



UK Health
Security
Agency



Kas olete rase?

**Need vaktsiinid aitavad
kaitsta teid, teie last ja teie
rasedust**

Gripp (Influenta)

Läkaköha
(Pertussis)

**Respiratoor-süntsütiaalne
viirus** (RSV)

Täiendavate nõuannetega
teiste vaktsiinide ja nende
saamise kohta

immunisation



Käesolevas infolehes kirjeldatakse tasuta vaktsiine, mis aitavad kaitsta

- teid
 - teie rasedust ja
 - teie vastsündinud last
- ### infektsiooni tüsistuste eest

Kuidas vaktsiinid toimivad?

Vaktsiinid aitavad teie keha loomulikel kaitsemehhanismidel (immuunsussüsteemil) teatud nakkushaigusi ära tunda ja nendega võidelda.

Vaktsiini saamisel tugevdatakse teie immuunsussüsteemi, et vältida haigestumist ja kaitsta rasedust. Seejärel kanduvad antikehad teie sündimata lapsele, et kaitsta neid sünni eest ning esimestel elunädalatel ja kuudel.

Kas ma saan oma last rinnaga toita pärast vaktsiini saamist?

Jah, pärast MMR-i, gripi, läkaköha ja RSV-vaktsiinide saamist on ohutu last rinnaga toita. Mõne raseduse ajal või pärast seda tehtud vaktsiini puhul on teie rinnapiimas antikehi, et saaksite jätkata oma kaitset lapsega imetamise teel jagada.

Raseduse ajal manustatud vaktsiinid

Läkaköha (Pertussis)

Läkaköha on väga nakkav haigus, mis võib väikeste imikute jaoks olla väga tõsine. Enamik läkaköhaga väikelapsi vajab haiglaravi.

Läkaköha võib põhjustada pikki köha- ja lämbumispurskeid, mis muudab hingamise raskeks. „Läkastavat“ häält põhjustab hingamine pärast iga köhahoogu.

Läkaköha võib kesta umbes 2 või 3 kuud. See võib põhjustada kopsupõletikku, krampe ja püsivat ajukahjustust. Halvimal juhul võib see põhjustada surma.

Miks mul on vaja läkaköha vaktsiini?

Läkaköha vaktsiini saamine raseduse ajal suurendab teie enda kaitset. Teie keha toodetud antikehad kanduvad platsenta kaudu ka teie lapsele. Need antikehad aitavad kaitsta teie last läkaköha eest esimestel elunädalatel.



Millal peaksin vaktsiini saama?

Tavaliselt saate läkaköha vaktsiini raseduse keskel (tavaliselt 20 nädalat), kuid võite selle saada juba 16. nädalal.

Kui olete jõudnud 20. rasedusnädalani ja pole veel vaktsiini saanud, pidage nõu oma perearsti või ämmaemandaga ja leppige kokku aeg vaktsiini saamiseks esimesel võimalusel.

Teie lapsele parima kaitse tagamiseks peaksite püüdma vaktsiini saada 32. nädala jooksul. Kui olete sellest ilma jäänud, võite vaktsiini siiski hiljem saada, kuigi see võib olla vähem efektiivne. Kui enne lapse sündi ei olnud võimalik vaktsiini saada, võite selle siiski hiljem saada, mis vähendab läkaköha leviku riski teie lapsele. Antikehade taseme tõstmiseks ja beebi kaitsmiseks on oluline saada läkaköha vaktsiini iga raseduse ajal.

Ma arvasin, et imikutele antakse läkaköha vaktsiini?

Ühendkuningriigis antakse imikutele läkaköha vaktsiini 8, 12, ja 16 nädala vanuselt. Paljud beebid, kellel on tõsine läkaköha haigus, on nakatunud esimestel elunädalatel. Ainus viis oma last sel ajal kaitsta on läkaköha vaktsiin raseduse ajal.

Kui tõhus on vaktsiin?

Ühendkuningriigi uuringud on näidanud, et vaktsiin raseduse ajal on umbes 90% efektiivne läkaköha ennetamisel vastsündinutel imikutel.

Vaktsiinist saadav kaitse tähendab ka seda, et teil on väiksem tõenäosus saada läkaköha ja anda see edasi oma lapsele.

Millist vaktsiini mul on vaja?

Raseduse ajal tehtav vaktsiin kaitseb ka teetanuse ja difteeria eest. Need peaksid tuginema kaitsele, mida saite oma tavapärastest lapsepõlevaktsiinidest.

Adaceli vaktsiini kohta saate lugeda siit: www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref

Kas läkaköha vaktsiin on raseduse ajal ohutu?

Paljud Euroopa, Põhja- ja Lõuna-Ameerika riigid, Austraalia ja Uus-Meremaa kasutavad läkaköha vaktsiini raseduse ajal ja sellel on suurepärane ohutusprotokoll.

