



UK Health
Security
Agency



Laukiate?

Šie skiepai padės apsaugoti
jus, jūsų kūdikį ir patį nėštumą

Gripas (Influenza)

Kokliušas
(Pertussis)

**Respiracinis sincitinis
virusas** (RSV)

Su papildoma informacija
apie kitas vakcinas ir kada
reikėtų jomis pasiskiepyti

immunisation



Šiame lankstinuke aprašomos nemokamos vakcinos, kurios padeda apsaugoti

- jus
- jūsų nėštumą, ir
- jūsų kūdikį

nuo infekcijos komplikacijų

Kaip veikia skiepai?

Skiepai padeda jūsų organizmo natūraliai gynybinei sistemai (imuninei sistemai) atpažinti ir kovoti su tam tikromis infekcinėmis ligomis.

Pasiskiepijus sustiprinama jūsų imuninė sistema, kad išvengtumėte negalavimų ir apsaugotumėte savo nėštumą. Vėliau antikūnai perduodami jūsų dar negimusiam kūdikiui, kad apsaugotų jį tik gimus ir pirmosiomis gyvenimo savaitėmis bei mėnesiais.

Ar pasiskiepijusi galiu maitinti kūdikį krūtimi?

Taip, kūdikį saugu maitinti krūtimi pasiskiepijus MMR, gripo, kokliušo ir RSV vakcinomis. Dėl kai kurių nėštumo metu ar po nėštumo gautų skiepų motinos piene atsiras antikūnų, todėl maitindama krūtimi ir toliau perduosite apsaugą savo kūdikiui.

Nėštumo metu skiriamos vakcinos

Kokliušas (Pertussis)

Kokliušas yra labai užkrečiama liga, kuri kūdikiams gali būti labai pavojinga. Daugumai kokliušu susirgusių kūdikių bus reikalingas gydymas ligoninėje.

Kokliušas sukelia ilgalaikius kosulio priepuolius ir springimą, todėl pasidaro sunku kvėpuoti. Bandymas įkvėpti oro po kiekvieno kosulio priepuolio sukelia švilpimą primenantį garsą.

Kokliušas gali tęstis apie 2–3 mėnesius. Jis gali sukelti plaučių uždegimą, priepuolius ir negrįžtamai pažeisti smegenis. Blogiausiais atvejais jis gali tapti mirties priežastimi.

Kodėl reikia pasiskiepyti nuo kokliušo?

Pasiskiepijusi nuo kokliušo nėštumo metu sustiprinsite savo apsaugą. Jūsų organizmo pagaminti antikūnai per placentą taip pat bus perduoti jūsų kūdikiui. Jie padės apsaugoti kūdikį nuo kokliušo pirmosiomis gyvenimo savaitėmis.



Laukiatės? – Skiepai prieš nėštumą, nėštumo metu ir po nėštumo

Kada turėčiau pasiskiepyti?

Paprastai nuo kokliušo skiepijama įpusėjus nėštumui (20 savaičių), tačiau skiepytis galima ir nuo 16 nėštumo savaitės.

Jei laukiatės jau 20 savaičių ir dar nepasiskiepijote, kreipkitės į savo bendrosios praktikos gydytoją arba akušerę ir kuo greičiau pasiskiepykite.

Norėdama suteikti kūdikiui geriausią apsaugą, turėtumėte pasiskiepyti iki 32 nėštumo savaitės. Jei iki to laiko nepasiskiepijote, tą padaryti galite ir vėlesniame nėštumo etape, tačiau vakcina jau bus ne tokia veiksminga. Jei neturėjote galimybės pasiskiepyti prieš gimstant kūdikiui, tai galite padaryti ir vėliau ir taip sumažinti kokliušo infekcijos perdavimo kūdikiui riziką. Svarbu nuo kokliušo pasiskiepyti kiekvieno nėštumo metu, kad padidėtų jūsų antikūnų kiekis ir būtų apsaugotas jūsų kūdikis.

