



UK Health
Security
Agency



Οδηγός σχετικά με το εμβόλιο κατά του COVID-19 για γυναίκες που είναι έγκυες ή θηλάζουν

Το **Royal College of Obstetricians and Gynaecologists** και το **Royal College of Midwives** συνιστούν ανεπιφύλακτα το εμβόλιο κατά του COVID-19 σε γυναίκες που είναι έγκυες και θηλάζουν. Τα εμβόλια κατά του κορονοϊού (COVID-19) που διατίθενται στο Ηνωμένο Βασίλειο είναι ο ασφαλέστερος και αποτελεσματικότερος τρόπος για να προστατευτείτε εσείς και το μωρό σας.

Συμβουλές για το εμβόλιο COVID-19 κατά την εγκυμοσύνη

Σύμφωνα με τις συμβουλές της Μικτής Επιτροπής Εμβολιασμού και Ανοσοποίησης (JCVI), οι έγκυες γυναίκες διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο σοβαρής νόσησης από COVID-19. Η φθινοπωρινή αναμνηστική δόση προσφέρεται σε άτομα που ανήκουν σε ομάδα υψηλού κινδύνου λόγω επιπλοκών της λοίμωξης COVID-19, τα οποία ενδέχεται να μην έχουν λάβει αναμνηστική δόση για μερικούς μήνες. Στα άτομα αυτά περιλαμβάνονται και οι έγκυες γυναίκες. Δεδομένου ότι ο αριθμός των λοιμώξεων COVID-19 αυξάνεται κατά τη διάρκεια του χειμώνα, αυτή η αναμνηστική δόση εμβολίου θα συμβάλει στη μείωση του κινδύνου εισαγωγής σας στο νοσοκομείο λόγω COVID-19. Η αναμνηστική δόση μπορεί επίσης να παρέχει κάποια προστασία έναντι ήπιας λοίμωξης Omicron, αλλά η προστασία αυτή δεν διαρκεί για πολύ.

Το εμβόλιο σας προσφέρεται για την προστασία τη δική σας και του μωρού σας. Στο Ηνωμένο Βασίλειο, πάνω από 250.000 γυναίκες έχουν εμβολιαστεί πριν από τον τοκετό, κυρίως με τα εμβόλια Pfizer και Moderna.

Αυτά τα εμβόλια έχουν καλό προφίλ ασφαλείας στις έγκυες γυναίκες και τα μωρά τους. Τα εμβόλια κατά του COVID-19 δεν περιέχουν ζωντανό κορονοϊό και δεν μπορούν να μολύνουν μια έγκυο γυναίκα ή το αγέννητο μωρό της στη μήτρα.

Τα στοιχεία για τα εμβόλια κατά του COVID-19 επανεξετάζονται συνεχώς από τον Παγκόσμιο Οργανισμό Υγείας και τους ρυθμιστικούς φορείς στο Ηνωμένο Βασίλειο, τις ΗΠΑ, τον Καναδά και την Ευρώπη.

Το εμβόλιο κατά του COVID-19 είναι ο ασφαλέστερος και αποτελεσματικότερος τρόπος για την προστασία των γυναικών και των μωρών τους από σοβαρή νόσηση λόγω COVID-19. Οι μη εμβολιασμένες γυναίκες που μένουν έγκυες ενθαρρύνονται ιδιαίτερα να προσέλθουν για το εμβόλιο.

Γυναίκες που είναι έγκυες και έχουν εμβολιαστεί στο παρελθόν θα πρέπει να κάνουν αναμνηστική δόση αυτό το φθινόπωρο.

Γιατί χρειάζεται να εμβολιαστείτε εάν είστε έγκυος

Εάν νοσήσετε από COVID-19 σε πιο προχωρημένο στάδιο της εγκυμοσύνης, τόσο εσείς όσο και το αγέννητο μωρό σας διατρέχετε αυξημένο κίνδυνο σοβαρής νόσησης που απαιτεί νοσοκομειακή περίθαλψη και υποστήριξη σε μονάδα εντατικής φροντίδας.

