



UK Health
Security
Agency



Jesteś w ciąży?

**Te szczepienia pomagają
chronić Ciebie, Twoje dziecko
i Twoją ciążę**

Grypa

Krztusiec

(koklusz)

**Syncytialny wirus
oddechowy**

(wirus RSV)

Wraz z dodatkowymi
poradami na temat innych
szczepień oraz kiedy je
przyjmować

immunisation



W niniejszej broszurze opisano darmowe szczepienia, które pomagają chronić

- Ciebie
- Twoją ciążę, i
- Twojego noworodka

przed komplikacjami infekcji

Jak działają szczepienia?

Szczepienia pomagają naturalnej obronie Twojego organizmu (układowi odpornościowemu) rozpoznawać i zwalczać określone choroby zakaźne.

Gdy otrzymujesz szczepienie, Twój układ odpornościowy jest wzmacniany, by pomóc Ci uniknąć zachorowania oraz by chronić Twoją ciążę. Przeciwciała następnie przechodzą do Twojego nienarodzonego dziecka, by pomóc chronić je przed porodem oraz w pierwszych kilku tygodniach i miesiącach życia.

Czy mogę karmić moje dziecko piersią po otrzymaniu szczepienia?

Tak, jest to bezpieczne, by karmić dziecko piersią po otrzymaniu szczepionki przeciwko MMR, grypie, krztuścowi i wirusowi RSV. W przypadku niektórych szczepień podawanych w trakcie lub po ciąży, Twoje mleko z piersi będzie zawierało przeciwciała, zatem będziesz mogła dalej dzielić się ochroną z dzieckiem, karmiąc je piersią.

Szczepienia podawane podczas ciąży

Krztusiec (koklusz)

Krztusiec to wysoce zakaźna choroba, która może być bardzo poważna dla małych dzieci. Większość małych dzieci chorych na krztusiec wymaga hospitalizacji.

Krztusiec może wywoływać długie napady kaszlu i dławienia się, które utrudniają oddychanie. „Głośny wdech” kończący atak kaszlu jest wywoływany łapaniem oddechu po każdym ataku kaszlu.

Krztusiec może się utrzymywać około 2 lub 3 miesiące. Może prowadzić do zapalenia płuc, napadów padaczkowych i trwałego uszkodzenia mózgu. W najgorszych przypadkach, może prowadzić do zgonu.

Czemu potrzebuję szczepienia na krztusiec?

Szczepienie przeciwko krztuścowi podczas ciąży wzmocni Twoją własną ochronę. Przeciwciała wytwarzane przez Twój organizm zostaną przekazane przez łożysko Twojemu dziecku.

Te przeciwciała pomogą chronić Twoje dziecko przed krztuścem w pierwszych tygodniach jego życia.



Kiedy powinnam się zaszczepić?

Zwykle, szczepienie przeciw krztuścowi otrzymuje się w okolicy skanu w połowie ciąży (zwykle w 20 tygodniu), lecz można je otrzymać już nawet w 16 tygodniu.

Jeśli dotarłaś do 20 tygodnia ciąży i nie byłaś jeszcze szczepiona, skontaktuj się z przychodnią swojego lekarza rodzinnego lub z położną, by umówić się jak najszybciej na szczepienie.

By zapewnić Twojemu dziecku najlepszą ochronę, powinnaś dążyć do otrzymania szczepienia przed 32 tygodniem. Jeśli przegapisz ten termin, nadal możesz otrzymać szczepionkę później, ale może być ona mniej skuteczna. Jeśli otrzymanie szczepienia nie było możliwe przed narodzinami dziecka, nadal możesz je otrzymać po narodzinach, co zmniejszy ryzyko zakażenia dziecka krztuścem. Jest ważne, by otrzymywać szczepienie przeciwko krztuścowi w trakcie każdej ciąży, by zwiększyć poziom swoich przeciwciał i pomóc w ochronie dziecka.

Sądziłam, że noworodki otrzymują szczepienie przeciwko krztuścowi?