Teie ja teie lapse jaoks on vaktsiini saamine palju ohutum kui riskida, et vastsündinu läkaköha saaks.

» Aidake oma last kaitsta, kasutades läkaköha vaktsiini igal rasedusel. Veenduge, et teie laps saaks 8, 12 ja 16 nädala jooksul ise läkaköha vastu vaktsiini.

Respiratoor-süntsütiaalne viirus (RSV)

Respiratoor-süntsütiaalne viirus ehk RSV on tavaline viirus, mis võib põhjustada kopsuinfektsiooni, mida nimetatakse bronhioliidiks. Väikestel imikutel võib see seisund raskendada hingamist ja toitmist. Inglismaal viiakse igal aastal bronhioliidiga haiglasse umbes 20 000 imikut ja mõned vajavad intensiivravi. Väike arv sureb.

RSV on tõenäolisemalt tõsine väga väikestel imikutel, enneaegselt sündinud imikutel ja neil, kellel on haigused, mis mõjutavad nende südant, hingamist või immuunsüsteemi. RSV-nakkused võivad esineda aastaringelt, kuid juhtumite arv suureneb igal talvel.

Miks peaks mul olema vaktsiin RSV vastu?

RSV vaktsiini kasutamine raseduse ajal suurendab teie kaitset. Teie keha toodetud antikehad kanduvad teie sündimata lapsele. Need antikehad aitavad kaitsta teie last RSV eest alates sündimisest.

Millal peaksin vaktsiini saama?

Teile tuleks vaktsiini pakkuda umbes 28-nädalase sünnituseelse vastuvõtu ajal.

Te peaksite proovima vaktsiini saada 28. nädalal või võimalikult kiiresti pärast seda. See aitab teil luua hea antikehade taseme, mis teie lapsele enne sünnitust kanduvad.

Vaktsiini võib ka hiljem raseduse ajal saada, kuid see võib olla vähem efektiivne. Kui varem ei olnud võimalik vaktsiiniannust saada, võib seda teha kohe kuni lapse saamiseni.

Teie uuele lapsele prima kaitse tagamiseks peaksite saama RSV vaktsiini igal rasedusel.

Kui tõhus on RSV vaktsiin?

Uuringud näitavad, et RSV vaktsiin vähendab teie lapsel raske bronhioliidi riski 70% esimese 6 elukuu jooksul.

Nagu kõik ravimid, pole ükski vaktsiin täiesti efektiivne ja mõned lapsed võivad siiski saada RSV-nakkuse, hoolimata sellest, et nende emad on saanud vaktsiini. Enamiku vaktsineeritud emadele sündinud imikute puhul peaks iga RSV-nakkus olema vähem tõsine.

Millist vaktsiini mul on vaja?

Selle kohta saate lugeda siit: www.abrysvo.com/

Kas RSV vaktsiini kasutamine raseduse ajal on minu lapsele ohutu?

Kliinilises uuringus, milles osales peaaegu 4000 naist, oli vaktsiinil hea ohutusprotokoll ja nüüd on selle heaks kiitnud Ühendkuningriigi, Euroopa ja USA ravimiregulaatorid. Sellest ajast peale on riiklikes programmides vaktsiini saanud tuhanded naised, sh enam kui 100 000 naist USA-s.

Kliinilises uuringus sündis vaktsiinirühmas varakult veidi rohkem lapsi kui rühmas, kellele pole vaktsiini tehtud. See erinevus näib olevat tingitud juhusest, kuid see on üks põhjus, miks vaktsiini antakse raseduse ajal 28. nädalast, mitte varem. Üldiselt on teie ja teie lapse jaoks palju ohutum vaktsiin kui riskida, et vastsündinu saaks RSV-nakkuse.

 **Tehke oma RSV vaktsiin raseduse ajal, et anda oma lapsele parim kaitse esimese 6 elukuu jooksul.**

Influentza (gripp)

Mis on gripp?

Gripp on väga nakkuslik haigus, millel on sellised sümptomid nagu palavik, külmavärinad, valud, peavalud ja äärmine väsimus. Rasedatel naistel on suurem tõenäosus gripi tõsiste tüsistuste tekkeks, eriti raseduse hilisemates staadiumides, sealhulgas kopsupõletik ja isegi surm.

Gripp võib ohustada ka teie rasedust, põhjustades enneaegset sünnitust, madalat sünnikaalu ja surnultsündi.

Gripp võib olla äärmiselt tõsine ka vastsündinutele ja väikelastele.

Miks ma vajan raseduse ajal gripivaktsiini?

Gripivaktsiin vähendab raseduse ajal tõsise gripi saamise, haiglaravi või intensiivravi võimalust. Samuti vähendab see raseduse tüsistuste riski.