Ο συνολικός κίνδυνος από τη νόσο COVID-19 για εσάς και το νεογέννητο μωρό σας είναι χαμηλός, αλλά έχει αυξηθεί σε διαφορετικά κύματα του COVID-19. Η πιθανότητα νόσησης μπορεί επίσης να αλλάξει πολύ γρήγορα και αναμένεται να αυξηθεί κατά τη διάρκεια του χειμώνα.

Τα εμβόλια κατά του COVID-19 σας παρέχουν υψηλά επίπεδα προστασίας κατά της νόσου, αλλά το επίπεδο προστασίας μειώνεται με το πέρασμα του χρόνου. Ακόμη και αν έχετε ήδη εμβολιαστεί κατά του COVID-19 ή έχετε ήδη νοσήσει από τη νόσο αυτή, η φθινοπωρινή αναμνηστική δόση είναι σημαντική προκειμένου εσείς και το μωρό σας να παραμείνετε ασφαλείς κατά τους επόμενους χειμερινούς μήνες, όταν τα επίπεδα νόσησης αναμένεται να αυξηθούν.

Υπάρχουν καθησυχαστικές πληροφορίες σχετικά με την ασφάλεια των εμβολίων κατά του COVID-19 που χορηγούνται σε έγκυες γυναίκες στο Ηνωμένο Βασίλειο, όπου πάνω από 250.000 γυναίκες έχουν εμβολιαστεί πριν από τον τοκετό, και σε πολλές άλλες χώρες, συμπεριλαμβανομένων των ΗΠΑ και της Αυστραλίας.

Χρονοδιάγραμμα για τη φθινοπωρινή αναμνηστική δόση

Θα πρέπει να σας προσφερθεί ραντεβού μεταξύ Σεπτεμβρίου και Δεκεμβρίου, με τα άτομα που διατρέχουν τον υψηλότερο κίνδυνο να καλούνται πρώτα.

Θα πρέπει να κάνετε την αναμνηστική σας δόση τουλάχιστον 3 μήνες μετά την τελευταία δόση του εμβολίου σας.

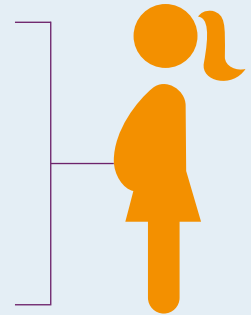
Ενδέχεται να μπορείτε να κάνετε ταυτόχρονα το εμβόλιο κατά της γρίπης. Είναι σημαντικό να προστατευτείτε κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης σας για να είστε ασφαλείς, εσείς και το μωρό σας. Μην περιμένετε μέχρι να γεννήσετε.



Παράγοντες κινδύνου για εγκύους

Εάν έχετε υποκείμενες ιατρικές παθήσεις όπως:

- προβλήματα του ανοσοποιητικού
- άσθμα
- υψηλή αρτηριακή πίεση
- καρδιακή νόσο
- διαβήτη



Ή αν είστε:

- υπέρβαρη
- ηλικίας άνω των 35 ετών
- στο τρίτο τρίμηνο της εγκυμοσύνης σας (άνω των 28 εβδομάδων)
- μαύρης ή ασιατικής εθνοτικής μειονότητας
- παραμένετε ανεμβολίαστη ή μερικώς εμβολιασμένη



Διατρέχετε μεγαλύτερο κίνδυνο από τον COVID-19 σε σχέση με γυναίκες της ίδιας ηλικίας που δεν είναι έγκυες. Οι έγκυες γυναίκες με υποκείμενες κλινικές καταστάσεις διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο να υποστούν σοβαρές επιπλοκές από τον COVID-19.

Εάν είστε έγκυος

Οι κίνδυνοι από τη νόσο COVID-19 για τις έγκυες γυναίκες και τα αγέννητα μωρά τους και το πόσο εύκολο είναι να μολυνθούν έχουν αλλάξει με τα διάφορα στελέχη του COVID-19. Δεν μπορούμε να προβλέψουμε ποια νέα στελέχη θα εμφανιστούν, επομένως είναι σημαντικό να διασφαλίσετε ότι είστε καλά προστατευμένη εάν είστε έγκυος. Από στοιχεία προκύπτει ότι ο εμβολιασμός κατά την εγκυμοσύνη μπορεί να συμβάλει στην πρόληψη των εισαγωγών των βρεφών σε νοσοκομεία λόγω του COVID-19 κατά τους πρώτους 6 μήνες της ζωής τους. Αυτό οφείλεται στο γεγονός ότι η ανοσία της μητέρας μπορεί να μεταδοθεί στο μωρό μέσα στη μήτρα και έτσι προσφέρεται βραχυπρόθεσμη προστασία μετά τη γέννηση.