Maniau, kad kūdikiai skiepijami nuo kokliušo.

Jungtinėje Karalystėje kūdikiai nuo kokliušo skiepijami sulaukę 8, 12 ir 16 savaičių.

Dažnai sunkia kokliušo forma susirgę kūdikiai užsikrečia pirmosiomis gyvenimo savaitėmis.

Vienintelis būdas apsaugoti kūdikį tuo metu yra pasiskiepyti nuo kokliušo nėštumo laikotarpiu.

Koks vakcinos veiksmingumas?

Jungtinėje Karalystėje atlikti tyrimai parodė, kad skiepai nėštumo metu apsaugo maždaug 90 % naujagimių nuo kokliušo.

Vakcinos teikiama apsauga taip pat reiškia, kad sumažėja tikimybė jums pačiai užsikrėsti kokliušu ir perduoti jį kūdikiui.

Kokia vakcina bus skiriama?

Nėštumo metu skiriama vakcina taip pat apsaugo nuo stabligės ir difterijos. Ji sustiprina apsaugą, kurią gavote skiepijant įprastinėmis vaikiškomis vakcinomis.

Daugiau informacijos apie „Adacel“ vakciną rasite čia: www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref

Ar saugu skiepytis nuo kokliušo nėštumo metu?

Daugelyje Europos, Šiaurės ir Pietų Amerikos šalių, Australijoje ir Naujojoje Zelandijoje nėštumo metu naudojama vakcina nuo kokliušo yra labai saugi.

Jums ir jūsų kūdikiui yra daug saugiau pasiskiepyti, nei rizikuoti, kad naujagimis užsikrėstų.



Apsaugokite savo kūdikį ir kiekvieno nėštumo metu pasiskiepykite nuo kokliušo. Pasirūpinkite, kad jūsų kūdikis būtų paskiepytas nuo kokliušo sulaukus 8, 12 ir 16 savaičių.

Respiracinis sincitinis virusas (RSV)

Respiracinis sincitinis virusas (RSV) – tai plačiai paplitęs virusas, galintis sukelti plaučių infekciją, vadinamą bronchiolitu. Dėl šios ligos kūdikiams gali būti sunku kvėpuoti ir maitintis.

Anglijoje kasmet į ligoninę paguldoma apie 20 000 bronchiolitu sergančių kūdikių, o kai kuriems net prireikia intensyvios priežiūros. Keletas iš jų miršta.

RSV dažniau pasireiškia labai mažiems, neišnešiotiems kūdikiams ir tiems, kurie serga širdies, kvėpavimo ar imuninės sistemos ligomis. RSV infekcijos plinta ištisus metus, tačiau didžiausias sergamumas būna žiemą.

Kodėl turėčiau pasiskiepyti nuo RSV?

Nėštumo metu pasiskiepijusi nuo RSV sustiprinsite savo apsaugą. Jūsų organizmo pagaminti antikūnai bus perduoti jūsų dar negimusiam kūdikiui. Šie antikūnai padės apsaugoti kūdikį nuo RSV nuo pat gimimo.

Kada turėčiau pasiskiepyti šia vakcina?

Vakcina jums turėtų būti pasiūlyta 28-os savaitės vizito pas akušerę metu.

Turėtumėte pasiskiepyti 28 nėštumo savaitę arba kuo greičiau po to. Vakcina padės sukaupti pakankamai antikūnų, kuriuos perduosite savo kūdikiui prieš gimimą.

Pasiskiepyti galite ir vėlesniame nėštumo etape, tačiau vakcina gali būti ne tokia veiksminga. Jei neturėjote galimybės pasiskiepyti anksčiau, tai galite padaryti iki kūdikio gimimo.

RSV vakcina turite pasiskiepyti kiekvieno nėštumo metu, kad naujagimiui būtų suteikta kuo geresnė apsauga.

Kiek veiksminga RSV vakcina?

