

# Coronavirus und Schwangerschaft

Antworten auf die wichtigsten Fragen sowie Verhaltensempfehlungen für Schwangere.

## Hintergrund

### Was ist das neue Coronavirus (COVID-19)?

Coronaviren sind eine grosse Gruppe an Viren, die Krankheiten, von der gewöhnlichen Erkältung bis hin zur schweren Atemwegserkrankungen, auslösen können. Das neue Coronavirus (SARS-CoV-2) ist ein neuer Stamm, der zuvor noch nicht beim Menschen identifiziert worden ist. COVID-19 ist die infektiöse Krankheit, die durch das letzte bekannte SARS-CoV-2 verursacht wird.

### Wie vermehrt sich das Virus?

Mit COVID-19 kann sich anstecken, wer kleine Tropfen inhaliert, die am Virus erkrankte Menschen etwa beim Husten oder Niesen absondern. Auch wer Oberflächen berührt, die durch Erkrankte kontaminiert wurden, kann sich anstecken.

### Was sind die Symptome?

Viele Infizierte haben einen milden Krankheitsverlauf und erholen sich. Die Krankheit kann jedoch auch einen schwerwiegenden Verlauf zeigen.

Die Symptome beinhalten eine Kombination aus:

- Fieber
- Husten
- Atemnot
- Muskelschmerz
- Müdigkeit
- Seltener Durchfall

## **Haben schwangere Frauen ein höheres Risiko im Vergleich zur Restbevölkerung für einen schweren Krankheitsverlauf?**

Schwangere Frauen haben in der Regel kein höheres Risiko an COVID-19 zu erkranken, oder einen schwerwiegenderen Verlauf zu haben im Vergleich zu anderen Personen aus derselben Altersgruppe.

## **Kann das Virus auf das Kind übertragen werden?**

Es gibt aktuell keine Hinweise darauf, dass das Virus während der Schwangerschaft oder während der Geburt auf das Kind übertragen wird. Neugeborene und Kleinkinder erfahren nur milde Verlaufsformen einer COVID-19-Infektion.

## **Was tun bei Krankheitssymptomen?**

Wenn Sie Fieber, Husten und Atemnot bekommen:

- Melden Sie sich telefonisch bei Ihrem betreuenden Frauenarzt/bei Ihrer betreuenden Frauenärztin oder in der Geburtsklinik.

## **Was tun bei bestätigter COVID-19-Infektion?**

- Nehmen Sie Kontakt mit Ihrer Geburtsklinik auf und informieren Sie sie über Ihre Infektion mit COVID-19.
- In der Regel werden die Schwangerschaftskontrollen normal weitergeführt. Es kann aber sein, dass bei unauffälligem Schwangerschaftsverlauf die Quarantänezeit von ca. 14 Tagen bis zur nächsten Kontrolle abgewartet wird.

## **Vorbereiten**

### **Wie können Sie sich vorbereiten?**

- Bleiben Sie körperlich aktiv, um einen guten Gesundheitszustand zu erhalten.
- Diskutieren Sie Ihre Ängste über COVID-19 mit Ihrer Geburtshelferin/Ihrem Geburtshelfer.
- Wenn Sie verschreibungspflichtige Medikamente einnehmen, sorgen Sie für ausreichenden Vorrat oder bestellen Sie diese online.

- Füllen Sie ihre Haushaltsvorräte behutsam für etwa 2 bis 4 Wochen auf. Vermeiden Sie jedoch panische Hamstereinkäufe.
- Aktivieren Sie Ihr soziales Netzwerk. Kontaktieren Sie Familie, Freunde, Nachbarn oder regionale Gesundheitseinrichtungen frühzeitig, um gemeinsam Pläne zu erstellen, was zu tun ist, falls sich COVID-19 in Ihrem Umfeld ausbreitet oder Sie selbst krank werden.
- Folgen Sie den Anweisungen des Bundesamts für Gesundheit (BAG) bezüglich der Vorkehrungen in Notfallsituationen.
- Führen Sie weiterhin ihre grundsätzlichen Hygienemassnahmen durch.

## Schützen

### Wie können Sie sich selbst und andere schützen?

- Reinigen Sie ihre Hände häufig. Waschen Sie Ihre Hände mit Seife und Wasser, oder falls Ihnen dies nicht möglich ist, verwenden Sie alkoholische Händedesinfektion:
  - o Vor dem Essen und nach dem Gang auf das WC.
  - o Nach dem Naseputzen, Husten und Niesen.
  - o Nach dem Besuch öffentlicher Einrichtungen.
  - o Nach dem Kontakt mit Oberflächen in öffentlichen Einrichtungen.
  - o Nach dem Kontakt mit anderen Menschen.
- Meiden Sie Kontakt zu Kranken, insbesondere zu jenen mit Husten.
- Berühren Sie ihr Gesicht nicht mit den Händen.
- Meiden Sie Versammlungen und andere soziale Zusammenkünfte.
- Wenden Sie in Ihrer Umgebung das „social distancing“ an, d.h.:
  - o Halten sie die Distanz von 2 m ein.
  - o Meiden Sie Menschenmengen, insbesondere in engen und schlecht belüfteten Räumen.
  - o Umgehen Sie die Stosszeiten zur Erledigung Ihrer Haushaltseinkäufe.
  - o Meiden Sie die öffentlichen Verkehrsmittel zu Stosszeiten.
  - o Führen Sie sportliche Aktivitäten im Freien aus.
- Wenn Sie während der COVID-19-Ausbreitung Husten entwickeln, tragen sie zusätzlich zu den oben genannten Massnahmen eine Gesichtsmaske. Dies schützt Ihr Umfeld vor einer Ansteckung.

V\_20.3.2020/Gyn/mwn