



UK Health
Security
Agency



Grūtniecība?

**Šīs vakcīnas palīdz aizsargāt
jūs, jūsu mazuli un jūsu
grūtniecību**

Gripa

Garais klepus

**Respiratori sincitiālais
vīruss (RSV)**

Ar papildu padomiem
par citām vakcīnām un to
saņemšanas laiku

immunisation



Šajā brošūrā aprakstītas bezmaksas vakcīnas, kas palīdz aizsargāt

- jūs
- jūsu grūtniecību, un
- jūsu jaundzimušo

no infekcijas radītām komplikācijām

Kā darbojas vakcīnas?

Vakcīnas palīdz jūsu organisma dabiskajai aizsardzībai (imūnsistēmai) atpazīt noteiktas infekcijas slimības un pret tām cīnīties.

Kad jūs saņemat vakcīnu, jūsu imūnsistēma tiek stiprināta, lai palīdzētu novērst saslimšanu un aizsargātu grūtniecību. Pēc tam antivielas tiek nodotas vēl nedzimušajam bērnam, palīdzot aizsargāt viņu no dzimšanas un pirmajās dzīves nedēļās un mēnešos.

Vai es varu barot bērnu ar krūti pēc vakcinācijas?

Jā, bērnu var droši barot ar krūti pēc tam, kad esat saņēmusi MMR, gripas, garā klepus un RSV vakcīnu. Pēc dažām vakcīnām, kas saņemtas grūtniecības laikā vai pēc tās, jūsu mātes pienā būs antivielas, tāpēc, barojot bērnu ar krūti, jūs varēsiet turpināt nodrošināt viņam aizsardzību.

Vakcīnas grūtniecības laikā

Garais klepus

Garais klepus ir ļoti infekcioza slimība, kas var būt ļoti nopietna maziem bērniem. Lielākajai daļai mazuļu ar garo klepu ir nepieciešama aprūpe slimnīcā.

Garais klepus var izraisīt ilgstošu klepu un smakšanu, apgrūtinot elpošanu. Sēcošo troksni izraisa elpas aizraušanās pēc katras klepus lēkmes.

Garais klepus var ilgt apmēram 2 vai 3 mēnešus. Tas var izraisīt pneimoniju, krampju lēkmes un neatgriezeniskus smadzeņu bojājumus. Sliktākajā gadījumā tas var izraisīt nāvi.

Kāpēc man vajadzīga garā klepus vakcīna?

Vakcīna pret garo klepu grūtniecības laikā palīdzēs aizsargāt pret slimību jūs pašu. Jūsu organisma radītās antivielas caur placentu tiks nodotas arī jūsu mazulim. Šīs antivielas palīdzēs aizsargāt jūsu mazuli pret garo klepu viņa pirmajās dzīves nedēļās.



Grūtniecība? – Vakcīnas pirms grūtniecības, tās laikā un pēc tās

Kad man vajadzētu vakcinēties?

Vakcīnu pret garo klepu parasti saņem apmēram tajā pašā laikā, kad notiek skenēšana grūtniecības vidū (parasti pēc 20 nedēļām), taču jūs to varat saņemt jau pēc 16 nedēļām.

Ja ir jau pagājušas 20 grūtniecības nedēļas un vēl neesat saņēmusi vakcīnu, konsultējieties ar savu GP vai vecmāti un pēc iespējas ātrāk piesakieties vakcinācijai.

Lai nodrošinātu mazulim vislabāko aizsardzību, jums jācenšas saņemt vakcīnu līdz 32. nedēļai. Ja esat nokavējusi šo laiku, jūs varat vakcinēties arī vēlāk, taču tad vakcīna var būt mazāk efektīva. Ja nav bijis iespējams vakcinēties pirms bērna piedzimšanas, jūs varat vakcinēties arī pēc tam, un tas samazinās iespēju inficēt ar garo klepu mazuli. Ir svarīgi vakcinēties pret garo klepu katras grūtniecības laikā, lai paaugstinātu savu antivielu līmeni un palīdzētu aizsargāt bērnu.

Vai tad bērni netiek vakcinēti pret garo klepu?