Vaktsiin suurendab teie gripivastaseid antikehi, mis seejärel kanduvad teie sündimata lapsele. See annab teie uuele beebile teatud kaitse esimestel elukuudel.

Samuti on talvel vähem tõenäoline, et nakatute grippi ja annate selle üle oma lapsele edasi.

Millal peaksin vaktsiini saama?

Gripivaktsiin on tavaliselt saadaval iga aasta septembrist ja on rasedatele naistele tasuta.

Vaktsiini peaks saama pärast seda, kui see septembris kättesaadavaks saab, olenemata raseduse staadiumist. Ideaalis peaksite vaktsiini saama enne gripihooaja algust, kuid vaktsiini saate siiski igal ajal talve jooksul saada.

Te vajate gripivaktsiini iga kord, kui olete gripihooajal rase.

Kas gripivaktsiin on raseduse ajal ohutu?

Alates 2009. aastast on paljud riigid pakkunud raseduse ajal gripivaktsiini ja Inglismaal on rasedatele naistele tehtud üle 2 miljoni vaktsiini. Vaktsiiniil on suurepärane ohutusprotokoll.

Üldiselt on teie jaoks palju ohutum saada vaktsiin kui riskida, et teie või teie laps saaks gripiinfektsiooni.

Kui tõhus on gripivaktsiin?

Gripivaktsiini kasutamine raseduse ajal vähendab poole võrra riski, et teil või teie lapsel on gripilaadne haigus. Vaktsineeritud naistele sündinud imikud satuvad esimese kuue elukuu jooksul umbes 70% vähem gripiga haiglasse.

» Gripp võib olla tõsine haigus rasedatele ja nende imikutele. Rasedad naised peaksid iga raseduse ajal saama tasuta gripivaktsiini. Seda võib manustada raseduse mis tahes etapis alates septembrist.

Mida ma peaksin nüüd tegema?

Vaktsiinide saamise aja broneerimiseks võite rääkida oma perearsti, ämmaemanda või tervise-meeskonnaga. Gripi, läkaköha ja RSV vaktsiinid tehakse kõik ühe süstina käsivarre. Sagedased kõrvaltoimed on kerged ja hõlmavad järgmist:

- valulikkus ja punetus süstekohas
- peavalu ja lihasvalud
- kerge palavik või väsimus

Gripi infolehte saate lugeda siit:

www.gov.uk/government/publications/flu-vaccination-who-should-have-it-this-winter-and-why

Enne rasedust

Kui te pole veel rase, kuid loodate lähitulevikus rasedaks jääda, peaksite veenduma, et teil on teised vaktsiinid õigeaegselt tehtud.

Punetised (saksa leetrid)

Punetiste infektsioon on tavaliselt kerge infektsioon, mis põhjustab lööbehaigust.

Punetiste nakatumine raseduse ajal võib teie lapsele olla väga tõsine, põhjustades seisundit, mida nimetatakse kaasasündinud punetiste sündroomiks (inglise keeles congenital rubella syndrome; CRS). CRS võib põhjustada kurtust, pimedust, katarakti (silmaprobleeme), südameprobleeme ja/või arengu hilinemist. See võib põhjustada ka lapse surma või otsuse raseduse katkestamiseks.

Kaitse punetiste haiguse eest raseduse ajal

Kui teil oli lapsena kaks MMR-vaktsiini (leetrid mumps, punetised) annust, olete raseduse ajal hästi kaitstud. Tänu meie edukale vaktsiiniprogrammile on punetiste nakkus Ühendkuningriigis nüüd äärmiselt haruldane.

Kui te pole kindel, kas olete vaktsiini saanud, võite pöörduda oma perearsti poole. Kui olete sellest ilma jäänud, peaksite vaktsiinid saama ideaaljuhul enne rasestumist. Vastasel juhul peaksite vaktsiini saama varsti pärast lapse sündi.

MMR-vaktsiin sisaldab elusat (nõrgenenud) viirust, mistõttu seda ei soovitata raseduse ajal.

Olen juba rase, kuid mul pole MMR-vaktsiini tehtud, mida ma peaksin tegema?

Kui olete sünnitanud, saate siis oma MMR-vaktsiine teha. See kaitseb teid ja teie last leetrite ja punetiste eest. Mõlema MMR-i annuse olemasolu annab teile ka pikaajalise kaitse leetrite ja mumpsu vastu.

Lööve raseduse ajal

Mida peaksin tegema, kui puutun kokku lööbega inimesega või kui mul on lööve?

Mõned nakkused, mis põhjustavad löövet, sh punetised, võivad rasedatel põhjustada tüsistusi. Isegi kui olete punetiste eest kaitstud, peate oma ämmaemandale, perearstile või sünnitusarstile viivitamatult teada andma, kui teil on lööbehaigus või kui teil on raseduse ajal kokkupuude teise inimesega, kellel on lööve.

