

Stand: 21. Dezember 2021

Infos über die Corona-Schutz-Impfung

in der Schwangerschaft und während der Still-Zeit

Infos für Frauen

Sie können hier Infos lesen:

- Wenn Sie **schwanger** sind.
- Wenn Sie ein **Kind bekommen möchten**.
- Wenn Sie Ihr **Kind stillen**.
- Oder wenn Sie das Kind stillen wollen

Gute Informationen sind wichtig.

Wir geben Ihnen hier viele Infos:
Damit Sie gut entscheiden können.

Ihr Arzt kann Sie auch beraten.

Sie können dann **alle Fragen stellen**:
Die Sie wissen wollen.

Wir benutzen viele Fach-Wörter zu Corona in diesem Text.

Sie sehen manchmal ein **hellblau hinterlegtes Wort**:
Dieses Wort erklären wir dann **am Ende vom Text**.

Die Empfehlung für die Corona-Schutz-Impfung

Die Impfung gegen Corona wird **empfohlen** für die meisten Menschen ab 12 Jahren.

Die meisten Menschen vertragen die Impfung sehr gut.

Ärzte haben das festgestellt.

Die Impfung wird besonder empfohlen:

- Für schwangere Frauen.
Die Impfung soll gemacht werden **nach der 13. Schwangerschafts-Woche.**
- Während der **Still-Zeit**
- Für alle Frauen:
Die vielleicht ein **Kind bekommen wollen.**
Die Frauen haben dann den Impf-Schutz schon:
Bevor sie schwanger werden.

Die Vorteile von der Corona-Schutz-Impfung

Die Corona-Schutz-Impfung hat **Vorteile:**

Wenn eine Frau **schwanger** ist.

Oder wenn eine Frau ein Kind **stillt.**

Die Impfung **schützt:**

- Damit Sie **nicht krank werden** wegen dem Corona-Virus.
- Damit Sie **nicht schlimm krank werden:** Wenn Sie COVID-19 bekommen.
- Es gibt **besondere Krankheiten** während der Schwangerschaft.
Frauen mit COVID-19 bekommen diese Krankheiten öfters.
- Frauen können **Probleme** haben während der Schwangerschaft:
Wenn sie COVID-19 bekommen.

Diese Probleme können sein:

- Eine **Früh-Geburt**
- Eine **Geburts-Einleitung**
- Ein **Kaiser-Schnitt**

Sie **schützen auch andere Menschen** in Ihrem Umfeld:

Wenn Sie selbst geimpft sind.

Zum Beispiel:

- **Ihr Baby.**
- Oder **Menschen aus Ihrer Familie:**
Die vielleicht **nicht geimpft werden können.**
Zum Beispiel:
Weil diese Menschen besondere Krankheiten haben.
Oder weil diese Menschen besondere Medikamente nehmen.
- Oder **Menschen aus Ihrer Familie:**
Die zu einer **Risiko-Gruppe** gehören.

Die Empfehlungen für Impfungen werden gemacht
von der **STIKO** beim **Robert-Koch-Institut**.

Sie können im Internet mehr lesen über das Robert-Koch-Institut.

Und über die Empfehlungen für Impfungen: [Link](#)

Die Gefahr von COVID-19 während der Schwangerschaft

Wissenschaftler haben festgestellt:

Schwangere Frauen werden öfters schwer krank wegen Corona.

Schwangere Frauen bekommen zum Beispiel öfters
eine schwere **Lungen-Entzündung**.

Schwangere Frauen müssen öfters behandelt werden
auf der Intensiv-Station als andere Menschen.

Die **Gefahr ist höher** für schwangere Frauen:

- Wenn die Frauen **zu dick** sind.
- Wenn die Frauen eine **Vor-Erkrankung** haben
- Wenn die Frauen **älter sind als 35 Jahre**.

Frauen haben auch das Risiko bestimmte **Krankheiten** zu bekommen:
Wenn sie COVID-19 bekommen in der Schwangerschaft.
Zum Beispiel: Eine **Schwangerschafts-Vergiftung**.

Eine Schwangerschafts-Vergiftung kann der Grund sein:
Warum eine Frau einen **Kaiser-Schnitt** haben muss.
Oder warum es eine **Geburts-Einleitung** gibt.