W Wielkiej Brytanii, noworodki otrzymują szczepienie przeciwko krztuścowi w 8, 12 i 16 tygodniu życia. Wiele noworodków, które mają ciężki przebieg krztuśca, zaraża się w pierwszych tygodniach życia. Jedyne sposoby, by chronić Twoje dziecko w tym czasie, to podanie szczepienia przeciw krztuścowi, gdy jesteś w ciąży.

Jaka jest skuteczność szczepionki?

Brytyjskie badania wykazały, że otrzymanie szczepienia w ciąży jest skuteczne w około 90% w zapobieganiu krztuścowi u noworodków.

Ochrona, jaką otrzymujesz dzięki szczepieniu, oznacza również, że będzie mniej prawdopodobne, że zachorujesz na krztusiec i przekażesz go swojemu dziecku.

Które szczepienie otrzymuję?

Szczepionka, którą podajemy w ciąży, zapewnia też ochronę przeciwko tężcowi i błonicy. Powinny one rozwijać ochronę, jaką uzyskało się dzięki rutynowym szczepieniom w dzieciństwie.

Informacje na temat szczepionki Adacel można znaleźć tutaj: www.medicines.org.uk/emc/product/15553/pil#gref

Czy otrzymanie szczepienia przeciwko krztuścowi jest bezpieczne w ciąży?

Wiele krajów w Europie, Ameryce Północnej i Południowej, Australii i Nowej Zelandii wykorzystuje szczepionkę przeciw krztuścowi w ciąży i ma ona znakomite wyniki pod względem bezpieczeństwa.

Otrzymanie szczepienia jest znacznie bardziej bezpieczne dla Ciebie i Twojego dziecka, niż ryzykowanie, że Twój noworodek mógłby złapać krztusiec.



Pomóż chronić Twoje dziecko, przyjmując szczepienie przeciwko krztuścowi w każdej ciąży. Dopilnuj, by Twój noworodek otrzymał własne szczepienie przeciwko krztuścowi w 8, 12 i 16 tygodniu.

Syncytialny wirus oddechowy (wirus RSV)

Syncytialny wirus oddechowy (wirus RSV) to powszechny wirus, który może powodować infekcję płuc zwaną zapaleniem oskrzelików. U noworodków stan ten może utrudniać oddychanie i karmienie. Każdego roku w Anglii dochodzi do 20 000 hospitalizacji niemowląt z zapaleniem oskrzelików i część z nich wymaga intensywnej terapii. Mała ilość umiera.

Istnieje większe prawdopodobieństwo, że wirus RSV będzie miał poważny przebieg u bardzo małych dzieci, wcześniaków i dzieci z zaburzeniami serca, układu oddechowego lub odpornościowego. Zakażenie wirusem RSV może wystąpić przez cały rok, ale szczyt zachorowań przypada na zimę.

Czemu powinnam się zaszczepić przeciwko wirusowi RSV?

Przyjęcie szczepionki przeciwko RSV w ciąży wzmocni Twoją ochronę. Przeciwciała produkowane przez Twoje ciało zostaną przekazane do nienarodzonego dziecka. Te przeciwciała pomogą chronić Twoje dziecko przed wirusem RSV od chwili narodzin.

Kiedy powinnam się zaszczepić?

Szczepionka powinna zostać Ci zaoferowana około wizyty przedporodowej w 28 tygodniu.

Należy postarać się zaszczepić około 28 tygodnia lub jak najszybciej po tym terminie. Pomoże to zbudować Twojemu organizmowi dobry poziom przeciwciał, które zostaną przekazane dziecku przed narodzinami.

Szczepionkę można przyjąć w późniejszym okresie ciąży, ale może być ona mniej skuteczna. Szczepionka może być podana aż do chwili narodzin, jeśli nie udało się przyjąć jej dawki wcześniej.

Szczepionkę przeciwko RSV należy stosować w każdej ciąży, aby zapewnić Twojemu noworodkowi jak najlepszą ochronę.

Jaka jest skuteczność szczepionki przeciwko RSV?

Badania wskazują, że szczepienie przeciwko RSV zmniejsza ryzyko ciężkiego zapalenia oskrzeli u dziecka o 70% w pierwszych 6 miesiącach życia.