Tyrimai rodo, kad paskiepijus nuo RSV 70 % sumažėja rizika, jog per pirmuosius 6 gyvenimo mėnesius kūdikis susirgs sunkia bronchiolito forma.

Kaip ir visi vaistai, nė viena vakcina nėra visiškai veiksminga, todėl kai kurie kūdikiai gali užsikrėsti RSV infekcija, nors jų mamoms buvo pasiskiepijusios. Tačiau dauguma kūdikių, gimusių paskiepytomis mamoms, persirgs lengvesne RSV infekcijos forma.

Kokia vakcina bus skiriama?

Daugiau informacijos rasite čia:

www.abrysvo.com/

Ar RSV vakcina nėštumo metu nepakenks mano kūdikiui?

Atlikus klinikinį tyrimą, kuriame dalyvavo beveik 4 000 moterų, buvo nustatytas geras vakcinės saugumas, todėl ją patvirtino JK, Europos ir JAV vaistų kontrolės institucijos. Nuo to laiko pagal nacionalines programas šia vakcina buvo paskiepyta tūkstančiai moterų, įskaitant daugiau kaip 100 000 moterų JAV.

Atliekant klinikinius tyrimus, vakcinės grupėje gimė šiek tiek daugiau neišnešiotų kūdikių nei vakcinės negavusiųjų grupėje. Panašu, kad šis skirtumas susijęs su atsitiktinumu ir tai yra viena iš priežasčių, kodėl vakcina skiriama nuo 28 nėštumo savaitės, o ne anksčiau. Apskritai jums ir jūsų kūdikiui daug saugiau pasiskiepyti, nei rizikuoti, kad naujagimis užsikrės RSV infekcija.



**Nėštumo metu pasiskiepykite
nuo RSV ir suteikite savo kūdikiui
geriausią apsaugą pirmuosius
6 gyvenimo mėnesius.**

Gripas

Kas yra gripas?

Gripas yra labai užkrečiama liga, kurios pagrindiniai simptomai yra karščiavimas, šaltkrėtis, skausmas, galvos skausmas ir didelis nuovargis. Nėščiosioms kyla didesnė sunkių gripo komplikacijų (įskaitant plaučių uždegimą ir mirtį) tikimybė, ypač vėlesniuose nėštumo etapuose.

Gripas taip pat gali pakenkti nėštumui, sukelti priešlaikinį gimdymą, kūdikis gali gimti mažo svorio arba negyvas.

Be to, gripas yra labai pavojingas naujagimiams ir mažiems kūdikiams.

Kodėl reikia pasiskiepyti nuo gripo nėštumo metu?

Skiepai nuo gripo sumažina tikimybę, kad nėštumo metu susirgsite sunkia gripo forma, prireiks gydymo ligoninėje ar intensyvios priežiūros. Jie taip pat sumažina nėštumo komplikacijų riziką.

Skiepai padidina antikūnų prieš gripą kiekį, kurie vėliau perduodami jūsų dar negimusiam kūdikiui. Jie suteikia tam tikrą apsaugą naujagimiui pirmaisiais gyvenimo mėnesiais.

Be to, sumažėja tikimybė, kad žiemą susirgsite gripu ir užkrėsite savo kūdikį.

Kada turėčiau pasiskiepyti?

Paprastai nuo gripo skiepijama kasmet nuo rugsėjo mėnesio ir nėščiosioms ši vakcina yra nemokama.

Turėtumėte pasiskiepyti iškart, kai tik pasitaikys galimybė rugsėjo mėnesį, nepriklausomai nuo nėštumo laiko. Geriausia būtų pasiskiepyti prieš prasidedant gripo sezonui, tačiau tai galite padaryti bet kada žiemą.

Pasiskiepyti nuo gripo turėsite per kiekvieną nėštumą gripo sezono metu.

Ar saugu skiepytis nuo gripo nėštumo metu?

