



UK Health
Security
Agency



Ceļvedis par COVID-19 vakcīnu sievietēm, kuras ir stāvoklī vai baro bērnu ar krūti

Karaliskā dzemdību speciālistu un ginekologu koledža (RCOG, Royal College of Obstetricians and Gynaecologists) un Karaliskā vecmāšu koledža (RCM, Royal College of Midwives) stingri iesaka saņemt COVID-19 vakcīnu sievietēm, kuras ir stāvoklī vai baro bērnu ar krūti. Apvienotajā Karalistē pieejamās koronavīrusa (COVID-19) vakcīnas ir drošākais un efektīvākais veids, kā jums pasargāt sevi un savu mazuli.

Ieteikumi par vakcinēšanos pret COVID-19 grūtniecības laikā

Apvienotā vakcinācijas un imunizācijas komiteja (JCVI, Joint Committee on Vaccination and Immunisation) norāda, ka grūtniecēm ir lielāks smagas COVID-19 slimības risks. Rudens balstvakcīna tiek piedāvāta visiem, kam ir augsts komplikāciju risks COVID-19 infekcijas gadījumā un kuri dažus mēnešus nav saņēmuši balstvakcīnu. Tas attiecas arī uz sievietēm grūtniecības laikā. Tā kā COVID-19 infekciju skaits ziemā palielinās, šai balstvakcīnai vajadzētu palīdzēt samazināt jūsu risku nokļūt slimnīcā ar COVID-19. Balstvakcīna var nodrošināt zināmu aizsardzību arī pret vieglu omikrona (Omicron) infekciju, tomēr šī aizsardzība nav ilgstoša.

Jums piedāvā šo vakcīnu jūsu un jūsu mazuļa aizsardzībai. Apvienotajā Karalistē vairāk nekā 250 000 sieviešu ir vakcinētas pirms dzemdībām, galvenokārt ar Pfizer un Moderna vakcīnām.

Šīm vakcīnām ir labs drošības profils grūtniecēm un viņu mazuļiem. COVID-19 vakcīnās nav dzīvu koronavīrusu, un tās nevar inficēt grūtnieci vai viņas dzemdē esošo mazuli.

Ziņas par COVID-19 vakcīnām pastāvīgi pārskata Pasaules Veselības organizācija un regulējošās iestādes AK, ASV, Kanādā un Eiropā.

COVID-19 vakcīna ir drošākais un efektīvākais veids, kā sievietes var aizsargāt sevi un savus mazulus pret smagu saslimšanu ar COVID-19. Nevakcinētām sievietēm, kurām sākas grūtniecība, tiek stingri ieteikts pieteikties vakcinācijai.

Sievietēm, kuras ir stāvoklī un ir vakcinētas iepriekš, šoruden vajadzētu pieteikties balstvakcīnas saņemšanai.

Kāpēc jums ir vajadzīga šī vakcīna, ja esat stāvoklī

Ja jūs saslimstat ar COVID-19 grūtniecības pēdējā posmā, tad jums un jūsu nedzimušajam mazulim ir lielāks nopietnas saslimšanas risks, kad var būt nepieciešama ārstēšana slimnīcā un intensīvā aprūpe.

Vispārējais saslimšanas ar COVID-19 risks jums un jūsu mazulim ir zems, bet tas ir bijis augstāks dažādos COVID-19 viļņos. Arī inficēšanās varbūtība var ļoti strauji mainīties, un paredzams, ka ziemā tā palielināsies.

COVID-19 vakcīnas nodrošina jums augstu aizsardzības līmeni pret šo slimību, bet aizsardzības līmenis ar laiku samazinās. Pat ja jau esat vakcinējusies pret COVID-19 vai to pārslimojusi, rudens balstvakcīna ir svarīga, lai pasargātu jūs un jūsu mazuli nākamajos ziemas mēnešos, kad paredzama slimības izplatības līmeņa palielināšanās.