Apvienotajā Karalistē zīdaiņi tiek vakcinēti pret garo klepu 8, 12 un 16 nedēļu vecumā. Daudzi mazuli, kuri nopietni saslimst ar garo klepu, ir inficēti pirmajās dzīves nedēļās. Vienīgais veids, kā aizsargāt savu bērnu šajā laikā, ir vakcinēties pret garo klepu, kamēr jūs esat stāvoklī.

Cik efektīva ir šī vakcīna?

Apvienotajā Karalistē veiktie pētījumi ir parādījuši, ka vakcinēšanās grūtniecības laikā ir aptuveni 90 % efektīva, novēršot garo klepu jaundzimušajiem.

Aizsardzība, ko jūs iegūstat vakcinējoties, nozīmē arī to, ka jums ir mazāka iespēja saslimt ar garo klepu un inficēt ar to savu bērnu.

Kuru vakcīnu es saņemšu?

Tā vakcīna, ko mēs piedāvājam grūtniecības laikā, nodrošina arī aizsardzību pret stingumkrampjiem un difteriju. Aizsardzība pret šīm slimībām papildina to, ko jūs ieguvāt no parastajām bērnībā saņemtajām vakcīnām.

Par Adacel vakcīnu jūs varat lasīt šeit:

www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref

Vai vakcinēties pret garo klepu grūtniecības laikā ir droši?

Daudzās valstīs Eiropā, Ziemeļamerikā un Dienvidamerikā, Austrālijā un Jaunzēlandē izmanto garā klepus vakcīnu grūtniecības laikā, un tai ir izcili drošības rādītāji.

Jums un jūsu mazulim ir daudz drošāk vakcinēties, nekā riskēt, ka jaundzimušais saslims ar garo klepu.



Palīdziet aizsargāt savu mazuli, vakcinējoties pret garo klepu katras grūtniecības laikā. Nodrošiniet, lai arī jūsu mazulis tiktu vakcinēts pret garo klepu 8, 12 un 16 nedēļu vecumā.

Respiratori sincitiālais vīruss (RSV)

Respiratori sincitiālais vīruss jeb RSV ir izplatīts vīruss, kas var izraisīt plaušu infekciju, ko sauc par bronhiolītu. Zīdaiņiem šī slimība var apgrūtināt elpošanu un ēšanu. Anglijā apmēram 20 000 zīdaiņu katru gadu tiek ievietoti slimnīcā ar bronhiolītu, un daļai no viņiem ir vajadzīga intensīvā aprūpe. Neliels skaits no viņiem nomirst.

RSV visnopietnākās problēmas var radīt agrīnā zīdaiņu vecumā, priekšlaicīgi dzimušiem bērniem un tiem, kam ir slimības, kas ietekmē sirdi, elpošanu un imūnsistēmu. Ar RSV var inficēties visu gadu, bet visvairāk saslimšanas gadījumu ir ziemā.

Kāpēc man vajadzētu vakcinēties pret RSV?

RSV vakcīna grūtniecības laikā uzlabos jūsu aizsardzību. Jūsu organisma radītās antivielas caur placentu tiks nodotas jūsu vēl nedzimušajam mazulim. Šīs antivielas palīdzēs aizsargāt jūsu mazuli pret RSV jau no piedzimšanas.

Kad man vajadzētu vakcinēties?

Jums vakcīnas piedāvājumu vajadzētu saņemt apmēram 28. grūtniecības nedēļas antenatālās pieņemšanas laikā.

Jums vajadzētu mēģināt vakcinēties 28. grūtniecības nedēļā vai iespējami drīz pēc tam. Tas palīdzēs jums iegūt labu antivielu līmeni, ko nodot mazulim pirms viņa dzimšanas.

Vakcīnu var saņemt arī vēlāk grūtniecības laikā, taču tad tā var būt mazāk efektīva. Ja nav bijis iespējams vakcinēties agrāk, to var izdarīt līdz pat bērna piedzimšanai.

Jums vajadzētu saņemt RSV vakcīnu katras grūtniecības laikā, lai jaundzimušajam nodrošinātu vislabāko aizsardzību.