Podobnie jak w przypadku wszystkich leków, żadna szczepionka nie jest całkowicie skuteczna i niektóre dzieci mogą nadal zachorować na RSV, nawet jeśli ich matki zostały zaszczepione. Jednak w przypadku większości dzieci urodzonych po zaszczepieniu matki przebieg choroby RSV powinien być łagodniejszy.

Które szczepienie otrzymuję?

Informacje na ten temat można znaleźć tutaj:

www.abrysvo.com/

Czy szczepionka RSV w czasie ciąży jest bezpieczna dla mojego dziecka?

W próbie klinicznej prawie 4 000 kobiet, szczepionka uzyskała dobre wyniki pod względem bezpieczeństwa i została zatwierdzona przez organy regulujące kwestie lekarstw w Wielkiej Brytanii, Europie i Stanach Zjednoczonych. Wiele tysięcy kobiet otrzymało od tego czasu szczepienie w ramach krajowych programów, w tym ponad 100 000 kobiet w USA.

W próbie klinicznej, nieco więcej dzieci urodziło się przedwcześnie w grupie szczepionej niż w grupie nieszczepionej. Różnica zdaje się być przypadkowa, lecz między innymi z tej przyczyny szczepienie jest podawane od 28 tygodnia, a nie wcześniej w ciąży. Ogólnie, znacznie bezpieczniejsze dla Ciebie i Twojego dziecka jest przyjęcie szczepienia, a nie podejmowanie ryzyka, by noworodek złapał wirusa RSV.



Przyjmij szczepienie przeciw wirusowi RSV, gdy jesteś w ciąży, by zapewnić swojemu dziecku jak najlepszą ochronę przez pierwsze 6 miesięcy jego życia.

Grypa

Czym jest grypa?

Grypa to wysoce zakaźna choroba, która daje takie objawy, jak gorączka, dreszcze, ból, bóle głowy i ekstremalne zmęczenie. Kobiety w ciąży są bardziej narażone na poważne komplikacje grypy, zwłaszcza w późniejszych etapach ciąży, włącznie z zapaleniem płuc czy nawet zgonem. Grypa może też stanowić zagrożenie dla Twojej ciąży, prowadzić do przedwczesnego porodu, niskiej masy urodzeniowej ciała czy do urodzenia martwego dziecka. Grypa może być też ekstremalnie poważna w przypadku noworodków i młodych niemowląt.

Czemu powinnam się zaszczepić przeciwko grypie w ciąży?

Szczepienie przeciwko grypie obniża ryzyko poważnego zachorowania na grypę, konieczności hospitalizacji czy intensywnej terapii podczas ciąży. Zmniejsza też ryzyko wystąpienia komplikacji w ciąży. Szczepienie zwiększa poziom przeciwciał przeciwko grypie, które są następnie przekazywane Twojemu nienarodzonemu dziecku. Daje to pewną ochronę Twojemu noworodkowi przez kilka pierwszych miesięcy życia. Będziesz też mniej narażona na ryzyko zachorowania na grypę i przekazania jej swojemu dziecku w ciągu zimy.

Kiedy powinnam się zaszczepić?

Szczepienie przeciwko grypie jest zwykle dostępne od września każdego roku i jest ono darmowe dla kobiet w ciąży. Powinnaś otrzymać szczepienie, gdy zostanie ono udostępnione we wrześniu, niezależnie od tego, na jakim etapie ciąży jesteś. Najlepiej jest przyjąć szczepienie, zanim rozpocznie się sezon zachorowań na grypę, lecz szczepionkę można też otrzymać w dowolnym momencie zimy. Będziesz potrzebować szczepienia na grypę za każdym razem, gdy jesteś w ciąży w okresie zachorowań na grypę.

Czy otrzymanie szczepienia przeciwko grypie jest bezpieczne w ciąży?

