



UK Health
Security
Agency



Isang gabay sa bakuna laban sa COVID-19 para sa mga buntis na babae o nagpapasuso

Ang bakuna laban sa COVID-19 ay mahigpit na inirerekomenda ng Royal College of Obstetricians and Gynecologists at Royal College of Midwives para sa mga buntis at nagpapasuso. Ang mga bakuna laban sa coronavirus (COVID-19) na available sa UK ay ang pinakaligtas at pinakamabisang paraan para protektahan ka at ang iyong sanggol.

Payo tungkol sa bakuna laban sa COVID-19 sa panahon ng pagbubuntis

Ayon sa payo ng Joint Committee on Vaccination and Immunization (JCVI), mas nasa panganib ng malubhang sakit mula sa COVID-19 ang mga buntis na kababaihan. Inaalok ang booster sa panahon ng taglagas sa mga nasa mataas na panganib ng mga komplikasyon mula sa pagkakasakit mula sa COVID-19, na maaaring hindi nabigyan ng booster sa loob ng ilang buwan. Kasama rito ang mga buntis na babae. Habang tumataas ang bilang ng mga pagkakasakit sa COVID-19 sa taglamig, dapat makatulong ang booster na ito upang mabawasan ang iyong panganib na maospital dahil sa COVID-19. Ang booster ay maaari ding magbigay ng ilang proteksyon laban sa banayad na impeksyon sa Omicron ngunit ang naturang proteksyon ay hindi nagtatagal ng mahabang panahon.

Inaalok sa iyo ang bakuna upang protektahan ka at ang iyong sanggol. Sa UK, mahigit 250,000 kababaihan ang nabakunahan bago sila manganak, na pangunahing gamit ay mga bakuna ng Pfizer at Moderna.

Ang mga bakunang ito ay may magandang profile sa kaligtasan sa mga buntis na kababaihan at kanilang mga sanggol. Ang mga bakuna laban sa COVID-19 ay hindi naglalaman ng live na coronavirus at hindi maaaring magdulot na magkasakit ng COVID-19 ang isang buntis o ang kanyang hindi pa isinisilang na sanggol sa sinapupunan.

Patuloy na sinusuri ng World Health Organization at ng mga ahensyang pampangasiwaan sa UK, US, Canada at Europe ang ebidensya sa mga bakuna laban sa COVID-19.

Ang bakuna laban sa COVID-19 ay ang pinakaligtas at pinakapektibong paraan para maprotektahan ng mga kababaihan ang kanilang mga sarili at ang kanilang mga sanggol laban sa malubhang sakit na COVID-19. Ang mga babaeng hindi nabakunahan na nabuntis ay mahigpit na hinihikayat na lumapit para sa kanilang bakuna.

Ang mga babaeng buntis na dati nang nabakunahan ay dapat magpaturok ng booster na dosis ngayong taglagas.

Bakit kailangan mo ng bakuna kung ikaw ay buntis

Kung mayroon kang sakit na COVID-19 sa bandang dulo ng pagbubuntis, ikaw at ang iyong hindi pa isinisilang na sanggol ay nasa mas mataas na panganib ng malubhang sakit na nangangailangan ng paggamot sa ospital, at suporta sa intensive care.

Ang pangkalahatang panganib mula sa sakit na COVID-19 para sa iyo at sa iyong bagong sanggol ay mababa ngunit tumataas sa iba't ibang wave ng COVID-19. Ang posibilidad ng impeksyon ay maaari ding biglang magbago nang napakabilis at ito ay inaasahang tataas sa taglamig.

Ang mga bakuna laban sa COVID-19 ay nagbibigay sa iyo ng mataas na antas ng proteksyon laban sa sakit ngunit bumababa ang antas ng proteksyon sa paglipas ng panahon. Kahit na mayroon ka nang mga bakuna laban sa COVID-19 o nagkaroon ka na ng COVID-19, ang booster sa taglagas ay mahalaga upang matulungan ka at ang iyong sanggol na manatiling ligtas sa mga darating na buwan ng taglamig kung kailan inaasahang tataas ang antas ng sakit.

