

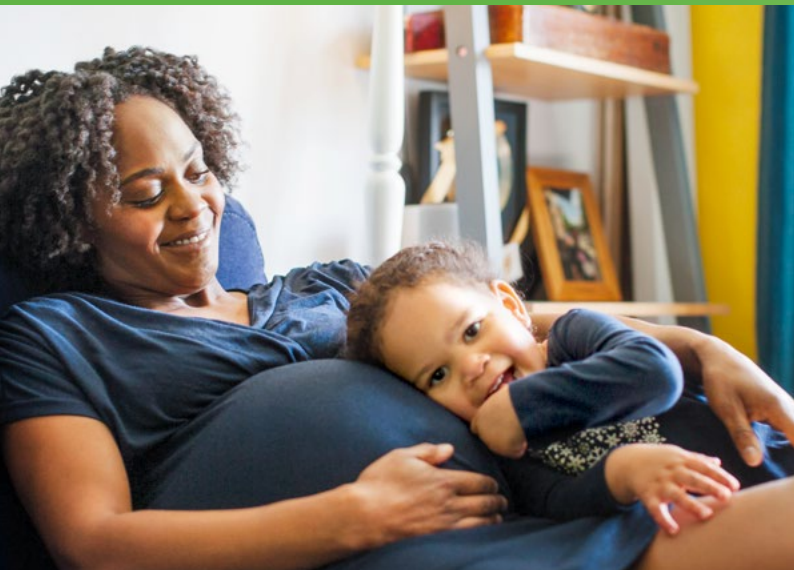


impfen-info.de

Wissen, was schützt.

Вакцинація проти грипу

Вакцинація під час вагітності забезпечує захист матері й дитини.





Здоровими крізь усю вагітність

Під час вагітності найголовніше — це гарне самопочуття й здоров'я матері та її дитини.

Захворювання на грип (інфлуенцу) під час вагітності може становити серйозну загрозу для здоров'я матері та дитини. Адже під час вагітності зростає ризик важкого перебігу грипу з ускладненнями. Можливе виникнення таких ускладнень, — наприклад, запалення легенів, — які доведеться лікувати в лікарні. До того ж грип під час вагітності підвищує небезпеку затримки розвитку плоду, а також викидня чи передчасних пологів.

Ризики для матері та дитини, які можна попередити

Щоб мінімізувати ризик важкого перебігу грипу, Постійний комітет із вакцинації (STIKO) рекомендує всім вагітним, починаючи з другого триместру вагітності, робити щеплення від сезонного грипу. Вагітним жінкам із хронічними основними захворюваннями, як-от астма, діабет або гіпертонія, слід вакцинуватися вже з першо-

го триместру. Доведено, що таке щеплення забезпечує ефективний захист матері й дитини.

Сезонний грип: що це таке?

Справжній грип (сезонна інфлуенца) – це надзвичайно заразне інфекційне захворювання. У наших широтах, особливо із січня по березень, регулярно трапляються так звані хвилі грипу. У цей період імовірність заразитися й захворіти особливо висока.

Віруси грипу передаються повітряно-крапельним шляхом, наприклад, під час розмови чи кашлю, а також через руки або внаслідок контакту з забрудненою поверхнею. Віруси потрапляють до слизової оболонки верхніх дихальних шляхів і вражають її. Це не лише викликає типові симптоми захворювання, але й робить організм уразливим перед збудниками певних бактеріальних інфекцій. Внаслідок цього може статися одночасне інфікування збудниками інших захворювань.

Типові симптоми грипу:

- раптовий початок хвороби з високої температури ($\geq 38,5$ °C)
- сухий подразливий кашель
- головний біль, біль у горлі, м'язах і ломота в суглобах
- виснаження та іноді нудота/блювання
- пітливість

Ці типові симптоми спостерігаються приблизно в третині випадків захворювання.

Грип може давати ускладнення, як-от запалення легенів або серцевого м'яза.

Застудні захворювання, які також називають «грипозними інфекціями», виникають через інші віруси, протікають здебільшого у легкій формі та стихають за декілька днів.

**Важливо
знати**

Вакцинація проти грипу захищає лише від вірусів грипу та загалом не забезпечує захист від інших застудних захворювань.