Οι έγκυες γυναίκες κατατάσσονται σε κλινική ομάδα κινδύνου στο πλαίσιο του προγράμματος εμβολιασμού κατά του COVID-19. Οι μη εμβολιασμένες γυναίκες που μένουν έγκυες ενθαρρύνονται ιδιαίτερα να κάνουν τις 2 πρώτες δόσεις του εμβολίου. Οι γυναίκες που είναι έγκυες και έχουν εμβολιαστεί στο παρελθόν θα πρέπει να λάβουν αναμνηστική δόση αυτό το φθινόπωρο.

Εάν θέλετε να μείνετε έγκυος

Δεν χρειάζεται να αποφύγετε την εγκυμοσύνη μετά τον εμβολιασμό σας κατά του COVID-19. Από διάφορες επιστημονικές μελέτες έχει διαπιστωθεί ότι τα εμβόλια κατά του COVID-19 δεν ασκούν καμία επίδραση στην ανδρική ή γυναικεία γονιμότητα, στις πιθανότητες να μείνετε έγκυος ή στον κίνδυνο αποβολής. Περίπου 100.000 γυναίκες στην Αγγλία έκαναν το εμβόλιο κατά του COVID-19 πριν μείνουν έγκυες και προχώρησαν στη γέννηση του μωρού τους.

Θηλασμός

Τα οφέλη του μητρικού θηλασμού είναι γνωστά.

Η JCVI συνέστησε ότι τα εμβόλια μπορούν να λαμβάνονται κατά τη διάρκεια του θηλασμού. Αυτό είναι σύμφωνο με τις συστάσεις των ΗΠΑ και του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας. Οι εμβολιασμένες γυναίκες παράγουν αντισώματα που συμβάλλουν στην προστασία τους από τη νόσο COVID-19. Αυτά τα αντισώματα βρίσκονται επίσης στο μητρικό γάλα και μπορεί να βοηθήσουν στην προστασία των βρεφών που θηλάζουν. Το ίδιο το εμβόλιο δεν εισέρχεται στο μητρικό γάλα.

Ποιο εμβόλιο θα σας προσφερθεί;

Θα σας χορηγηθεί αναμνηστική δόση εμβολίου της Pfizer ή της Moderna Μπορεί να σας προσφερθεί μια επικαιροποιημένη συνδυαστική έκδοση αυτών των αναμνηστικών εμβολίων – τα συνδυαστικά εμβόλια περιλαμβάνουν μισή δόση του προηγούμενου εμβολίου σε συνδυασμό με μισή δόση εμβολίου κατά της παραλλαγής Omicron. Για έναν πολύ μικρό αριθμό ατόμων, ο γιατρός σας μπορεί να σας συστήσει ένα άλλο προϊόν εμβολιασμού.

Τόσο το προηγούμενο όσο και το συνδυαστικό εμβόλιο ενισχύουν πολύ καλά την προστασία, όμως τα συνδυαστικά εμβόλια παράγουν ελαφρώς υψηλότερα επίπεδα αντισωμάτων έναντι ορισμένων στελεχών της Omicron.

Δεδομένου ότι δεν μπορούμε να προβλέψουμε ποιες παραλλαγές του COVID-19 θα κυκλοφορήσουν αυτόν τον χειμώνα, η JCVI κατέληξε στο συμπέρασμα ότι και οι δύο τύποι εμβολίων μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ενήλικες και ότι κανείς δεν πρέπει να καθυστερήσει να εμβολιαστεί προκειμένου να λάβει συνδυαστικά εμβόλια. Συνεπώς, θα σας προσφερθεί το εμβόλιο που είναι κατάλληλο για εσάς τη σωστή στιγμή.