May nakakapanatag na impormasyon sa kaligtasan ng mga bakuna laban sa COVID-19 na ibinibigay sa mga buntis na kababaihan sa UK, kung saan mahigit 250,000 kababaihan ang nabakunahan bago manganak, at sa maraming iba pang bansa kabilang ang US at Australia.

Pagsasaoras ng booster sa taglagas

Dapat kang alukin ng appointment sa pagitan ng Setyembre at Disyembre, kung saan ang mga nasa pinakamataas na panganib ay ang unang tatawagin.

Dapat ay mabakunahan ka ng iyong booster nang hindi bababa sa 3 buwan pagkatapos ng iyong huling dosis ng bakuna.

Maaari mong makuha ang iyong bakuna laban sa trangkaso nang sabay. Mahalaga na ikaw ay protektado sa panahon ng iyong pagbubuntis upang mapanatiling ligtas ka at ang iyong sanggol. Huwag maghintay hanggang nakapanganak ka na.



Mga salik ng panganib ng mga buntis na kababaihan

Kung mayroon kang mga kondisyong medikal tulad ng:

- problema sa immune system
- hika
- altapresyon
- sakit sa puso
- diyabetes



O kung ikaw ay:

- sobra sa timbang
- lampas ng 35 taong gulang
- nasa iyong ikatlong trimester ng pagbubuntis (higit sa 28 linggo)
- mula sa etnikong minority na itim at Asyano
- nananatiling hindi nabakunahan o bahagyang nabakunahan



Mas nasa panganib ka mula sa COVID-19 kaysa sa mga babaeng nasa parehong edad na hindi buntis.

Ang mga buntis na kababaihan na may kondisyong medikal ay nasa mas mataas na panganib na makaranas ng malubhang komplikasyon mula sa COVID-19.

Kung ikaw ay buntis

Ang mga panganib mula sa sakit na COVID-19 para sa mga buntis na kababaihan at kanilang hindi pa isinisilang na mga sanggol at kung gaano kadalang mahawa ay nagbago sa iba't ibang strain ng COVID-19. Hindi namin mahuhulaan kung aling mga bagong strain ang lalabas, kaya mahalagang tiyakin na ikaw ay protektado nang mabuti kung ikaw ay buntis. May ebidensya na ang pagbabakuna sa pagbubuntis ay maaaring makatulong na maiwasan ang pagpapaospital ng mga sanggol dahil sa COVID-19 sa unang 6 na buwan ng kanilang buhay. Ito ay dahil ang immunity ng isang ina ay maaaring maipasa sa sanggol sa sinapupunan at ito ay nagbibigay ng panandaliang proteksyon pagkatapos ng kapanganakan.

Ang mga babaeng buntis ay nakauri bilang nasa grupo na may klinikal na panganib sa loob ng programa ng bakuna laban sa COVID-19. Ang mga babaeng hindi nabakunahan na nabuntis ay mahigpit na hinihikayat na magbabakuna ng kanilang unang 2 dosis. Ang mga babaeng buntis at dati nang nabakunahan ay dapat magkaroon ng booster na dosis ngayong taglagas.

Pagbubuntis

Hindi kailangang iwasan ang pagbubuntis pagkatapos mabakunahan laban sa COVID-19. Natuklasan ng iba't ibang siyentipikong pag-aaral na ang mga bakuna laban sa COVID-19 ay walang epekto sa fertility ng lalaki o babae, sa iyong mga tsansang mabuntis o sa iyong panganib na makunan. Humigit-kumulang sa 100,000 kababaihan sa Inglatera ang nagkaroon ng bakuna laban sa COVID-19 bago sila nabuntis at nagpatuloy sa pagluwal ng kanilang sanggol.

Pagpapasuso

Alam ng lahat ang mga benepisyo ng pagpapasuso.

Inirekomenda ng JCVI na ang mga bakuna ay maaaring matanggap habang nagpapasuso. Ito ay alinsunod sa mga rekomendasyon mula sa US at World Health Organization. Ang mga babaeng nabakunahan ay nakakalikha ng mga antibody na tumutulong sa pagprotekta sa kanila laban sa sakit na COVID-19. Ang mga antibody na ito ay matatagpuan din sa gatas ng ina at maaaring makatulong na protektahan ang mga sanggol na pinapasuso. Ang bakuna mismo ay hindi pumapasok sa gatas ng ina.