Esošā informācija liecina par to COVID-19 vakcīnu drošumu, kuras saņem grūtnieces Apvienotajā Karalistē, kur vairāk nekā 250 000 sieviešu ir vakcinētas pirms dzemdībām, kā arī citās valstīs, tostarp ASV un Austrālijā.

Rudens balstvakcīnas saņemšanas laiks

Vakcinēties tiks piedāvāts laikā no septembra līdz decembrim, vispirms uzaicinot personas, kas pakļautas augstākam riskam.

Jums vajadzētu saņemt balstvakcīnu vismaz 3 mēnešus pēc pēdējās vakcīnas devas.

Jums varētu būt iespējams saņemt arī gripas vakcīnu tajā pašā laikā. Ir svarīgi, lai jūs būtu pasargāta grūtniecības laikā, jo tā ir drošība jums un jūsu mazulim. Neatlieciet vakcinēšanos līdz mazuļa piedzimšanai.



Riska faktori grūtniecēm

Ja jums jau ir tādas veselības problēmas kā:

- imunitātes problēmas
- astma
- augsts asinsspiediens
- sirds slimība
- diabēts



vai ja jūs esat:

- ar lieko svaru
- vecumā virs 35 gadiem
- grūtniecības trešajā trimestrī (virs 28 nedēļām)
- no kādas melnās rases vai Āzijas etniskās minoritātes
- nevakcinējusies vai tikai daļēji vakcinējusies



tad jums ir lielāks COVID-19 radītais risks nekā tā paša vecuma sievietēm, kuras nav stāvoklī. Grūtniecēm ar jau esošām klīniskām problēmām ir augstāks nopietnu komplikāciju risks, saslimstot ar COVID-19.

Ja jūs esat stāvoklī

Saslimšanas ar COVID-19 radītie riski grūtniecēm un viņu vēl nedzimušajiem mazuļiem, kā arī inficēšanās varbūtība ir mainījusies, izplatoties dažādiem COVID-19 celmiem. Mēs nevaram paredzēt, kādi jauni celmi parādīsies, tādēļ ir svarīgi nodrošināt, lai jūs būtu labi aizsargāta grūtniecības laikā. Ir fakti, kas liecina, ka vakcinācija grūtniecības laikā var palīdzēt novērst ar COVID-19 saistītu jaundzimušo hospitalizāciju dzīves pirmo 6 mēnešu laikā. Tas ir tāpēc, ka mātes imunitāte var tikt nodota bērnam dzemdē, un tas nodrošina īstermiņa aizsardzību pēc bērna piedzimšanas.

COVID-19 vakcinācijas programmas ietvaros grūtnieces tiek ierindotas klīniskā riska grupā. Nevakcinētām sievietēm, kurām sākas grūtniecība, tiek stingri ieteikts saņemt savas pirmās 2 vakcīnas devas. Grūtniecēm, kuras ir iepriekš vakcinējušās, šoruden vajadzētu saņemt balstvakcīnas devu.

Grūtniecības iestāšanās

Pēc vakcinācijas pret COVID-19 nav nepieciešams izvairīties no grūtniecības. Dažādi zinātniskie pētījumi liecina, ka COVID-19 vakcīnām nav nekādas ietekmes uz vīriešu vai sieviešu auglību, grūtniecības iestāšanās iespēju vai uz spontānā aborta risku. Anglijā apmēram 100 000 sieviešu ir saņēmušas COVID-19 vakcīnas pirms grūtniecības sākuma un pēc tam ir dzemdējušas.

Barošana ar krūti

Ir labi zināmas bērnu barošanas ar krūti priekšrocības.