Παρακαλείσθε να αποδεχτείτε τον εμβολιασμό που σας προσφέρεται το συντομότερο δυνατό – είναι σημαντικό να κάνετε την αναμνηστική σας δόση και να ενισχύσετε την προστασία σας έναντι σοβαρής νόσησης πριν από τον χειμώνα.

Άλλα εμβόλια που προσφέρονται κατά την εγκυμοσύνη

Κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης συνιστάται επίσης το εμβόλιο της γρίπης για την προστασία τη δική σας και του μωρού σας καθώς και το εμβόλιο κατά του κοκκύτη για την προστασία του μωρού σας από τη γέννησή του. Αυτά τα διαφορετικά εμβόλια μπορούν να χορηγηθούν με ασφάλεια μαζί ή μπορούν να χορηγηθούν χωριστά και θα εξακολουθούν να παρέχουν προστασία.

Τα εμβόλια γρίπης και COVID-19 μπορούν να χορηγηθούν μαζί, καθώς χορηγούνται την ίδια εποχή του έτους σε οποιοδήποτε στάδιο της εγκυμοσύνης.

Είναι σημαντικό να κάνετε το εμβόλιο του κοκκύτη αφού έχετε συμπληρώσει την 16η εβδομάδα της εγκυμοσύνης για να διασφαλίσετε ότι το μωρό σας θα έχει αρκετά υψηλά επίπεδα προστασίας όταν γεννηθεί. Το εμβόλιο αυτό χορηγείται συνήθως μετά τον υπέρηχο που γίνεται τη 18η έως 20ή εβδομάδα της εγκυμοσύνης και έτσι μπορεί να κάνετε το εμβόλιο αυτό σε διαφορετικό ραντεβού, ανάλογα με το πότε έχετε μείνει έγκυος.

Μπορεί να κολλήσετε COVID-19 και αφού κάνετε το εμβόλιο;

Η αναμνηστική δόση εμβολίου κατά του COVID-19 θα μειώσει την πιθανότητα να νοσήσετε βαριά από COVID-19 τον φετινό χειμώνα. Μπορεί να χρειαστούν λίγες ημέρες για να αποκτήσει ο οργανισμός σας κάποια επιπλέον προστασία χάρη στην αναμνηστική δόση.

Όπως όλα τα φάρμακα, κανένα εμβόλιο δεν είναι απολύτως αποτελεσματικό – ορισμένα άτομα μπορεί να προσβληθούν από COVID-19 παρά τον εμβολιασμό τους, αλλά μάλλον θα νοσήσουν λιγότερο βαριά.

Εκτός από τον εμβολιασμό, υπάρχουν απλά πράγματα που μπορείτε να κάνετε στην καθημερινή σας ζωή και τα οποία θα συμβάλουν στη μείωση της εξάπλωσης του COVID-19 και άλλων αναπνευστικών λοιμώξεων και στην προστασία των ατόμων που διατρέχουν τον υψηλότερο κίνδυνο. Για περισσότερες πληροφορίες, δείτε στο [NHS advice](#).



Ανεπιθύμητες ενέργειες

Όπως όλα τα φάρμακα, έτσι και τα εμβόλια μπορεί να προκαλέσουν συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες. Οι ανεπιθύμητες ενέργειες του εμβολίου κατά του COVID-19 είναι παρόμοιες σε έγκυες και μη έγκυες γυναίκες. Δεν έχουν εντοπιστεί ειδικοί κίνδυνοι για τις έγκυες γυναίκες, την εγκυμοσύνη τους ή τα μωρά τους. Μπορεί να είναι χρήσιμο να βεβαιωθείτε ότι γνωρίζετε τι να περιμένετε μετά το εμβόλιο, ιδίως εάν έχετε γεννήσει το μωρό σας ή έχετε να φροντίσετε άλλα παιδιά.