Aling bakuna ang iaalok sa iyo?

Bibigyan ka ng booster na dosis ng bakunang gawa ng Pfizer o Moderna. Maaari kang alukin ng mas bagong bersyon na kumbinasyon ng mga booster na bakuna na ito – kasama sa mga kumbinasyong bakuna ang kalahating dosis ng nakaraang bakuna na sinamahan ng kalahating dosis ng bakuna laban sa variant na Omicron. Para sa napakaliit na bilang ng mga tao, maaaring ipayo ng inyong doktor ang ang iba pang produkto ng bakuna.

Ang nauna at ang kumbinasyong mga bakuna ay lubos na nagpapalakas ng proteksyon, bagama't ang kumbinasyong mga bakuna ay gumagawa ng bahagyang mas mataas na antas ng antibody laban sa ilang strain ng Omicron.

Dahil hindi natin mahuhulaan kung aling mga variant ng COVID-19 ang lalabas ngayong taglamig, napagpasyahan ng JCVI na maaaring gamitin ang parehong uri ng bakuna sa mga nasa hustong gulang, at hindi dapat ipagpaliban ng sinuman ang pagbabakuna upang makatanggap ng mga kumbinasyong bakuna. Kaya't bibigyan ka ng tamang bakuna para sa iyo sa tamang panahon.

Mangyaring tanggapin ang pagbabakuna na inaalok sa iyo sa lalong madaling panahon - mahalagang magkaroon ka ng iyong booster at bumuo ng iyong proteksyon laban sa malubhang sakit bago ang taglamig.

Iba pang mga bakuna na inaalok sa panahon ng pagbubuntis

Inirerekomenda rin sa panahon ng pagbubuntis ang mga bakuna upang protektahan ka at ang iyong sanggol laban sa trangkaso at upang protektahan ang iyong sanggol laban sa tuspirina (ubong-dalahit) mula sa kapanganakan. Ang iba't ibang bakunang ito ay maaaring ligtas na ibigay nang magkasama o maaaring ibigay nang hiwalay at magbibigay pa rin ng proteksyon.

Ang iyong mga bakuna laban sa trangkaso at COVID-19 ay maaaring ibigay nang magkasama dahil ibinibigay ang mga ito sa parehong oras ng taon sa anumang yugto ng pagbubuntis.

Mahalagang magkaroon ng bakuna laban sa tuspirina pagkatapos mong maabot ang 16 na linggo ng pagbubuntis upang matiyak na ang iyong sanggol ay may sapat na mataas na antas ng proteksyon kapag sila ay ipinanganak. Ang bakunang ito ay karaniwang ibinibigay pagkatapos ng iyong pag-scan sa 18 hanggang 20 linggo ng pagbubuntis at sa gayon ay maaari kang magpabakuna nito sa ibang appointment, depende sa kung kailan ka nabuntis.

Maaari ka pa bang mahawa ng COVID-19 matapos magpabakuna?

Ang COVID-19 booster ay magpapababa ng posibilidad na magkasakit ka nang malubha mula sa COVID-19 ngayong taglamig. Maaaring tumagal ng ilang araw bago makabuo ang iyong katawan ng karagdagang proteksyon mula sa booster.

Tulad ng lahat ng gamot, walang bakuna ang ganap na epektibo – maaaring magkaroon pa rin ng COVID-19 ang ilang tao sa kabila ng pagkakaroon ng pagbabakuna, ngunit ang anumang pagkakasakit ay dapat na hindi na ganoon kalubha.

Bukod sa pagpapabakuna, may mga simpleng bagay na maaari mong gawin sa iyong pang-araw-araw na buhay na makakatulong na mabawasan ang pagkalat ng COVID-19 at iba pang impeksyon sa paghinga at protektahan ang mga nasa pinakamataas na panganib. Para sa higit pang impormasyon tingnan ang [Payo ng NHS](#).