Nuo 2009 m. daugelyje šalių nėščiosioms siūloma pasiskiepyti nuo gripo, o Anglijoje buvo pasiskiepyta daugiau kaip 2 mln. nėščiųjų. Ši vakcina pasižymi puikiais saugumo rodikliais.

Apskritai, pasiskiepyti yra daug saugiau, nei rizikuoti, kad jūs ar jūsų kūdikis susirgsite gripu.

Koks skiepų nuo gripo veiksmingumas?

Nėštumo metu pasiskiepijus nuo gripo dvigubai sumažėja rizika, kad jūs arba jūsų kūdikis susirgsite į gripą panašia liga. Paskiepytomis mamoms gimę kūdikiai maždaug 70 % rečiau atsiduria ligoninėje dėl gripo per pirmuosius 6 gyvenimo mėnesius.

» Gripas gali būti pavojinga liga nėščiosioms ir jų kūdikiams. Kiekvieno nėštumo metu nėščiosios turėtų nemokamai pasiskiepyti nuo gripo. Pasiskiepyti galima bet kuriame nėštumo etape nuo rugsėjo mėnesio.

Ką turėčiau daryti dabar?

Jei norite pasiskiepyti, kreipkitės į savo bendrosios praktikos gydytoją, akušerę arba sveikatos priežiūros specialistus. Skiepai nuo gripo, kokliušo ir RSV yra vienkartinė injekcija į žastą. Dažniausiai pasireiškiantys lengvi šalutiniai poveikiai:

- skausmas ir paraudimas injekcijos vietoje
- galvos ir raumenų skausmas
- nedidelis karščiavimas ar nuovargis

Informacinį lapelį apie gripą rasite čia:

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

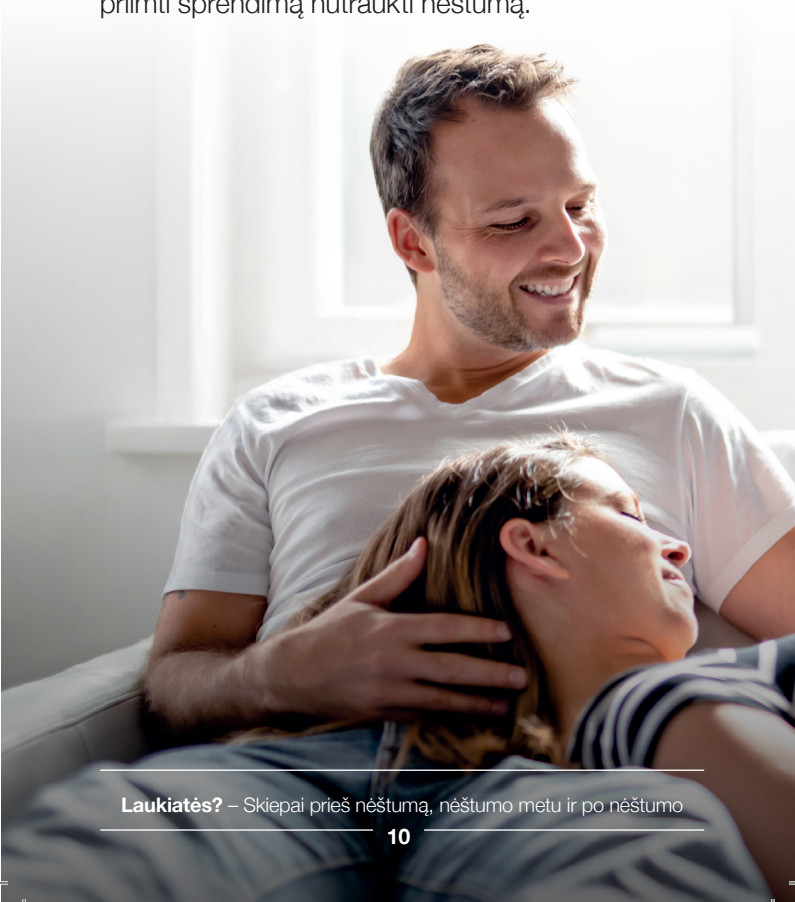
Prieš pastojant

Jei dar nesate nėščia, bet artimiausiu metu planuojate pastoti, pasirūpinkite, kad gautumėte visus reikiamus skiepus.