JCVI ir atzinusi, ka vakcīnas var saņemt bērna barošanas ar krūti laikā. Tas atbilst ASV un Pasauls Veselības organizācijas ieteikumiem. Vakcinēto sieviešu organismā rodas antivielas, kas palīdz aizsargāt viņas pret COVID-19 slimību. Šīs antivielas ir atrastas arī mātes pienā, un tās var palīdzēt aizsargāt bērnus, kurus baro ar krūti. Pati vakcīna mātes pienā nenokļūst.

Kuru vakcīnu jums piedāvās?

Jums piedāvās Pfizer vai Moderna izgatavotās vakcīnas balstvakcīnas devu. Jums varētu piedāvāt jaunu kombinētu šo balstvakcīnu versiju – šajās kombinētajās vakcīnās ietilpst pusdeva no iepriekšējās vakcīnas kopā ar pusdevu no vakcīnas pret omikrona variantu. Ļoti nelielam cilvēku skaitam ārsts var ieteikt kādu citu vakcīnas produktu.

Gan iepriekšējās, gan arī kombinētās vakcīnas ļoti labi veicina aizsardzību, kaut arī kombinētās vakcīnas rada nedaudz augstākus antivielu līmeņus pret dažiem omikrona celmiem.

Tā kā mēs nevaram paredzēt, kuri COVID-19 varianti būs izplatīti šoziem, tad JCVI ir secinājusi, ka pieaugušos var vakcinēt ar abiem šiem vakcīnu veidiem un ka nevienam nevajadzētu atlikt vakcināciju, gaidot kombinētās vakcīnas. Jums tiks piedāvāta pareizā vakcīna pareizajā laikā.

Lūdzu, piekrīti vakcinācijai, tiklīdz jūs to varat, jo ir svarīgi saņemt balstvakcīnu un sākt veidot organisma aizsardzību pret nopietnu saslimšanu vēl pirms ziemas sākuma.

Citas vakcīnas, ko piedāvā grūtniecības laikā

Grūtniecības laikā iesaka arī vakcīnas, lai aizsargātu jūs un jūsu mazuli pret gripu un mazuli jau no dzimšanas pret pertussis (garo klepu). Šīs dažādās vakcīnas var droši saņemt kopā vai atsevišķi, un jebkurā gadījumā tās nodrošinās aizsardzību.

Gripas un COVID-19 vakcīnas var saņemt kopā, jo tās tiek piedāvātas tajā pašā gada laikā jebkurā grūtniecības posmā.

Ir svarīgi saņemt pertussis vakcīnu tad, kad ir sasniegta 16. grūtniecības nedēļa, lai bērnam pēc piedzimšanas būtu pietiekami augsts aizsardzības līmenis. Šī vakcinācija parasti tiek veikta pēc ultrasonogrāfijas 18.-20. grūtniecības nedēļā, un jūs varat saņemt šo vakcīnu citā apmeklējuma reizē atkarībā no grūtniecības iestāšanās laika.

Vai var inficēties ar COVID-19 arī pēc vakcinēšanās?

Vakcinācija pret COVID-19 samazinās iespēju smagi slimot ar COVID-19 šajā ziemā. Var paiet dažas dienas, līdz jūsu organismā radīsies noteikta papildu aizsargspēja balstvakcīnas rezultātā.

Tāpat kā visi medikamenti, neviena vakcīna nav pilnīgi efektīva – daži cilvēki var saslimt ar COVID-19, neraugoties uz vakcināciju, tomēr infekcijai vajadzētu būt vieglākai.

Papildus vakcinācijai ir arī vienkāršas lietas, ko varat darīt ikdienā un kas palīdzēs samazināt COVID-19 un citu respiratoro infekciju izplatīšanos un aizsargās cilvēkus ar augstāku risku. Lai uzzinātu vairāk, skatiet [NHS padomus](#).



Blaknes

Tāpat kā visām zālēm, arī vakcīnām var būt bieži sastopamas blaknes. COVID-19 vakcīnu blaknes grūtniecēm ir līdzīgas kā sievietēm, kas nav stāvoklī. Nav identificēti nekādi riski, kas ir specifiski grūtniecēm, viņu grūtniecībai vai mazuļiem. Jums var būt noderīgi zināt, kas gaidāms pēc vakcinācijas, it īpaši tad, ja jums ir nesen piedzimis mazulis vai arī rūpējaties par citiem bērniem.

