



UK Health  
Security  
Agency



## Skiepų nuo COVID-19 vadovas nėščiosioms ir krūtimi maitinančioms moterims

**Karališkasis akušerių ir ginekologų koledžas bei Karališkasis akušerių koledžas nėščiosioms ir žindančioms moterims labai rekomenduoja pasiskiepyti nuo COVID-19. JK siūlomos koronaviruso (COVID-19) vakcinos yra saugiausias ir veiksmingiausias būdas apsaugoti save ir savo kūdikį.**

### **Patarimai dėl COVID-19 vakcinės nėštumo metu**

Jungtinis vakcinacijos ir imunizacijos komitetas (angl. Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI)) praneša, kad nėščiosioms kyla didesnė rizika susirgti sunkia COVID-19 forma. Rudeninė sustiprinamoji vakcinės dozė siūloma tiems, kuriems gresia didelė COVID-19 infekcijos komplikacijų rizika ir kurie kelis mėnesius nebuvo skiepyti sustiprinamąja doze. Į šį sąrašą patenka ir nėščiosios. Kadangi žiemą susirgimų COVID-19 skaičiai iauga, sustiprinamoji vakcinės dozė turėtų padėti sumažinti riziką, kad dėl COVID-19 būsite paguldyta į ligoninę. Sustiprinamoji vakcinės dozė taip pat gali apsaugoti nuo lengvos „Omicron“ infekcijos, tačiau ši apsauga trunka neilgai.

Jums siūloma pasiskiepyti, kad apsaugotumėte save ir savo kūdikį. JK daugiau nei 250 000 moterų buvo paskiepytos prieš gimdymą. Daugiausia naudotos „Pfizer“ ir „Moderna“ vakcinos.

Šių vakcinų saugumo profilis saugant nėščiąsias ir jų kūdikius yra geras. COVID-19 vakcinose nėra gyvo koronaviruso, todėl nėščiosios ir jų dar negimęs kūdikis įsčiose negali juo užsikrėsti.

Pasaulio sveikatos organizacija ir JK, JAV, Kanados bei Europos reguliavimo institucijos nuolat peržiūri įrodymus apie COVID-19 vakcinas.

Skiepai nuo COVID-19 yra saugiausias ir veiksmingiausias būdas moterims apsaugoti save ir savo kūdikius nuo sunkios COVID-19 ligos. Nepasiskiepijusioms moterims, kurios pastoja, rekomenduojama atvykti pasiskiepyti.

**Nėščiosios, kurios anksčiau buvo pasiskiepijusios, šį rudenį turėtų pasiskiepyti sustiprinamąja vakcinės doze.**

## Kodėl turite pasiskiepyti, jei laukiatės?

Jei vėliau nėštumo metu užsikrėsite COVID-19, jums ir jūsų dar negimusiam kūdikiui kyla didesnė rizika susirgti sunkia ligos forma ir gali reikėti gydymo ligoninėje bei intensyviosios priežiūros.

Apskritai COVID-19 rizika jums ir jūsų naujagimiui yra nedidelė, tačiau ji vis padidėja atsirandant skirtingoms COVID-19 bangoms. Užsikrėtimo tikimybė taip pat gali labai greitai pasikeisti ir, manoma, kad žiemą ji išaugs.

COVID-19 vakcinosis gerai apsaugo nuo šios ligos, tačiau laikui bėgant apsaugos lygis mažėja. Net jei jau buvote pasiskiepijusi arba sirgote COVID-19, rudeninė sustiprinamoji vakcinosis dozė padės apsaugoti jus ir jūsų kūdikį per ateinančius žiemos mėnesius, kuomet manoma, kad susirgimų skaičius padidės.

Turime informacijos apie COVID-19 vakcinų, skiriamų nėščiosioms, saugumą JK, kur iki gimdymo buvo paskiepyta daugiau nei 250 000 moterų, ir daugelyje kitų šalių, įskaitant JAV ir Australiją.

### Rudeninės sustiprinamosios vakcinosis dozės laikas

Vizitas jums turėtų būtų pasiūlytas rugsėjo – gruodžio mėnesį. Pirmiausia bus kviečiami tie žmonės, kuriems kyla didžiausia rizika.

**Sustiprinamąją vakcinosis doze turėtumėte pasiskiepyti praėjus mažiausiai 3 mėnesiams po paskutinės dozės.**

Galbūt tuo pačiu metu galėsite pasiskiepyti ir nuo gripo. Svarbu, kad nėštumo metu būtumėte apsaugota ir galėtumėte apsaugoti save ir savo kūdikį. Nelaukite, kol pagimdysite.