Od 2009 r. wiele krajów oferuje szczepienia na grypę w ciąży, i ponad 2 miliony szczepionek zostały podane ciężarnym kobietom w Anglii. Szczepienie ma znakomite wyniki pod względem bezpieczeństwa. Ogólnie, znacznie bezpieczniejsze jest przyjęcie szczepienia niż podejmowanie ryzyka zachorowania na grypę przez Ciebie lub dziecko.

Jaka jest skuteczność szczepionki na grypę?

Przyjęcie szczepienia na grypę w ciąży zmniejsza o połowę ryzyko zachorowania przez Ciebie lub Twojego noworodka na chorobę grypopodobną. Noworodki zaszczepionych kobiet mają około 70% mniejsze ryzyko przyjęcia do szpitala z gripą w pierwszych 6 miesiącach życia.



Grypa może być poważną chorobą dla kobiet w ciąży i ich dzieci. Kobiety w ciąży powinny otrzymać darmowe szczepienie przeciwko grypie w trakcie każdej ciąży. Szczepionkę można podawać na każdym etapie ciąży, począwszy od września.

Co powinnam teraz zrobić?

Możesz skontaktować się z przychodnią swojego lekarza rodzinnego, z położną lub zespołem służby zdrowia, by umówić się na wizytę na szczepienia. Szczepienia przeciw grypie, krztuścowi i wirusowi RSV podaje się jako pojedynczy zastrzyk do ręki. Powszechne skutki uboczne są łagodne i obejmują:

- ból i zaczerwienienie w miejscu szczepienia
- ból głowy i mięśni
- łagodną gorączkę lub zmęczenie

Tutaj możesz zapoznać się z broszurą na temat grypy:

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

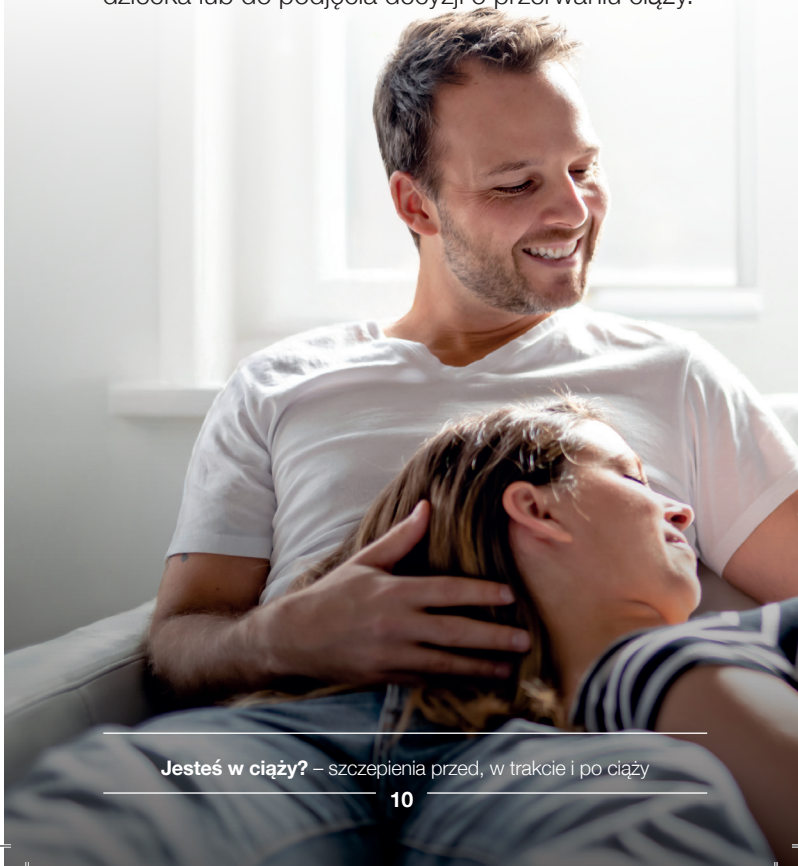
Zanim zajdziesz w ciążę

Jeśli nie jesteś jeszcze w ciąży, lecz masz nadzieję zajść w ciążę w bliskiej przyszłości, powinnaś dopilnować, by mieć aktualne wszystkie pozostałe szczepienia.