Cik efektīva ir RSV vakcīna?

Pētījumi rāda, ka vakcinācija pret RSV par 70 % samazina smaga bronhiolīta risku bērnam pirmajos 6 dzīves mēnešos.

Tāpat kā visas zāles, neviena vakcīna nav pilnībā efektīva, un daži mazuli var inficēties ar RSV, neraugoties uz to, ka viņu mātes ir saņēmušas vakcīnu. Tomēr lielākajai daļai bērnu, kas dzimuši vakcinētām māmiņām, RSV infekcijai vajadzētu būt vieglākai.

Kuru vakcīnu es saņemšu?

Jūs par to varat lasīt šeit: www.abrysvo.com/

Vai vakcinācija pret RSV grūtniecības laikā ir droša manam bērnam?

Klīniskajā pētījumā, kurā piedalījās gandrīz 4000 sieviešu, šai vakcīnai bija labs drošības līmenis, un tagad to ir apstiprinājuši zāļu regulatori Apvienotajā Karalistē, Eiropā un ASV. Kopš tā laika nacionālo programmu ietvaros vakcinācija ir bijusi daudziem tūkstošiem sieviešu, tostarp vairāk nekā 100 000 sieviešu ASV.

Klīniskajā pētījumā vakcīnas grupā agrāk piedzima nedaudz vairāk bērnu nekā to bērnu grupā, kas nebija vakcinēti. Šķiet, ka šī atšķirība ir nejaušības dēļ, taču tas ir viens no iemesliem, kāpēc šī vakcīna tiek administrēta no 28. nedēļas, nevis agrāk grūtniecības laikā. Kopumā jums un jūsu mazulim ir daudz drošāk vakcinēties, nekā riskēt, ka jaundzimušais var inficēties ar RSV.



Vakcinējieties pret RSV grūtniecības laikā, lai sniegtu savam mazulim vislabāko aizsardzību pirmajos 6 dzīves mēnešos.

Gripa

Kas ir gripa?

Gripa ir ļoti infekcioza slimība ar tādiem simptomiem kā drudzis, drebuļi, sāpes, galvassāpes un liels nespēks. Grūtniecēm ir nopietnu gripas komplikāciju lielāka iespēja, īpaši vēlākās grūtniecības stadijās, tostarp pneimonijas vai pat nāves risks.

Turklāt gripa var apdraudēt arī grūtniecību, izraisot priekšlaicīgas dzemdības, mazu dzimšanas svaru un nedzīva mazuļa piedzimšanu.

Gripa var arī būt ļoti nopietna saslimšana jaundzimušajiem un zīdaiņiem.

Kāpēc man vajag vakcinēties pret gripu grūtniecības laikā?

Gripas vakcīna samazina iespēju nopietni saslimt ar gripu un nokļūt slimnīcā vai intensīvās aprūpes nodaļā grūtniecības laikā. Tā arī samazina grūtniecības komplikāciju risku.

Vakcīna palielina antivielu daudzumu pret gripu, kas pēc tam tiek nodotas jūsu vēl nedzimušajam mazulim. Tas nodrošina zināmu aizsardzību jūsu jaundzimušajam pirmajos dzīves mēnešos.

Jums arī būs mazāka iespēja saslimt ar gripu un inficēt ar to savu jaundzimušo ziemas laikā.

Kad man vajadzētu vakcinēties?

Gripas vakcīna parasti ir pieejama katru gadu no septembra, un grūtniecēm tā ir bez maksas.

Jums vajadzētu vakcinēties, tiklīdz vakcīna kļūst pieejama septembrī, neatkarīgi no grūtniecības stadijas. Vislabāk ir vakcinēties pirms gripas sezonas sākuma, bet jūs tomēr varat vakcinēties arī jebkurā ziemas laikā.

Vakcinēties pret gripu jums vajadzēs katru reizi, kad būsiat stāvoklī gripas sezonas laikā.

Vai ir droši vakcinēties pret gripu grūtniecības laikā?