Eine Impfung am Anfang von der Schwangerschaft

Die STIKO sagt:
Schwangere Frauen sollen
nach der 13. Schwangerschafts-Woche geimpft werden.

Manchmal weiß eine Frau noch nicht: Dass sie schwanger ist.
Sie haben darum vielleicht **eine Impfung bekommen
ganz am Anfang von der Schwangerschaft.**

Die STIKO glaubt:
Das ist **nicht schlimm für das Kind**.
Die Wissenschaftler haben **keinen Hinweis** darauf gefunden:
Dass die frühe Impfung dem Kind **schadet**.

Die Empfehlung für die späte Impfung ist eine Vorsichts-Maßnahme.

Sie bekommen aber die zweite Impfung dann später:
Nach der 13. Schwangerschafts-Woche.

Die Impfung ist sicher während der Schwangerschaft und der Still-Zeit

Impfungen in Deutschland müssen sehr sicher sein.
Die meisten Menschen vertragen die Impfungen sehr gut.

Jede Impfung bewirkt Sachen im Körper.

Es ist darum ganz normal:

Wenn der Körper **leichte Reaktionen** zeigt.

Diese Impf-Reaktionen können zum Beispiel sein:

- Der Arm tut weh von der Spritze.
- Oder die Menschen haben etwas Fieber.
- Oder die Menschen fühlen sich müde.
- Oder die Menschen haben Schmerzen an Armen und Beinen

Diese Impf-Reaktionen **gehen bald wieder weg.**

Das dauert nur ein paar Tage.

Schwangere Frauen haben **nicht mehr Impf-Reaktionen**
als andere Menschen.

Manche Menschen haben vielleicht eine **Allergie**
gegen den Impf-Stoff.

Das ist sehr selten.

Sie können Ihren **Arzt fragen:**

Wenn Sie Allergien haben.

Mehr Infos über die Corona-Schutz-Impfung

Es gibt viele Geschichten über die Corona-Schutz-Impfung.
Sie können oft Geschichten lesen über Impf-Reaktionen
und Neben-Wirkungen.

Bitte beachten Sie: **Nicht alle Geschichten stimmen.**

Sie müssen immer prüfen: Woher die Infos und Geschichten sind.

Infos von der BZgA werden geprüft von Fachleuten.

Sie können mit Ihrem Arzt sprechen: Wenn Sie nicht sicher sind.

Manche Menschen haben **Angst:**

Sie können nach der Corona-Impfung **keine Kinder** mehr bekommen.

Die Wissenschaftler haben das geprüft.

Die Corona-Schutz-Impfung **hat keinen Einfluss darauf:**

Ob Menschen Kinder bekommen oder nicht.

Manchmal ist der **Zyklus von der Frau etwas anders** nach der Impfung.

Zum Beispiel:

Die Frau bekommt die Periode zu einer anderen Zeit.

Das ist aber nur eine kurze Veränderung.

Die Frau kann **danach wieder genauso schwanger werden.**

Die Wissenschaftler haben **geprüft:**

Ob die Impfung der schwangeren Frau schadet.

Oder dem Baby.

Die Wissenschaftler haben **nichts herausgefunden:**

Was der Frau oder dem Baby schadet.

Der Impf-Stoff gegen Corona ist auch

nicht oder nur sehr wenig in der Mutter-Milch.

Sie können also das Baby **ganz normal stillen.**

Diese Impf-Stoffe gibt es für Schwangere und stillende Mütter

Schwangere Frauen und **Frauen unter 30 Jahren** werden geimpft mit dem Impf-Stoff Comirnaty von der Firma **BioNtech/Pfizer**.

Die Frauen werden **2 Mal** geimpft.

Es gibt eine **Pause zwischen den 2 Impfungen**.

Die Pause ist **3 Wochen** oder etwas länger.

Stillende Mütter und **Frauen ab 30 Jahren** werden geimpft mit diesen **Impf-Stoffen**:

– Dem Impf-Stoff Comirnaty von der Firma **BioNtech/Pfizer**.

Die Frauen werden **2 Mal geimpft**.

Es gibt eine **Pause zwischen den 2 Impfungen**.

Die Pause ist **3 Wochen** oder etwas länger.

– Dem Impf-Stoff Spikevax von der Firma **Moderna**.

Die Frauen werden **2 Mal geimpft**.

Es gibt eine **Pause zwischen den 2 Impfungen**.