Raudonukė (vokiškieji tymai)

Raudonukė paprastai yra lengva infekcija, sukelianti odos bėrimą.

Susirgimas raudonuke nėštumo metu gali būti labai pavojingas jūsų kūdikiui ir sukelti taip vadinamą įgimtą raudonukės sindromą. Dėl šios ligos gali išsivystyti kurtumas, aklumas, katarakta (akių problemos), širdies problemos ir (arba) vėluoti raida. Kūdikis taip pat gali mirti arba gali reikėti priimti sprendimą nutraukti nėštumą.



Laukiatės? – Skiepai prieš nėštumą, nėštumo metu ir po nėštumo

Apsauga nuo raudonukės nėštumo metu

Jei vaikystėje buvote paskiepyta dviem MMR vakcinų dozėmis, nėštumo metu turėsite gerą apsaugą. Dėl sėkmingos mūsų skiepų programos raudonukės infekcija Jungtinėje Karalystėje dabar pasitaiko labai retai.

Jei nežinote, ar buvote paskiepyta, kreipkitės į savo bendrosios praktikos gydytoją. Jei praleidote šiuos skiepus, turėtumėte paskiepyti dar prieš pastojant. Kitu atveju turėtumėte pasiskiepyti iškart po kūdikio gimimo.

MMR vakcinoje yra gyvo (susilpninto) viruso, todėl nerekomenduojama skiepytis nėštumo metu.

Ką daryti, jei jau pastojau, bet dar nesu pasiskiepijusi MMR skiepu?

Kai pagimdysite, galėsite pasiskiepyti MMR vakcina. Šie skiepai apsaugos jus ir jūsų kūdikį nuo tymų ir raudonukės. Pasiskiepijusi abiem MMR dozėmis taip pat gausite ilgalaikę apsaugą nuo tymų ir kiaulytės.

Bērimas nēštumo metu

Kā daryti, jei kontaktavau su išbertu žmogumi arba pati esu išberta?

Kai kurios bērimą sukeliančios infekcijos, įskaitant raudonukę, nēščiosioms gali sukelti komplikacijų. Net jei esate pasiskiepijusi nuo raudonukės, turite nedelsdama pranešti akušerei, bendrosios praktikos gydytojui arba gydytojui akušeriui-ginekologui, jei nēštumo metu atsirado bērimas arba kontaktavote su išbertu žmogumi.

Stenkitės nesilankyti nēščiųjų priežiūros klinikoje, gimdymo namuose ar pas kitas nēščiasias, kol nebūsite patikrinta.

Jums gali būti atlikti tyrimai, siekiant nustatyti, ar esate užsikrėtusi. Jus apžiūrintis sveikatos priežiūros specialistas turės žinoti:

- kiek savaičių esate nēščia
- kada kontaktavote su išbertu žmogumi
- datą, kada pirmą kartą atsirado bērimas arba kontaktavote su išbertu žmogumi
- bērimo pobūdį (ar spuogeliai yra iškilę, nelygūs ar tai skysčio turinčios pūslelės?)
- kokiomis infekcijomis, pavyzdžiui, vėjaraupiais ar tymais, esate persirgusi
- kokiomis vakcinomis buvote paskiepyta

» Jei kontaktavote su išbertu žmogumi arba bērimas atsirado nēštumo metu, kuo greičiau kreipkitės į savo bendrosios praktikos gydytoją arba akušerę. Jei delsite pranešti apie išbērimą, gali būti sunku nustatyti tikslią diagnozę ar skirti reikiamą gydymą.