Lūdzu, izlasiet publikāciju [COVID-19 vakcinācija: ko gaidīt pēc vakcinācijas](#)

Izplatītas blaknes

Tāpat kā iepriekšējai devai, visām COVID-19 vakcīnām, tostarp arī šoruden izmantotajām kombinētajām vakcīnām, ir tās pašas bieži sastopamās blaknes:

- sāpes, smaguma sajūta un jutīgums tajā rokā, kurā veikta injekcija – šīs blaknes mēdz būt vizuāli izteiktākās 1-2 dienas pēc vakcinācijas
- nogurums
- galvassāpes
- vispārējas sāpes vai viegla gripai līdzīgi simptomi

Jūs varat atpūsties un iedzert paracetamolu (ievērojot ieteikumu par devu uz iepakojuma), lai uzlabotu pašsajūtu.

Kaut arī vienu vai divas dienas pēc vakcinācijas var sākties drudzis, ja jums ir jebkādi citi COVID-19 simptomi vai drudzis ir ilgāks, tad palieciēt mājās un jums varētu būt nepieciešams veikt testu. Simptomi pēc vakcinācijas parasti ilgst mazāk par nedēļu.

Ja simptomi saasinās vai arī jums ir radušās bažas, tad varat zvanīt NHS uz numuru 111 vai nosūtīt ziņu uz teksta tālruņa numuru 18001 111. Jūs arī varat ziņot par iespējamajām vakcīnu un zāļu blaknēm, izmantojot Yellow Card shēmu.

Kā ziņot par blaknēm

Ja jums ir aizdomas par blaknēm, par to var ziņot, izmantojot Yellow Card shēmu:



- tiešsaistē [Yellow Card Scheme](#)
- Zvanot uz Yellow Card shēmas numuru 0800 731 6789 (no plkst. 9.00 līdz 17.00)
- lejupielādējot un lietojot Yellow Card lietotni Apple vai Android operētājsistēmā

Nopietnas blaknes

Ļoti reti ir saņemti ziņojumi par sirds iekaisuma gadījumiem (miokardītu un perikardītu) gan pēc Pfižer, gan Moderna COVID-19 vakcīnu saņemšanas. Šie gadījumi biežāk ir novēroti jaunākiem vīriešiem dažu dienu laikā pēc vakcinācijas. Vairums no šiem cilvēkiem jutās labāk un ātri atveseļojās pēc atpūtas un vienkāršas ārstēšanas.

Jums ir steidzami jāvēršas pēc medicīniskās palīdzības, ja pēc vakcinācijas jums ir:

- sāpes krūtīs
- elpas trūkums
- sajūta, ka sirds pukst ļoti strauji, neregulāri vai stipri

Ja jums bijušas nopietnas blaknes pēc kādas iepriekšējās devas, jums varbūt ieteiks neturpināt vai atlikt turpmāko vakcinēšanos. Jums tas jāpārrunā ar savu ārstu vai speciālistu. Lūdzu skatīt tālāk sniegto informāciju par to, kā ziņot par blaknēm.

Plašāka informācija

Karaliskajai dzemdību speciālistu un ginekologu koledžai (RCOG) un Karaliskajai vecmāšu koledžai (RCM) ir plašāka informācija par COVID-19 [vakcīnām un grūtniecību](#), kas var jums noderēt.

Informāciju par grūtniecību, barošanu ar krūti, auglību un COVID-19 vakcīnu var saņemt no [NHS UK](#).

Ja vēlaties pārrunāt vakcināciju pret COVID-19, lūdzu, sazinieties ar savu vecmāti, ārstu vai medmāsu.

