Maar zelfs in dit geval is het wassen van uw handen voordat u uw baby aanraakt de beste manier om te voorkomen dat het virus van de zieke of een voorwerp dat ze hebben aangeraakt, naar uw baby wordt overgedragen.

### Vragen die u aan uw verloskundige moet stellen, aangezien de richtlijnen per werelddeel verschillen:

- Ik ben in contact geweest met iemand met symptomen van COVID-19 of die daarna ziek is geworden. Moet ik mijzelf laten testen?
- Ik heb symptomen van COVID-19. Moet ik mij laten testen?
- Moeten mijn familie en ik ons thuis isoleren?
- Ik heb COVID-19 in de zwangerschap opgelopen. Wanneer moet ik een echo laten maken om de gezondheid van de baby te controleren?
- Moet ik worden gescheiden van mijn pasgeboren baby terwijl ik ziek ben?

Disclaimer:

# Coronavirus of COVID-19 en zwangerschap

Patiënteninformatie – Wat u moet weten, wat u moet vragen.

*De inhoud van [deze folder / onze website] is uitsluitend bedoeld als algemene informatie. Het is niet bedoeld als medisch advies waarop u moet vertrouwen. U moet professioneel of gespecialiseerd individueel medisch advies inwinnen met betrekking tot uw individuele positie voordat u actie onderneemt of zich onthoudt van enige actie op basis van de inhoud van [deze folder / onze website]. Hoewel veel inspanning wordt geleverd om de informatie uit [onze folders / website] bij te werken, geven we geen verklaringen, garanties, expliciet of impliciet, dat de inhoud van [onze folder / website] accuraat, volledig of actueel is.*

*Laatst bijgewerkt op 28 maart 2020*