Kitos vakcinos, kurias reikėtų aptarti su akušere

COVID-19

Rizika užsikrėsti COVID-19 nėštumo metu yra daug mažesnė nei pandemijos pradžioje, tačiau nėščiosios vis dar gali pasiskiepyti rudenį. Ši vakcina sumažins tikimybę susirgti sunkia COVID-19 forma keletą mėnesių, o tai gali būti itin svarbu, jei sergate kitomis ligomis. Jūsų organizme susidarę antikūnai bus perduoti jūsų dar negimusiam kūdikiui ir suteiks jam kažkiek apsaugos pirmosiomis gyvenimo savaitėmis ir mėnesiais.

Hepatitis B

Kūdikiui, gimę hepatitu B užsikrėtusioms mamoms (arba toms, kurioms nėštumo metu buvo nustatytas hepatitas B), turėtų būti paskiepyti nuo hepatito B iškart jiems gimus. Kai kūdikiui sueis vieneri metai, kreipkitės į savo bendrosios praktikos gydytoją, kad jam (jai) būtų skirtos papildomos vakcinos dozės ir atliktas kraujo tyrimas infekcijai nustatyti. www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet

BCG

Kūdikiai, gimę tėvams (ar seneliams) iš tų šalių, kuriose paplitusi tuberkuliozė, turėtų būti paskiepyti BCG vakcina, kad būtų apsaugoti nuo tuberkuliozės. www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet

» Rekomenduojamos vakcinos nėštumo metu (ir kūdikiui gimus) yra vienas veiksmingiausių dalykų, kuriuos galite padaryti, norėdama sumažinti vakcinomis išvengiamų infekcijų rizikos sau ir savo kūdikiui.

Pasirūpinkite, kad jūsų kūdikis būtų paskiepytas 8, 12 ir 16 savaitę, kad jam būtų suteikta apsauga labiausiai pažeidžiamais gyvenimo metais.

Papildomos informacijos nuorodos

- www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx
- www.gov.uk/government/collections/immunisation
- www.medicines.org.uk/emc/
- Daugiau informacijos apie vakcinas, skirtas jūsų kūdikiui pirmaisiais gyvenimo metais, rasite www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age

Nėščiųjų skiepų kortelė

Užsirašykite nėštumo metu skiriamus skiepus, norėdama užtikrinti, kad jūs ir jūsų kūdikis būtumėte apsaugoti nuo gripo ir kokliušo.

Skiepas	Kada reikia pasiskiepyti	Skiepo data
Gripas	Gripo sezono metu bet kuriame nėštumo etape.	
Kokliušas	Geriausia po 18–20 nėštumo savaitės ultragarso tyrimo. Galima skiepytis nuo 16 nėštumo savaitės iki gimdymo.	
RSV	RSV vakcina turėtumėte pasiskiepyti 28 nėštumo savaitę.	
MMR 1 dozė*	Kūdikiui gimus per 6 savaitių patikrinimą po gimdymo (atlieka bendrosios praktikos gydytojas arba slaugytojas).	
MMR 2 dozė*	Praėjus keturioms savaitėms po pirmosios dozės (kaip nurodyta aukščiau).	

*Jei anksčiau neskiepyta

Laukiatės? – Skiepai prieš nėštumą, nėštumo metu ir po nėštumo

**Skiepai nėštumo metu padeda
apsaugoti jūsų nėštumą. Kreipkitės į
akušerę, bendrosios praktikos gydytoją
arba sveikatos priežiūros specialistus,
kad būtumėte paskiepyta pačiu
tinkamiausiu metu.**



© Crown copyright 2024
24PYPB01LIT Lithuanian. 1P 250K OCT 2024
UK Health Security Agency gateway number: 2024707
Pirmoji versija paskelbta 2024 m. birželio mėn.

Lankstinukas taip pat išverstas į įvairias kalbas ir pateikiamas kitais formatais.
Norėdami užsisakyti daugiau kopijų, apsilankykite: www.healthpublications.gov.uk arba
skambinkite telefonu: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (nuo 08:00 val. iki 18:00
val. pirmadieniais–penktadieniais)

**[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)**