



از خود و فرزندان در دوران بارداری در برابر عفونت‌ها محافظت کنید

اگر باردار هستید، توصیه می‌شود که واکسن‌های سیاه سرفه، کووید-۱۹ و آنفولانزا را دریافت کنید تا از خود و فرزندان در برابر این بیماری‌ها محافظت کنید. این واکسن‌ها در تمام مناطق به صورت رایگان ارائه می‌شود. همچنین دارویی وجود دارد که می‌توان پس از تولد به نوزاد داد تا او را در برابر سین‌سیشیال تنفسی یا RS محافظت کند.

ایمنی در برابر سیاه سرفه

سیاه سرفه می‌تواند باعث بیماری جدی در کودکان خردسال شود. بعد از یک یا دو هفته، سرفه می‌تواند آنقدر شدید شود که به اصطلاح به خس خس سینه تبدیل شود، به طوری که کودک بین حملات سرفه نمی‌تواند به راحتی نفس بکشد. این بیماری بسیار مسری است و حتی می‌تواند برای کودکان خردسال کشنده باشد. بزرگسالان معمولاً علائم خفیفی دارند، اما بیماری می‌تواند باعث سرفه طولانی‌مدت و مشکل‌ساز شود و خطر انتقال آن به دیگران، از جمله نوزادان، وجود دارد. باکتری سیاه سرفه بیشتر در اواخر تابستان و پاییز پخش می‌شود، اما در طول سال نیز وجود دارد.

اگر باردار هستید، توصیه می‌شود که پس از هفته ۱۶ بارداری، صرف نظر به فصل سال، واکسن سرفه خس‌خس دریافت کنید تا از خود و نوزادان در برابر این بیماری محافظت کنید. بدین ترتیب، نوزاد از طریق شما آنتی‌بادی‌هایی علیه سیاه سرفه را دریافت می‌کند. آنتی‌بادی‌ها از نوزاد در برابر بیماری محافظت می‌کنند تا زمانی که نوزاد خود در ۳ ماهگی واکسن سیاه سرفه را در مرکز بهداشت کودک (BVC) دریافت کند.

ایمنی در برابر آنفولانزا

آنفولانزای فصلی می‌تواند باعث عفونت جدی در زنان باردار شود. ویروس آنفولانزا عمدتاً در پاییز و زمستان شیوع پیدا می‌کند، بنابراین به شما که باردار هستید توصیه می‌شود قبل از شروع فصل پاییز و زمستان واکسن آنفولانزا دریافت کنید. این واکسن همچنین تا حدی از نوزاد تازه متولدشده در برابر آنفولانزا محافظت می‌کند. این واکسن پس از هفته ۱۲ بارداری پیشنهاد می‌شود، اما در صورت نیاز می‌تواند در طول تمام دوران بارداری تزریق شود.

ایمنی در برابر کووید-۱۹ برای گروه‌های در معرض خطر

کووید-۱۹ می‌تواند در افرادی که در گروه‌های پرخطر قرار دارند، مانند افرادی که بیماری قلبی یا ریوی دارند، باعث بیماری جدی شود. این بیماری عمدتاً در پاییز و زمستان شیوع پیدا می‌کند. بنابراین، اگر باردار هستید و در گروه‌های پرخطر قرار دارید، مهم است که قبل از فصل پاییز و زمستان، واکسن کووید-۱۹ را دریافت کنید. این واکسن پس از هفته ۱۲ بارداری پیشنهاد می‌شود، اما در صورت نیاز می‌تواند در طول تمام دوران بارداری تزریق شود. این واکسن را می‌توان در طول دوران بارداری به زنان بارداری که در گروه‌های پرخطر قرار دارند، تزریق کرد.

ایمنی در برابر ویروس سین‌سیشیال تنفسی یا RS

ویروس سین‌سیشیال تنفسی یا RS باعث عفونت‌های تنفسی می‌شود که می‌تواند برای کودکان خردسال به‌ویژه مشکل‌ساز باشد. برای محافظت از نوزادان در برابر ویروس سین‌سیشیال تنفسی یا RS، آنتی‌بادی‌های محافظتی در بیمارستان پس از تولد به نوزادانی که در فصل پاییز و زمستان متولد می‌شوند، ارائه می‌شود. این آنتی‌بادی‌ها تأثیر محافظتی بالایی در پیشگیری از عفونت‌های شدید با ویروس سین‌سیشیال تنفسی یا RS که نیاز به بستری شدن در بیمارستان دارند، دارند. همچنین یک واکسن RS برای زنان باردار وجود دارد که پس از تولد از نوزاد نیز محافظت می‌کند و اثری مشابه درمان با آنتی‌بادی‌ها دارد. واکسیناسیون RS در حال حاضر در سوئد برای زنان باردار به‌صورت رایگان ارائه نمی‌شود.

واکسن‌ها برای شما و فرزندان بی‌خطر هستند

تمام واکسن‌هایی که در دوران بارداری داده می‌شوند، امتحان شده، مؤثر و برای شما و فرزندان بی‌خطر هستند. عوارض جانبی جدی بسیار نادر هستند.

هیچ واکسنی صددرصد از یک بیماری محافظت نمی‌کند. اگر با وجود دریافت واکسن، به بیماری مبتلا شوید، احتمالاً بیماری نسبت به زمانی که واکسن دریافت نکرده‌اید، خفیف‌تر خواهد بود.

علاوه بر واکسیناسیون‌ها و آگاهی از نحوه انتقال بیماری‌ها، بهداشت دست نیز اهمیت زیادی دارد. دست‌ها را با آب و صابون بشویید یا از مواد ضدعفونی‌کننده دست (یا مشابه آن) استفاده کنید. با این کار، خطرات مواجهه با بیماری را برای خود و فرزندان کاهش می‌دهید.

اگر سؤالی در مورد واکسیناسیون‌ها دارید، می‌توانید با ماما یا مرکز بهداشت خود صحبت کنید.