Διαβάστε το [Εμβολιασμός κατά του COVID-19: τι να περιμένετε μετά τον εμβολιασμό](#)

Συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες

Όπως και με την προηγούμενη δόση σας, οι συχνές ανεπιθύμητες ενέργειες είναι οι ίδιες για όλα τα εμβόλια κατά του COVID-19, συμπεριλαμβανομένων των συνδυαστικών εμβολίων που χρησιμοποιούνται αυτό το φθινόπωρο, και περιλαμβάνουν:

- πόνο, αίσθημα βάρους και ευαισθησία στο χέρι όπου έγινε η ένεση – τα συμπτώματα αυτά τείνουν να είναι χειρότερα 1 έως 2 ημέρες μετά τον εμβολιασμό
- αίσθημα κούρασης
- πονοκέφαλο
- γενικούς πόνους ή ήπια συμπτώματα τύπου γρίπης

Μπορείτε να ξεκουραστείτε και να πάρετε παρακεταμόλη (ακολουθήστε τις οδηγίες για τη δόση που αναγράφονται στη συσκευασία) για να νιώσετε καλύτερα.

Ο πυρετός μπορεί να εμφανιστεί μέσα σε μία ή δύο ημέρες από τον εμβολιασμό, όμως αν έχετε άλλα συμπτώματα του COVID-19 ή ο πυρετός σας διαρκεί περισσότερο, μείνετε στο σπίτι και ίσως χρειαστεί να κάνετε τεστ. Τα συμπτώματα μετά τον εμβολιασμό συνήθως διαρκούν λιγότερο από μία εβδομάδα.

Εάν τα συμπτώματά σας φαίνονται να επιδεινώνονται ή εάν ανησυχείτε, μπορείτε να καλέσετε στο NHS 111 ή για τηλέφωνο κειμένου χρησιμοποιήστε το 18001 111. Μπορείτε επίσης να αναφέρετε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες των εμβολίων και των φαρμάκων μέσω του συστήματος Yellow Card.

Αναφορά ανεπιθύμητων ενεργειών

Μπορείτε να αναφέρετε πιθανολογούμενες ανεπιθύμητες ενέργειες στο σύστημα Yellow Card:

- διαδικτυακά στο [Yellow Card Scheme](#)
- καλώντας το σύστημα Yellow Card στο 0800 731 6789 (9 π.μ. έως 5 μ.μ.)
- κατεβάζοντας και χρησιμοποιώντας την εφαρμογή Yellow Card για Apple ή Android



Σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες

Έχουν αναφερθεί πολύ σπάνια περιστατικά φλεγμονής της καρδιάς (που ονομάζεται μυοκαρδίτιδα ή περικαρδίτιδα) μετά τη χορήγηση των εμβολίων κατά του COVID-19 της Pfizer και της Moderna. Τα περιστατικά αυτά έχουν παρατηρηθεί κυρίως σε νεότερους άνδρες εντός μερικών ημερών μετά τον εμβολιασμό. Οι περισσότεροι από αυτούς τους ανθρώπους αισθάνθηκαν καλύτερα και ανέρρωσαν γρήγορα μετά από ξεκούραση και απλές θεραπείες.

Θα πρέπει να ζητήσετε επείγοντως ιατρική συμβουλή εάν, μετά τον εμβολιασμό, αισθανθείτε:

- πόνο στο στήθος
- δύσπνοια
- αίσθημα ταχυκαρδίας, φτερουγίσματος ή δυνατού χτυπήματος της καρδιάς

Εάν είχατε σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες μετά από οποιαδήποτε προηγούμενη δόση, μπορεί να σας συμβουλευθούν να αποφύγετε ή να καθυστερήσετε περαιτέρω εμβολιασμό. Θα πρέπει να το συζητήσετε με το γιατρό σας ή τον ειδικό σας. Δείτε παρακάτω για να ενημερωθείτε με ποιον τρόπο μπορείτε να αναφέρετε ανεπιθύμητες ενέργειες.

Περαιτέρω πληροφορίες

Το Royal College of Obstetricians and Gynaecologists (RCOG) και το Royal College of Midwives (RCM) έχουν περαιτέρω πληροφορίες που μπορεί να τις βρείτε χρήσιμες σχετικά με τα [εμβόλια κατά του COVID-19 και την εγκυμοσύνη](#).

Πληροφορίες για την εγκυμοσύνη, το θηλασμό, τη γονιμότητα και το εμβόλιο κατά του COVID-19 στο [NHS UK](#).

Εάν θέλετε να συζητήσετε σχετικά με τον εμβολιασμό κατά του COVID-19, επικοινωνήστε με τη μαία, το γιατρό ή το νοσηλεύτη σας.