Die Pause ist **4 Wochen** oder etwas länger.

Es dauert etwas: Bis die Impfung richtig wirkt.

Die Impfung **wirkt** richtig: **2 Wochen nach der zweiten Impfung**.

Der Schutz vor anderen Varianten vom Corona-Virus

Das Corona-**Virus verändert sich.**

Es gibt immer neue **Varianten**.

Im Moment gibt es die **Delta-Variante** in Deutschland.

Die Corona-Schutz-Impfung schützt sehr gut gegen die Delta-Variante.

Vielleicht verändert sich das Corona-Virus weiter.

Die **Wissenschaftler untersuchen immer:**

Hilft die Corona-Schutz-Impfung bei neuen Varianten.

Die Wissenschaftler informieren die Menschen über diese Untersuchungen.

Die Wissenschaftler **forschen immer weiter** wegen dem Impfstoff.

Damit es **immer einen guten Schutz gegen die Varianten gibt.**

Hier finden Sie noch mehr Infos

Sie können sich **am Telefon beraten lassen** von der BZgA.
Die Telefon-Nummer ist **0800 23 22 783**.
Die Beratung ist **kostenlos**.



Sie können hier [Infos für Kinder und Jugendliche](#) lesen über die Corona-Schutz-Impfung.
Die Infos sind **nicht in Leichter Sprache**.

Sie können beim Robert-Koch-Institut **immer aktuelle** [Infos über Neben-Wirkungen](#) lesen.
Die Infos sind **nicht in Leichter Sprache**.

Sie können hier mehr Infos über die Corona-Schutz-Impfung lesen in Leichter Sprache.

[Infos von der BZgA](#)

Link: <https://www.infektionsschutz.de/leichte-sprache/informationen-zum-corona-virus/was-muss-ich-zur-corona-impfung-wissen.html>

[Infos vom Bundes-Ministerium für Gesundheit](#)

Link: <https://www.zusammengegencorona.de/leichtesprache/>

[Infos vom Robert-Koch-Institut](#)

Link: https://www.rki.de/DE/Service/Leichte-Sprache/LS_Corona-Ratgeber_tab-gesamt.html

Die Infos sind **in Leichter Sprache**.

Sie können hier Infos von der BZgA finden auf Facebook:

 [facebook.com/bzga.de](https://www.facebook.com/bzga.de)

Sie können hier Infos von der BZgA finden auf Youtube:

 www.bzga-k.de/youtube

Wichtig!

Die Corona-Schutzimpfung ist **sehr wirksam**.

Es gibt aber noch eine kleine **Möglichkeit: Trotzdem krank** zu werden.

Wenn geimpfte Menschen krank werden heißt das Impf-Durchbruch.

Geimpfte Menschen werden oft nicht schlimm krank.

Kranke Menschen haben aber immer ein **Risiko**:

Sie können auch schwer krank werden.

Und kranke Menschen müssen immer in **Quarantäne**.

Quarantäne heißt: Die Menschen dürfen dann **niemanden treffen**.

Und die Menschen dürfen ihre **Wohnung nicht verlassen**.

Es ist darum wichtig: Sich **impfen zu lassen und vorsichtig zu sein**.

Es ist einfach: Vorsichtig zu sein.

Das können Sie tun: Um vorsichtig zu sein.

– Sie **treffen weniger Leute**.

Zum Beispiel:

Sie laden nicht so oft Leute ein.

Sie besuchen andere Leute nicht.

Sie gehen nicht auf Veranstaltungen mit vielen Leuten.

– Sie machen einen **Corona-Test**: Bevor Sie andere Leute treffen.

Und Sie halten sich an die **Corona-Regeln**: Auch wenn Sie geimpft sind.

Die Corona-Regeln sind:

– **A**bstand halten

– **H**ygiene-Regeln beachten

– **A**lltag mit Maske

– **L**üften

– Corona-**A**pp benutzen

Man sagt auch **AHA + L + A** zu den Regeln



AHA + L + A Regel

Menschen können viel tun:

Um sich **vor der Krankheit COVID-19 zu schützen.**

Auch wenn Sie geimpft sind.

Es gibt einfache Regeln:

Wie man sich verhalten kann.

Die Regeln heißen: **AHA + L + A Regel.**

AHA + L + A ist eine Abkürzung.

