

**COVID - 19**  
**Ráðleggingar Barnaspítala Hringsins**  
**varðandi börn og unglunga**  
**útg. 16. mars 2020**

Veiran sem veldur COVID-19 sjúkdómi hefur nú breiðst út um allan heim, þar á meðal til Íslands. Foreldrar hafa töluvert leitað til Barnaspítala Hringsins um upplýsingar um viðbrögð vegna barna og unglunga.

Við leggjum áherslu á að nota almenna skynsemi við ákvarðanir, láta óttann ekki ná tökum á okkur og fara að ráðleggingum sóttvarnalæknis. Þessi faraldur mun ganga yfir og best er að takast á við þetta tímabundna ástand með yfirvegum og skynsemi að leiðarljósi. Einnig leggjum við áherslu á vandaða umfjöllun um sýkingar af völdum veirunnar og varast að vekja óþarfa ótta hjá börnum og unglungum.

[Barnaspítali Hringsins bendir á eftirfarandi:](#)

- COVID-19 veldur oftast hita, hálssærindum, hósta, höfuðverkjum og beinverkjum en þessi einkenni eru svipuð og við árlega influensu. COVID-19 getur valdið alvarlegum sýkingum, einkum hjá öldruðum og einstaklingum sem eru með alvarlega sjúkdóma (ss alvarlega ónæmisgalla, hjarta- og lungnasjúkdóma) eða á sterkri ónæmisbælandi meðferð. Þessir undirliggjandi þættir auka þó ekki líkur á smiti.
- Reikna ætti með að COVID-19 muni breiðast nokkuð út á Íslandi á næstu vikum.
- Athyglisvert er að COVID-19 virðist ekki leggjast eins þungt á börn eins og fullorðna.

- 
- Á meðan COVID-19 hefur ekki greinst í skóla eða leikskóla barnsins/unglingsins þíns teljum við ekki nauðsynlegt að halda barninu/unglingnum heima. Skólarnir og leikskólarnir halda uppi ágætu hreinlæti eftir því sem kostur er og barnið/unglingurinn fer að sjálfsögðu eftir þeim leiðbeiningum.
  - Greinist COVID-19 í skóla eða leikskóla barnsins/unglingsins skal fara að þeim ráðleggingum/tilmælum Sóttvarnarlæknis sem í gildi eru á hverjum tíma. Um börn með mildari sjúkdóma gilda almennt sömu reglur og um önnur börn.
  - Rétt er að ítreka við börn handþvott og hreinlæti, einkum í skólanum eða leikskólanum. Þá er ágætt að forðast faðmlög og kossa utan heimilis!
  - Á heimilinu gilda almennar hreinlætisreglur sem fyrr og ekki ástæða til að hætta að knúsa krakkana – nema veikindi séu til staðar.

**Börn í sérstökum áhættuhópum**

- Mögulegt er að sum börn þoli COVID-19 sýkingu verr en önnur börn. Þess vegna er hér leitast við að skilgreina betur hvaða sjúkdómar auka hættuna á alvarlegum einkennum.

Langlíklegast er að að börn sem smitast af COVID-19 sýni einungis væg einkenni en þegar eftirtaldir sjúkdómar eru til staðar gætu einkenni sýkingar orðið meiri og alvarlegri:

Langvinnir lungnasjúkdómar, og þá sérstaklega:

- Slímseigjusjúkdómur (cystic fibrosis)
- Langvinnur lungnasjúkdómur í kjölfar fyrirburafæðingar
- Primary ciliary dyskinesia
- Ákveðnir meðfæddir gallar á lungnavef

Alvarlegir hjartasjúkdómar, og þá sérstaklega:

- Hjartabilun sem krefst lyfjameðferðar
- Blámahjartagallar með marktækt lækkaðri súrefnismettun (að staðaldri <90%)

Líffæraþegar (hjarta, lifur, nýru)

- Fyrstu 6 mánuðina eftir ígræðslu ef meðferð gengur samkvæmt áætlun.

Alvarlegir langvinnir taugasjúkdómar, og þá sérstaklega:

- Illvíg flogaveiki (með tíðum flogum)
- Vöðva-, tauga- eða efnaskiptasjúkdómar sem hafa áhrif á lungnastarfsemi

- Í ljósi þess að samfélagssmitum COVID-19 veirunnar fer fjölgandi, er ráðlegt að börn sem hafa ofangreinda sjúkdóma sæki hvorki dagvistun né skóla næstu vikunnar, þar til annað verður ákveðið.

-----

- Leiki grunur á að barnið/unglingurinn hafi smitast af COVID-19 á **ekki** að leita á bráðamóttöku Barnaspítala Hringins, heilsugæslu eða aðrar móttökur heldur hringja í símanúmer 1700 og fá ráðleggingar um næstu skref.
- Hafa má í huga að margar aðrar veirusýkingar sem gefa sambærileg einkenni frá öndunarferum eru nú algengar í samfélaginu. Fáí barnið/unglingurinn öndunarferaeinkenni er mikilvægt að halda ró sinni enda miklar líkur á að orsökkin sé önnur en COVID-19.