## Rizikos veiksniai nėščiosioms

Jei turite tokių sveikatos sutrikimų, kaip:

- imuninės sistemos problemos
- astma
- aukštas kraujo spaudimas
- širdies ligos
- cukrinis diabetas



### Arba jei:

- turite antsvorio
- esate vyresnė nei 35 metų amžiaus
- esate trečiajame nėštumo trimestre (daugiau nei 28 savaitės)
- esate kilusi iš juodaodžių arba azijiečių etninės mažumos grupės
- esate nepaskiepyta arba iš dalies paskiepyta



**Jums gresia didesnė COVID-19 rizika nei to paties amžiaus moterims, kurios nesilaukia.**

- Nėščiosioms, sergančioms tam tikromis ligomis, kyla didesnė rizika susidurti su sunkiomis COVID-19 komplikacijomis.

## Jei esate nėščia

COVID-19 keliama rizika nėščiosioms ir jų dar negimusiesiems kūdikiams bei užsikrėtimo tikimybė keitėsi dėl įvairių COVID-19 atmainų. Negalime nuspėti naujų atmainų atsiradimo, todėl svarbu užtikrinti, kad esate gerai apsauga nėštumo metu. Turime duomenų, kad skiepai nėštumo metu padeda užkirsti kelią kūdikių patekimui į ligoninę dėl COVID-19 per pirmuosius 6 gyvenimo mėnesius. Tai yra todėl, kad mamos turimas imunitetas gali būti perduodamas gimdoje esančiam kūdikiui ir taip suteikti trumpalaikę apsaugą gimus.

Pagal COVID-19 skiepų programą nėščiosios priskiriamos klinikinės rizikos grupei. Nepasiskiepijusioms moterims, kurios pastoja, rekomenduojama pasiskiepyti pirmosiomis 2 vakcinosis dozėmis. Nėščiosios, kurios anksčiau buvo pasiskiepijusios, šį rudenį turėtų pasiskiepyti sustiprinamąją vakcinosis doze.

## Pastojimas

Pasiskiepijus COVID-19 vakcina nėštumo vengti nereikia. Atlikti įvairūs moksliniai tyrimai parodė, kad COVID-19 vakcinas neturi įtakos vyrų ar moterų vaisingumui, tikimybei pastoti ar persileidimo rizikai. Maždaug 100 000 moterų Anglijoje buvo paskiepytos COVID-19 vakcina prieš pastojant ir susilaukė kūdikio.

## Maitinimo krūtimi

Maitinimas krūtimi nauda yra gerai žinoma.

JCVI rekomenduoja, kad vakcinomis gali skiepytis krūtimi maitinančios moterys. Tai sutampa su JAV ir Pasaulio sveikatos organizacijos rekomendacijomis. Paskiepytos moterys gamina antikūnus, kurie padeda apsaugoti nuo COVID-19. Šie antikūnai taip pat aptinkami motinos piene ir jie padeda apsaugoti krūtimi maitinamus kūdikius. Pati vakcina į mamos pieną nepatenka.

## Kokia vakcina jums bus pasiūlyta?

Jums bus siūloma „Pfizer“ arba „Moderna“ sustiprinamoji vakcinų dozė. Jums taip pat gali būti pasiūlyta atnaujinta kombinuota šių sustiprinamųjų vakcinų dozių versija. Kombinuotas vakcinas sudaro pusė ankstesnės vakcinų dozės ir pusė dozės vakcinų nuo „Omicron“ varianto. Labai nedideliame skaičiui žmonių gydytojas gali patarti naudoti kitą vakciną.

Tiek ankstesnė, tiek kombinuota vakcina suteikia labai gerą apsaugą, nors kombinuotos vakcinų pagamina šiek tiek daugiau antikūnų prieš kai kurias „Omicron“ atmainas.

Kadangi negalima nuspėti, kokie COVID-19 variantai vyraus šią žiemą, JCVI padarė išvadą, kad suaugusiems žmonėms galima naudoti abiejų rūšių vakcinas ir kad niekas neturėtų atidėti skiepo, kad galėtų gauti kombinuotą vakciną. Taigi, jums bus pasiūlyta tinkama vakcina tinkamu laiku.

Kai tik galėsite, pasinaudokite pasiūlymu pasiskiepyti, nes svarbu gauti sustiprinamąją vakcinų dozę ir susikurti apsaugą nuo sunkios ligos formos prieš prasidedant žiemai.

## Kitos nėštumo metu siūlomos vakcinų

Nėštumo metu taip pat rekomenduojamos ir kitos vakcinų, kad jūs ir jūsų kūdikis būtumėte apsaugoti nuo gripo ir galėtumėte nuo pat gimimo apsaugoti savo kūdikį nuo kokliušo. Šias skirtingas vakcinų galima saugiai leisti kartu arba atskirai ir jos vis tiek suteiks apsaugą.

Nuo gripo ir COVID-19 galima pasiskiepyti tuo pat metu, nes šiomis vakcinomis skiepijama tuo pačiu metų laiku ir bet kuriame nėštumo etape.

Po 16 nėštumo savaitės svarbu pasiskiepyti nuo kokliušo, kad jūsų gimęs kūdikis turėtų pakankamai gerą apsaugą. Ši vakcina paprastai skiriama po 18–20 nėštumo savaitę atlikto ultragarso tyrimo, todėl pasiskiepyti galite kito vizito metu, priklausomai nuo pastojimo dienos.