So spricht man das: ah ha ah plus ell plus ah

Man sagt auch oft nur AHA Regel.

Die Abkürzung ist für

- **A**bstand halten
- **H**ygiene-Regeln beachten
- **A**lltag mit Maske
- **L**üften
- Corona-**A**pp benutzen

Abstand halten

Sie sollen Abstand halten zu anderen Menschen.

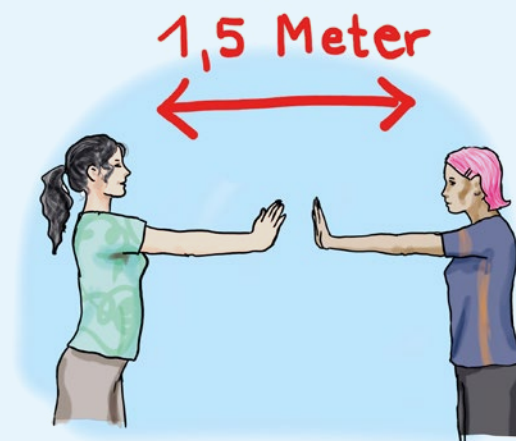
1,5 Meter ist ein guter Abstand.

Mehr Abstand ist noch besser.

Sie sollen diesen Abstand immer halten.

Zum Beispiel beim Einkaufen.

Oder bei der Arbeit.



Hygiene-Regel beachten

– Waschen Sie sich oft die Hände.

Wenn Sie sich die Hände nicht so oft waschen können:
Fassen Sie Ihr Gesicht nicht an.

– Sie desinfizieren die Hände:

Wenn Sie Sachen angefasst haben.

– Husten Sie nicht in die Richtung von Menschen.

Am Besten:

Sie husten in ein Taschentuch.

Sie verwenden das Taschentuch nur einmal.

Sie werfen das Taschentuch danach weg.

Oder husten Sie gegen Ihren Ärmel:

Wenn Sie kein Taschentuch haben.

Die Regeln für das Husten gelten auch für das Niesen.



Alltag mit Maske

Masken **bedecken den Mund und die Nase.**

Die Masken **helfen:**

Damit Menschen sich **nicht anstecken** mit dem Corona-Virus

Sie können sich im Internet informieren:

An **welchen Orten Sie eine Maske tragen müssen.**

Zum Beispiel auf der Seite von der BZgA: (Bitte Link einfügen)

Sie sehen auch oft Schilder.

Die Schilder sagen:

An diesen Orten müssen Sie eine Maske tragen.

Sie müssen sich an die Regeln für das Tragen
von Masken halten.



Lüften

Der Corona-Virus **verteilt sich in der Luft**.

Der Corona-Virus kommt in die Luft:

Wenn erkrankte Menschen atmen oder husten.

Man kann den Virus nicht sehen.

Sie schützen sich darum mit einer Maske.

Sie können sich auch **schützen: Wenn Sie oft lüften.**

Es sind dann weniger Viren in der Luft.

Sie müssen regelmäßig lüften.



App benutzen

Es gibt eine App für das Handy.

Die Corona-Warn-App.

Die App warnt Menschen:

Wenn die Menschen in der Nähe von kranken Menschen waren.

Die Menschen können sich dann testen lassen.



Wort-Erklärungen

COVID-19

COVID-19 ist die Krankheit vom Corona-Virus.

Das sind **Krankheits-Zeichen** von COVID-19:

- Fieber
- Schnupfen
- Husten
- Menschen bekommen schlecht Luft.
Sie haben Atem-Not.

Delta-Variante

Corona ist ein Virus.

Der Virus macht Menschen krank.

Der Virus verändert sich.

Jeder Virus macht das.

Die Veränderung bedeutet zum Beispiel:

- Die Art von der Krankheit verändert sich.
- Die Menschen werden schneller krank.
- Die Impfung gegen den Virus ist nicht mehr so wirksam.

Die Wissenschaftler geben den Varianten vom Virus neue Namen.

Eine Variante vom Corona-Virus heißt Delta-Variante.

Es kann gleichzeitig viele verschiedene Varianten geben von einem Virus.

Die Delta-Variante gibt es sehr oft in Deutschland.

Die Delta-Variante ist besonders ansteckend.

Geburts-Einleitung

Geburts-Einleitung heißt: Das Kind **muss früher zur Welt gebracht werden.**

Die Frau bekommt dann Medikamente.