Różyczka

Różyczka ma zwykle postać delikatnej infekcji, która powoduje wysypkę.

Zachorowanie na różyczkę w ciąży może być bardzo poważne dla Twojego dziecka, powodując dolegliwość zwaną zespołem różyczki wrodzonej. Zespół różyczki wrodzonej może prowadzić do głuchoty, ślepoty, zaćmy (problemy z okiem), problemów z sercem i/lub do opóźnienia rozwojowego. Może też prowadzić do zgonu dziecka lub do podjęcia decyzji o przerwaniu ciąży.



Ochrona przed zachorowaniem na różyczkę w ciąży

Jeśli otrzymałaś dwie dawki szczepionki przeciw odrze, śwince i różyczce (MMR) jako dziecko, będziesz dobrze chroniona w ciąży. Dzięki naszemu udanemu programowi szczepień, zachorowania na różyczkę są obecnie niezwykle rzadkie w Wielkiej Brytanii.

Jeśli nie jesteś pewna, czy byłaś szczepiona, możesz spytać o to w swojej przychodni lekarza rodzinnego. Jeśli przegapiłaś któreś szczepienia, powinnaś je wykonać, najlepiej przed zajściem w ciążę. W innym wypadku, powinnaś przyjąć szczepienie niedługo po narodzinach dziecka.

Szczepienie MMR zawiera żywego (osłabionego) wirusa, zatem nie poleca się go w ciąży.

Zaszłam już w ciążę, lecz nie byłam jeszcze szczepiona przeciw odrze, śwince i różyczce, co powinnam zrobić?

Po urodzeniu dziecka, możesz przyjąć szczepionki MMR. Będzie to chronić Ciebie i Twoje dziecko przed odrą i różyczką. Przyjęcie obu dawek szczepionki MMR zapewni Ci też długoterminową ochronę przed odrą i świnką.

Wysypka w ciąży

Co powinnam zrobić, jeśli mam styczność z kimś, kto ma wysypkę, lub jeśli u mnie pojawi się wysypka?

Niektóre infekcje, które powodują wysypkę, włącznie z różyczką, mogą prowadzić do powikłań u kobiet w ciąży. Nawet jeśli jesteś chroniona przed różyczką, musisz natychmiast poinformować swoją położną, lekarza rodzinnego lub акушера, jeśli masz chorobę z wysypką lub miałaś jakiegokolwiek kontakt z inną osobą, która miała wysypkę w dowolnym momencie Twojej ciąży.

Proszę unikaj wszelkich klinik prenatalnych, placówek położniczych lub innych kobiet w ciąży do momentu zbadania Ciebie.

Mogą zostać Ci zaoferowane badania, by sprawdzić, czy zostałaś zakażona. Specjalista służby zdrowia, który Cię zbada, będzie chciał wiedzieć:

- w którym tygodniu ciąży jesteś
- kiedy miał miejsce kontakt z osobą z wysypką
- kiedy po raz pierwszy wystąpiła u Ciebie lub kiedy miałaś kontakt z kimś w wysypką
- jak wygląda wysypka (czy jest to wypukła, nierówna wysypka czy są to pęcherze wypełnione płynem?)
- jakie infekcje miałaś w przeszłości, np. ospę wietrzną, odrę
- jakie szczepienia miałaś w przeszłości



Jeśli będziesz mieć kontakt z kimś z wysypką lub jeśli pojawi się u Ciebie wysypka podczas ciąży, zasięgnij jak najszybciej porad swojego lekarza rodzinnego lub położnej. Jeśli spóźnisz się ze zgłoszeniem wysypki, jest możliwe, że nie będziesz mogła otrzymać dokładnej diagnozy lub jakiegokolwiek zalecanego leczenia.