## Ar po skiepo vis tiek galite užsikrėsti COVID-19?

Sustiprinamoji COVID-19 vakcinų dozė sumažina tikimybę, kad šią žiemą susirgsite sunkia COVID-19 forma. Gali praeiti keletas dienų, kol jūsų organizmas sukurs papildomą apsaugą po sustiprinamosios vakcinų dozės.

Kaip ir visi vaistai, nė viena vakcina nėra visiškai veiksminga, todėl kai kurie pasiskiepiję žmonės vis tiek gali susirgti COVID-19, tačiau ligos forma turėtų būti lengvesnė.

Be skiepų yra ir kitų paprastų dalykų, kuriuos darydami kasdieniame gyvenime galite sumažinti COVID-19 ir kitų kvėpavimo takų infekcijų plitimą ir apsaugoti tuos, kuriems kyla didžiausia rizika. Daugiau informacijos rasite apsilankę „[NHS advice](#)“.



## Šalutiniai poveikiai

Kaip ir visi vaistai, vakcinos gali sukelti įprastus šalutinius poveikius. Tiek nėščiosioms, tiek nesilaukiančioms moterims pasireiškia panašūs šalutiniai poveikiai po COVID-19 vakcinų. Nebuvo nustatyta jokia konkreti rizika nėščiosioms, pačiam nėštumui ar kūdikiui. Naudinga žinoti, ko galite tikėtis po skiepo, ypač jei susilaukėte kūdikio arba prižiūrite kitus vaikus.

Skaitykite „[Skiepai nuo COVID-19: ko tikėtis po skiepo?](#)“

### Dažniausi šalutiniai poveikiai

Kaip ir ankstesnės dozės atveju, visų COVID-19 vakcinų, įskaitant ir šį rudenį naudojamas kombinuotas vakcinas, dažniausi šalutiniai poveikiai yra tokie patys:

- skausmas, sunkumas ir jautrumas toje rankos vietoje, kurioje buvo padaryta injekcija. Blogiausiai būna praėjus 1–2 dienoms po skiepo
- nuovargis
- galvos skausmas
- bendro pobūdžio skausmas arba lengvą gripą primenantys simptomai

Išsėkitės ir išgerkite paracetamolio (laikykitės pakuotėje nurodytų rekomendacijų), kad pasijustumėte geriau.

Nors per vieną ar dvi dienas po skiepo gali pasireikšti karščiavimas, tačiau, jei atsiranda kiti COVID-19 būdingi simptomai arba karščiavimas trunka ilgiau, likite namuose ir galbūt jums reikės pasidaryti testą. Po skiepo simptomai paprastai praeina per savaitę.

Jei manote, kad simptomai blogėja arba nerimaujate, skambinkite NHS telefonu 111 arba naudokite tekstinio telefono numerį 18001 111. Apie įtariamus skiepų ir vaistų šalutinius poveikius taip pat galite pranešti per „Yellow Card“ programą.

### Šalutinių poveikių pranešimas

Apie įtariamą šalutinį poveikį galima pranešti per „Yellow Card“ programą:



- internetu prisijungus prie „[Yellow Card](#)“ programos
- paskambinus į „Yellow Card“ telefonu 0800 731 6789 (nuo 09:00 val. iki 17:00 val.)
- atsisuntus ir naudojantis „Yellow Card“ programėle, skirta „Apple“ arba „Android“.

### Sunkūs šalutiniai poveikiai

Buvo gauta itin retų pranešimų apie širdies uždegimo (vadinamo miokarditu arba perikarditu) atvejus po COVID-19 „Pfizer“ ir „Moderna“ vakcinų. Tai dažniausiai pasireiškė jaunesniems vyrams praėjus keletui dienų po skiepo. Dauguma susirgusių žmonių pasijuto geriau ir greitai pasveiko po poilsio režimo ir paprasto gydymo.

Turėtumėte skubiai kreiptis į gydytoją, jei po skiepo pasireiškia:

- skausmas krūtinėje
- dusulys
- greitai plakančios, virpančios ar mušančios širdies jausmas

Jei po ankstesnių dozių pasireiškė sunkūs šalutiniai poveikiai, jums gali būti patarta vengti arba atidėti kitus skiepus. Tai turėtumėte aptarti su gydytoju arba specialistu. Toliau pateikiama informacija apie tai, kaip pranešti apie šalutinį poveikį.

### Papildoma informacija

Karališkasis akušerių ir ginekologų koledžas (angl. RCOG) ir Karališkasis akušerių koledžas (angl. RCM) turi daugiau naudingos informacijos apie [COVID-19 vakcinas ir nėštumą](#).

Informacijos apie nėštumą, maitinimą krūtimi, vaisingumą ir COVID-19 vakcinas rasite [NHS UK](#).

Jei norite pasitarti dėl COVID-19 vakcinų, susisiekite su savo akušere, gydytoju arba slaugytoju.