Kopš 2009. gada daudzas valstis ir piedāvājušas gripas vakcīnu grūtniecības laikā, un Anglijā grūtnieces ir saņēmušas vairāk nekā 2 miljonus vakcīnu. Šai vakcīnai ir izcili drošības rādītāji.

Kopumā jums ir daudz drošāk vakcinēties, nekā jums un jūsu mazulim saslimt ar gripu.

Cik efektīva ir gripas vakcīna?

Gripas vakcīna grūtniecības laikā uz pusi samazina risku jums vai jūsu mazulim saslimt ar gripai līdzīgu slimību. Zīdaiņiem, kas dzimuši vakcinētām sievietēm, pirmajos 6 dzīves mēnešos ir apmēram 70 % mazāka iespēja nonākt slimnīcā ar gripu.



Gripa var būt nopietna slimība grūtniecēm un viņu mazuļiem.

Grūtniecēm katras grūtniecības laikā vajadzētu saņemt bezmaksas gripas vakcīnu. To var saņemt jebkurā grūtniecības stadijā, sākot no septembra.

Kas man tagad jā dara?

Jūs varat runāt ar savu GP praksi, vecmāti vai veselības aprūpes komandu, lai pieteiktu apmeklējumu vakcinācijai. Gripas, garā klepus un RSV vakcīnas tiek ievadītas rokā vienas injekcijas veidā. Biežāk izplatītās blaknes ir vieglas, un starp tām ir šādas:

- sāpīgums un apsārtums injekcijas vietā
- galvassāpes un muskuļu sāpes
- viegls drudzis vai nogurums

Jūs varat izlasīt bukletu par gripu šeit:

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

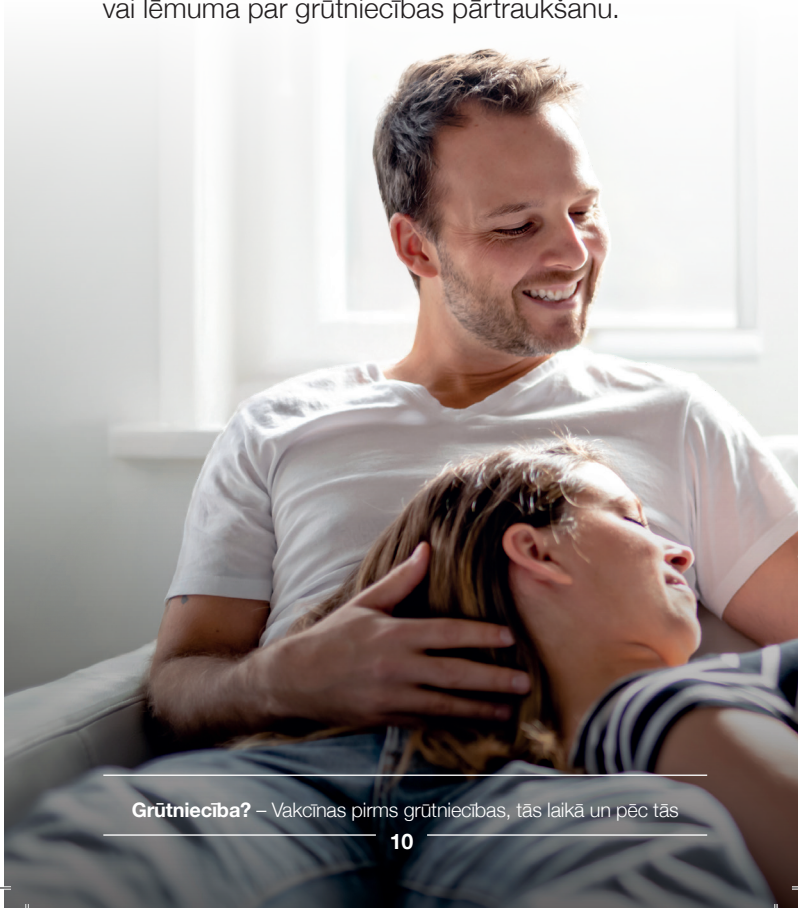
Pirms grūtniecības

Ja jūs vēl neesat stāvoklī, bet plānojat grūtniecību tuvākajā nākotnē, tad jums ir jāpārlecina, ka esat saņēmusi visas citas vajadzīgās vakcīnas.