Inne szczepienia, które trzeba omówić ze swoją położną

COVID-19:

Ryzyko związane z zachorowaniem na COVID-19 w ciąży jest znacznie niższe niż było na początku pandemii, lecz ciężarne kobiety nadal kwalifikują się do szczepienia jesienią. Szczepionka zmniejszy Twoje ryzyko ciężkiego przebiegu COVID-19 przez kilka miesięcy, co może być bardziej znaczące, jeśli masz jakiegokolwiek choroby współistniejące. Przeciwciała produkowane przez Twój organizm zostaną przekazane Twojemu nienarodzonemu dziecku i będą zapewniać dziecku pewną ochronę w ciągu pierwszych tygodni i miesięcy.

Wirusowe zapalenie wątroby typu B (WZW B)

W momencie narodzin, niemowlęta matek zakażonych WZW B (lub tych, które uzyskają pozytywny wynik na WZW B podczas ciąży), powinny otrzymać szczepionkę przeciw WZW B jak najszybciej po urodzeniu. Należy zorganizować w swojej przychodni lekarza rodzinnego dalsze dawki szczepionki i badanie krwi, gdy dziecko osiągnie 1 rok życia, by zbadać je pod kątem infekcji. www.gov.uk/government/publications/protecting-your-baby-against-hepatitis-b-leaflet

Szczepionka przeciw gruźlicy (BCG)

Dzieci rodziców (lub które mają dziadka/babcię) z kraju, w którym występuje powszechnie gruźlica, powinny otrzymać szczepionkę BCG, by chronić je przed gruźlicą. www.gov.uk/government/publications/tb-bcg-and-your-baby-leaflet

» Przyjęcie zalecanych szczepionek podczas ciąży (oraz po urodzeniu dziecka) to jeden z najbardziej skutecznych sposobów, by zmniejszyć ryzyko wystąpienia infekcji, na które są szczepienia, u Ciebie i Twojego dziecka.

Dopilnowując, by Twoje dziecko otrzymało własne szczepienia w 8, 12 i 16 tygodniu, zapewniasz, by ta ochrona utrzymywała się w jego najbardziej podatnych latach.

Linki do dalszych informacji

- www.nhs.uk/Conditions/vaccinations/Pages/vaccination-schedule-age-checklist.aspx
- www.gov.uk/government/collections/immunisation
- www.medicines.org.uk/emc/
- By uzyskać informacje na temat szczepień dla dziecka w pierwszym roku życia, odwiedź stronę www.gov.uk/government/publications/a-guide-to-immunisations-for-babies-up-to-13-months-of-age

Karta szczepień

Notuj poniżej szczepionki przyjęte podczas ciąży, by dopilnować, byś Ty i Twoje dziecko mieli zapewnioną ochronę przeciwko grypie, krztuścowi

Szczepionka przeciw	Kiedy należy ją przyjąć	Data podania
Grypie	W okresie zachorowań na grypę w dowolnym momencie ciąży.	
Krztuścowi	Najlepiej po skanie w okresie od 18 do 20 tygodnia. Można podać od 16 tygodnia do momentu porodu.	
Wirusowi RSV	Szczepionkę przeciwko wirusowi RSV należy przyjąć w 28 tygodniu ciąży.	
Pierwsza dawka MMR *	Po urodzeniu dziecka, podczas badania w 6 tygodniu po urodzeniu dziecka (u lekarza rodzinnego lub pielęgniarki z przychodni).	
Druga dawka MMR *	Cztery tygodnie po pierwszej dawce (jak wyżej).	

*Jeśli nie było wcześniej szczepienia

**Przyjęcie szczepień w ciąży pomaga
chronić Twoją ciążę. Skontaktuj się ze
swoją położną, przychodnią lekarza
rodzinnego lub zespołem służby
zdrowia i dopilnuj, by przyjąć je
w najdogodniejszym dla Ciebie czasie.**



© Crown copyright 2024
24PYPB01PO Polish. 1P 250K OCT 2024
UK Health Security Agency gateway number: 2024710
Pierwsza publikacja w czerwcu 2024 r.

Niniejsza ulotka jest również dostępna w tłumaczeniu na różne języki i w różnych formatach. By zamówić więcej kopii tej broszury, proszę odwiedzić stronę: www.healthpublications.gov.uk lub zadzwonić pod numer: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (08:00 do 18:00, od poniedziałku do piątku)

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