Die Geburt mit den Wehen fängt dann an.

Das Kind kommt dann früher auf die Welt.

Impf-Stoff

Ein Impf-Stoff ist eine besondere Medizin.

Ein Impf-Stoff schützt vor einer Krankheit.

Menschen werden nicht krank: Wenn sie geimpft sind.

Oder die Menschen werden nicht so schwer krank.

Es gibt Impf-Stoffe für viele Krankheiten.

Zum Beispiel für Masern.

Es gibt auch Impf-Stoff gegen COVID-19.

Der Impf-Stoff gegen die Krankheit vom Corona-Virus hilft:

Damit Menschen gar nicht COVID-19 bekommen.

Oder damit die Menschen COVID-19 nicht schlimm bekommen.

Neben-Wirkungen

Medikamente und Impfungen können **Neben-Wirkungen** haben.

Medikamente und Impfungen sollen gegen Krankheiten wirken.

Manchmal gibt es aber auch noch **andere Wirkungen.**

Diese Wirkungen nennt man **Neben-Wirkungen.**

Zum Beispiel:

Ein Medikament soll gegen Kopf-Schmerzen helfen.

Ein Mensch nimmt das Medikament.

Der Mensch hat dann keine Kopf-Schmerzen mehr.

Der Mensch bekommt aber auch einen Haut-Ausschlag.

Der Haut-Ausschlag ist die Neben-Wirkung.

Risiko-Gruppe

Risiko-Gruppe bei Corona heißt:

Menschen haben eine **besondere Gefahr** wegen COVID-19.

Zum Beispiel:

- Die Menschen **stecken sich besonders leicht an.**
- Oder die Menschen bekommen **COVID-19 besonders schlimm.**

Zur Risiko-Gruppe gehören zum Beispiel:

- alte Menschen
- dicke Menschen
- Menschen mit Behinderung oder Vorerkrankungen
- Menschen mit einem schlechten Immun-System

Robert-Koch-Institut

Das Robert-Koch-Institut erforscht Krankheiten.

Das kurze Wort dafür ist RKI.

So spricht man das: **err kah ih**

Und das RKI berät die Bundes-Regierung wegen Krankheiten.

Das RKI sammelt Infos über Krankheiten.

Zum Beispiel Infos über Corona.

Alle Städte und Gemeinden in Deutschland schicken Infos an das RKI.

Das RKI kann dann sagen:

So viele Menschen haben die Krankheit vom Corona-Virus in Deutschland.

Das RKI ist in Berlin.

Still-Zeit

Eine Mutter kann ein Baby füttern mit der Mutter-Milch.

Man sagt auch: Die Mutter stillt das Kind.

Oder die Mutter gibt dem Kind die Brust.

Die Mutter kann das Baby für viele Wochen oder Monate stillen.

Diese Zeit nennt man die Still-Zeit.

In der Still-Zeit bekommt das Baby Mutter-Milch.

Vor-Erkrankung

Eine Vor-Erkrankung ist eine Krankheit:

Die ein Mensch schon hat.

Zum Beispiel:

Ein Mensch hat **Asthma**.

Der Mensch **bekommt dann auch COVID-19**.

Asthma ist dann die Vor-Erkrankung.

Manche Krankheiten werden schlimmer:

Wenn die Menschen vorher schon eine Vor-Erkrankung haben.

Zyklus

Der Zyklus der Frau bestimmt die Zeit: Wann die Frau **schwanger werden kann**.

Der Zyklus einer Frau dauert ungefähr einen Monat.

Der Zyklus beginnt mit der Monats-Blutung.

In der Mitte vom Zyklus kann die Frau schwanger werden.

Wer hat den Text in Leichter Sprache gemacht?

Büro für Leichte Sprache Köln

E-Mail: info@leichte-sprache.koeln

Kirsten Scholz hat den Text in Leichter Sprache geschrieben.

Dirk Stauber und Sandra Mambrini

haben den Text auf Leichte Sprache geprüft.

Kirsten Scholz hat die Bilder gemalt.



Das Zeichen für Leichte Sprache ist von **Inclusion Europe**.

So spricht man das: **in klu schen ju rop**.

© Europäisches Logo für einfaches Lesen:

Inclusion Europe.

Weitere Informationen unter

www.leicht-lesbar.eu