Masaliņas

Masaliņu infekcija parasti ir viegla infekcija, kas izraisa izsitumus.

Saslimšana ar masaliņām grūtniecības laikā var būt ļoti nopietna jūsu mazulim, radot iedzimto masaliņu sindromu (congenital rubella syndrome CRS). CRS var izraisīt kurlumu, aklumu, kataraktu (ācu problēmas), sirds problēmas un/vai attīstības aizkavēšanos. Tas var novest arī pie mazuļa nāves vai lēmuma par grūtniecības pārtraukšanu.



Grūtniecība? – Vakcīnas pirms grūtniecības, tās laikā un pēc tās

Aizsardzība pret masaliņām grūtniecības laikā

Ja jūs bērnībā saņēmt divas MMR vakcīnas devas, tad grūtniecības laikā būsiet labi aizsargāta. Pateicoties mūsu veiksmīgajai vakcinācijas programmai, masaliņu infekcija Apvienotajā Karalistē tagad ir ārkārtīgi reti sastopama.

Ja jūs neesat pārliecināta, vai esat saņēmusi šo vakcīnu, jūs varat to pārbaudīt savā GP praksē. Ja jūs neesat to saņēmusi, jums vajadzētu saņemt trūkstošās vakcīnas, vislabāk vēl pirms grūtniecības. Ja tas nav iespējams, tad jums vajadzētu vakcinēties drīz pēc bērna dzimšanas.

MMR vakcīna satur dzīvu (novājinātu) vīrusu, tāpēc tā nav ieteicama grūtniecības laikā.

Es jau esmu stāvoklī, bet neesmu saņēmusi MMR vakcīnu. Kas man jādara?

Jūs varat saņemt MMR vakcīnas pēc dzemdībām. Vakcinēšanās pasargās jūs un jūsu mazuli no masalām un masaliņām. Abu MMR devu saņemšana nodrošinās arī ilgstošu aizsardzību pret masalām un epidēmisko parotītu (cūciņām).

Izsitumi grūtniecības laikā

Kas man jādara, ja esmu nonākusi saskarē ar kādu, kam ir izsitumi, vai ja man rodas izsitumi?

Dažas infekcijas, kas izraisa izsitumus, tostarp masaliņas, grūtniecēm var radīt komplikācijas. Pat ja esat aizsargāta no masaliņām, jums nekavējoties jāinformē vecmāte, GP vai dzemdību speciālists, ja jebkurā grūtniecības laikā jums rodas izsitumi vai esat nonākusi saskarsmē ar citu personu, kam ir izsitumi.

Lūdzu, izvairieties apmeklēt antenatālās vai dzemdību iestādes un tikties ar citām grūtniecēm, kamēr jums nav veikta pārbaude.

Jums var piedāvāt testus, lai noskaidrotu, vai neesat inficējusies. Veselības speciālistam, kurš jūs izmeklēs, būs jāzina:

- kura grūtniecības nedēļā jums ir
- kad notika saskarsme ar kādu, kam ir slimība ar izsitumiem
- datums, kad jums pirmo reizi parādījās izsitumi vai notika saskarsme ar kādu, kam ir izsitumi
- izsitumu apraksts (vai tie ir paaugstināti, nelīdzeni izsitumi vai pūslīši, kas piepildīti ar šķidrumu?)
- kādas infekcijas jums ir bijušas pagātnē, piemēram, vējbakas, masalas
- kādas vakcīnas jūs iepriekš esat saņēmusi

» Ja grūtniecības laikā jums notiek saskarsme ar kādu, kam ir izsitumi, vai ja jums parādās izsitumi, pēc iespējas ātrāk prasiet padomu savam GP vai vecmātei. Ja jūs novēloti informēsiet par izsitumu parādīšanos, var vairs nebūt iespējams noteikt precīzu diagnozi vai ieteikt ārstēšanu.