Palun vältige sünnituseelset kliinikut, rasedus- ja sünnituskeskkonda või muid rasedaid naisi, kuni teid on läbi vaadatud.

Teile võidakse pakkuda teste, et teada saada, kas olete nakatunud. Tervishoiutöötaja, kes teid hindab, peab teadma:

- mitu nädalat rase olete
- millal kokkupuude lööbehaigusega inimesega oli
- kuupäev, mil teil esmakordselt lööve tekkis või kokkupuude kellegagi, kellel on lööve
- lööbe kirjeldus (kas see on tõusnud, konarlik lööve või vedelikuga täidetud villid?)
- millised infektsioonid teil on varem olnud, nt tuulerõuged, leetrid
- milliseid vaktsiine olete varem saanud

» Kui puutute kokku lööbega inimesega või kui teil tekib raseduse ajal lööve, küsige oma perearstilt või ämmaemandalt nõu niipea kui võimalik. Kui te viivitate lööbehaigusest teatamisega, ei pruugi olla võimalik teile täpset diagnoosi ega soovitatud ravi anda.

Muud vaktsiinid, mida oma ämmaemandaga arutada

COVID-19

Raseduse ajal COVID-19 haigestumise oht on palju väiksem kui pandeemia alguses, kuid rasedad naised saavad sügisel endiselt vaktsineerida. Vaktsiin vähendab mõne kuu jooksul tõsise COVID-19 tekkimise tõenäosust, mis võib olla olulisem, kui teil on mõni haigus. Teie keha toodetud antikehad kanduvad teie sündimata lapsele ja pakuvad teie lapsele teatud kaitset nendel esimestel nädalatel ja kuudel.

B-hepatiit

Sündides peaks B-hepatiidi nakkusega emadele sündinud imikutel (või neil, kellel raseduse ajal B-hepatiidi test positiivne) olema B-hepatiidi vaktsiin kohe pärast nende sündi. Perearstiga tuleks kokku leppida, et teie laps saaks nakkuse testimiseks täiendavaid vaktsiiniannuseid ja vereanalüüsi, kui ta on 1-aastane. www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet

BCG

Imikutel, kes on sündinud vanemale (või kellel on vanavanem) riigist, kus tuberkuloos (lühend TB) on tavaline, peaks olema BCG-vaktsiin, et kaitsta neid tuberkuloosi eest. www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet

» Soovitatavate vaktsiinide olemasolu raseduse ajal (ja pärast lapse sündi) on üks tõhusamaid asju, mida saate teha, et vähendada vaktsiiniga ennetatavate infektsioonide riski teie ja teie lapse jaoks.

Tagamine, et teie laps saab oma vaktsiinid 8., 12. ja 16. nädalal, tähendab, et see kaitse jätkub nende kõige haavatavamatel aastatel.

Lingid lisateabele

- www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx
- www.gov.uk/government/collections/immunisation
- www.medicines.org.uk/emc/
- Lapse vaktsiinide tundmaõppimiseks esimesel eluaastal saate lugeda www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age

Rasedusvaktsiini andmed

Märkige oma rasedusvaktsiinid allpool, et veenduda, et teie ja teie laps ei jäta kasutamata kaitset gripi ja läkaköha vastu

Vaktsiin	Millal seda saada	Manu- tamise kuupäev
Gripp	Gripihooajal igal ajal raseduse ajal.	
Läkaköha	Ideaalis pärast 18-20. nädalast ultraheli. Võib manustada alates 16. nädalast kuni sünnituseni.	
RSV	RSV-vaktsiini tuleb teil manustada pärast 28. rasedusnädalat.	
MMR 1.* annus	Pärast lapse sündi, 6-nädalase sünnitusjärgse kontrolli käigus (perearsti või meditsiiniõe juures).	
MMR 2.* annus	Neli nädalat pärast esimest annust (nagu eespool).	

* Kui varasemat vaktsiini pole

**Vaktsiinide saamine raseduse ajal
aitab kaitsta teie rasedust. Rääkige
oma ämmaemanda, perearsti või
tervisemeeskonnaga ja veenduge, et te
saaks need teie jaoks parimal ajal.**



© Crown copyright 2024
24PYPB01EST Estonian. 1P 250K OCT 2024
UK Health Security Agency gateway number: 2024700
Esmakordselt avaldatud juunis 2024

See infoleht on saadaval ka tõlgituna erinevatesse keeltesse ja juurdepääsetavatesse vormingutesse. Selle infolehe rohkemate koopiade tellimiseks külastage aadressi www.healthpublications.gov.uk või helistage: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (8.00–18.00 esmaspäevast reedeni)

www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them