Mga side effect

Tulad ng lahat ng gamot, ang mga bakuna ay maaaring magdulot ng mga karaniwang side effect. Ang mga side effect ng bakuna laban sa COVID-19 ay magkapareho sa mga buntis at hindi buntis na kababaihan. Walang natukoy na partikular na panganib para sa mga buntis na kababaihan, sa kanilang mga pagbubuntis o sa kanilang mga sanggol. Maaaring makatutulong na tiyaking alam mo kung ano ang aasahan pagkatapos mong magpabakuna, lalo na kung nanganak ka na o may ibang mga anak na aalagaan.

Pakibasa ang [pagbabakuna laban sa COVID-19: ano ang aasahan pagkatapos ng pagbabakuna](#)

Mga karaniwang side effect

Tulad ng iyong nakaraang dosis, ang mga karaniwang side effect ay pareho para sa lahat ng mga bakuna laban sa COVID-19, kabilang ang mga kumbinasyong bakuna na ginagamit ngayong taglagas, at kasama rito ang:

- pagkakaroon ng masakit, mabigat at sensitibo na pakiramdam sa braso kung saan ka ininiksiyunan - ito ay malamang na maging pinakamalala sa loob ng 1 hanggang 2 araw pagkatapos ng pagbakuna
- pagod ang pakiramdam
- sakit ng ulo
- pangkalahatang pananakit o mga sintomas na tulad ng sa banayad na trangkaso

Maaari kang magpahinga at uminom ng paracetamol (sundin ang payo sa dosis na nakasaad sa pakete) upang matulungan kang bumuti ang iyong pakiramdam.

Bagama't maaaring magkaroon ng lagnat sa loob ng isa o dalawang araw pagkatapos ng pagbabakuna, kung mayroon kang iba pang sintomas ng COVID-19 o mas matagal ang iyong lagnat, manatili sa bahay at maaaring kailanganin mong magpa-test. Ang mga sintomas pagkatapos ng pagbabakuna ay karaniwang tumatagal ng wala pang isang linggo.

Kung tila lumala ang iyong mga sintomas o kung nag-aalala ka, maaari kang tumawag sa NHS 111 o gamitin ang 18001 111 kung text. Maaari ka ring mag-ulat ng pinaghihinalaang side effect ng mga bakuna at gamot sa pamamagitan ng Yellow Card scheme.

Pag-uulat ng mga side effect

Ang mga hinihinalang side effect ay maaaring i-ulat sa Yellow Card scheme:

- online sa [Yellow Card Scheme](#)
- pagtawag sa Yellow Card scheme sa 0800 731 6789 (9am hanggang 5pm)
- pag-download at paggamit ng Yellow Card app para sa Apple o Android



Malubhang mga side effect

May mga kaso ng pamamaga ng puso (tinatawag na myocarditis o pericarditis) na napakabihirang naiulat pagkatapos maturukan ng parehong Pfizer at Moderna na mga bakuna laban sa COVID-19. Ang mga kasong ito ay kadalasang nakikita sa mga nakababatang lalaki at sa loob ng ilang araw mula ng mabakunahan. Karamihan sa mga taong naapektuhan ay bumuti ang pakiramdam at mabilis na gumaling pagkatapos ng pahinga at simpleng paggamot.

Dapat kang humingi ng medikal na payo kaagad kung, pagkatapos ng pagbabakuna, nararanasan mo ang:

- pananakit ng dibdib
- kinakapos na paghinga
- pakiramdam ng pagkakaroon ng mabilis tumibok, sumisikdo o bumabayo na puso

Kung nagkaroon ka ng malubhang side effect pagkatapos ng anumang nakaraang dosis, maaari kang payuhan na iwasan o ipagpaliban ang karagdagang pagbabakuna. Dapat mong ikonsulta ito sa iyong doktor o espesyalista. Mangyaring tingnan sa ibaba ang impormasyon kung paano mag-ulat ng mga side effect.

Karagdagang impormasyon

Ang Royal College of Obstetricians and Gynecologists (RCOG) at Royal College of Midwives (RCM) ay may iba pang impormasyon na maaaring makatulong sa iyo tungkol sa [mga bakuna laban sa COVID-19 at pagbubuntis](#).

Impormasyon tungkol sa pagbubuntis, pagpapasuso, fertility at bakuna laban sa COVID-19 sa [NHS UK](#).

Kung gusto mong talakayin ang pagbabakuna laban sa COVID-19, makipag-ugnayan sa iyong midwife, doktor, o nars.