Citas vakcīnas, ko pārrunāt ar vecmāti

COVID-19

Risks saslimt ar COVID-19 grūtniecības laikā ir daudz mazāks nekā pandēmijas sākumā, taču grūtnieces vēl joprojām var vakcinēties pret to rudenī. Vakcīna uz dažiem mēnešiem samazinās jūsu iespēju nopietni saslimt ar COVID-19, un tas var būt svarīgāk, ja jums ir kāda pastāvīga veselības problēma. Jūsu organisma radītās antivielas tiks nodotas jūsu vēl nedzimušajam bērnam un nodrošinās zināmu aizsardzību jūsu mazulim dzīves pirmajās nedēļās un mēnešos.

B hepatīts

Bērniem, kas piedzimst mātēm, kurām ir B hepatīta infekcija (vai tām, kurām grūtniecības laikā ir bijis pozitīvs B hepatīta tests), ir jāsaņem vakcīna pret B hepatītu uzreiz pēc piedzimšanas. Ar savu GP praksi ir jāvienojas par to, lai mazulis saņemtu turpmākās vakcīnas devas un lai viņam veiktu asins analīzi 1 gada vecumā, pārbaudot, vai viņam nav šīs infekcijas. www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet

BCG

Bērniem, kas dzimuši vecākiem (vai kuriem ir vecvecāki) no kādas valsts, kurā ir izplatīta tuberkuloze, jāsaņem BCG vakcīna, lai pasargātu viņus no tuberkulozes. www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet

» Ieteicamo vakcīnu saņemšana grūtniecības laikā (un pēc bērna piedzimšanas) ir viena no efektīvākajām lietām, ko jūs varat darīt, lai samazinātu ar vakcīnu novēršamu infekciju risku jums un jūsu mazulim.

Jūsu bērna vakcinācija 8, 12 un 16 nedēļu vecumā palīdzēs šai aizsardzībai turpināsies bērna dzīves gados, kad viņš ir visneizsargātākais.

Saites uz papildu informāciju

- www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx
- www.gov.uk/government/collections/immunisation
- www.medicines.org.uk/emc/
- Par vakcīnām jūsu mazulim pirmajā dzīves gadā jūs varat izlasīt šeit: www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age

Grūtniecības vakcīnu saraksts

Pierakstiet savas grūtniecības vakcīnas zemāk, lai jūs ar savu mazuli nepalaistu garām aizsardzību pret gripu un garo klepu

Vakcīna	Kad to saņemt	Saņemšanas datums
Gripa	Gripas sezonas laikā jebkurā grūtniecības brīdī.	
Garais klepus	Vislabāk pēc skenēšanas 18.-20. nedēļā. To var saņemt no 16. nedēļas līdz dzemdēšanas laikam.	
RSV	Jums vajadzētu saņemt RSV vakcīnu sākot no 28. grūtniecības nedēļas	
MMR 1. deva*	Pēc bērna piedzimšanas, pēcdzemdību pārbaudē pēc 6 nedēļām (tiekoties ar GP vai ārstu prakses medmāsu).	
MMR 2. deva*	Četras nedēļas pēc pirmās devas (sk. augstāk).	

*Ja iepriekš nav saņemta vakcīna

**Vakcinācija grūtniecības laikā palīdz
aizsargāt grūtniecību. Runājiēt ar
savu vecmāti, GP praksi vai mediķu
komandu, lai saņemtu vakcīnas sev
vispiemērotākajā laikā.**



© Crown copyright 2024
24PYPB01LAT Latvian. 1P 250K OCT 2024
UK Health Security Agency gateway number: 2024706
Pirmo reizi publicēts 2024. gada jūnijā

Šī brošūra ir pieejama arī tulkota dažādās valodās un viegli pieejamos
formātos. Lai pasūtītu vēl citus šīs brošūras eksemplārus, apmeklējiet vietni:
www.healthpublications.gov.uk vai zvaniet uz 0300 123 1002. 0300 123 1002, teksta
tālrunis: 0300 123 1003 (no plkst. 8.00 līdz 18.00, no pirmdienas līdz piektdienai)

**[www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-
and-when-to-have-them](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/nhs-vaccinations-and-when-to-have-them)**