Чому грип становить небезпеку під час вагітності?

Під час вагітності імунітет послаблюється: це природний механізм захисту ще не народженої дитини — адже в такий спосіб виключається сприйняття дитини імунною системою вагітної жінки як чужорідного тіла. Але через це вагітні, як правило, також є і більш вразливими до інфекцій.

Окрім того, під час вагітності відбуваються зміни в дихальній системі й системі кровообігу, що також підвищує ризик важкого перебігу хвороби.



Обмежені можливості лікування під час вагітності

Коли жінка вагітна, будь-яке призначення ліків потрібно ретельно зважувати, адже йдеться про здоровий розвиток дитини й безпеку матері. Це також стосується протівірусних препаратів, які під час вагітності призначають лише після ретельної оцінки у кожному окремому випадку.

Антибіотики не є ефективними для лікування вірусних захворювань, зокрема грипу: вони підходять лише для лікування бактеріальних інфекцій. Тому антибіотики застосовують тільки у випадках одночасного виникнення ускладнень бактеріального походження.

Отже: краще запобігти грипу за допомогою вакцинації, ніж лікувати його.



Як я можу себе захистити?

Найкращий захист проти інфекції грипу – це вчасна вакцинація до початку сезону цього захворювання, – за можливості, із жовтня до середини грудня. Вона допомагає організму сформувати захист від вірусів грипу.

**Рекомендовано
щеплення**

Комітет STIKO рекомендує робити щеплення від грипу всім здоровим вагітним, починаючи з другого триместру вагітності. Вагітним жінкам із хронічними основними захворюваннями, як-от астма, діабет або гіпертонія, слід вакцинуватися вже з першого триместру.

Вагітним жінкам, які досі не мають достатнього захисту від коронавірусу, рекомендується додатково пройти вакцинацію від коронавірусу, починаючи з другого триместру вагітності. Щеплення від грипу та COVID-19 можна робити за один прийом.

Також усім вагітним рекомендують робити щеплення проти кашлюку (pertussis) в останньому триместрі (починаючи з 28-го тижня). Але окремої вакцини проти кашлюку не існує. Тому роблять щеплення комбінованою вакциною проти правця, дифтерії, кашлюку та іноді ще поліомієліту (poliomyelitis).

Щорічне адаптування вакцини

Оскільки кожного року віруси грипу змінюються, вакцини доводиться щороку адаптувати, щоб забезпечити максимально можливий захист.



Сезонні вакцини захищають від тих варіантів вірусу, які очікуються у наступному сезоні грипу. Комітет STIKO рекомендує робити щеплення від грипу із жовтня до середини грудня.

Навіть якщо точно спрогнозувати ефективність вакцин неможливо, вакцинація може попередити багато захворювань. В окремих випадках, коли вагітні захворюють на грип попри вакцинацію, захворювання все ж перебігає в легшій формі.

Добра переносимість матер'ю та дитиною

«Інактивовані» вакцини від грипу, призначені для дорослих, містять не живих, здатних до розмноження збудників, а лише певні частки, які потрібні для імунної відповіді. Тому мати та дитина не можуть заразитися грипом через вакцину. Ці так звані «вбиті вакцини» — подібні до тих, які використовують проти правця та кашлюку, — є безпечними й ефективними для матері та дитини. Вакцинацію живими вакцинами, наприклад, від кору, паротиту, краснухи, навпаки, потрібно робити не під час вагітності, а ще до її можливого початку

**Важливо
знати**

Щеплення від грипу можна робити в рамках звичайного спостереження за вагітністю у гінекологічному кабінеті. Але вакцинацію також проводять і клініки широкого або терапевтичного профілю, деякі департаменти охорони здоров'я, аптеки або підприємства.

Витрати на рекомендовану профілактичну вакцинацію покривають медичні страхові організації. Щеплення від грипу можна робити одночасно з щепленням від коронавірусу. У такому разі реакції на вакцинацію можуть виникати дещо частіше, ніж за введення окремих доз вакцини із проміжком у часі.

Безпечність вакцин доведено

Безпечність вакцин як для вагітних жінок, так і для ще не народжених дітей доведено в ході різних досліджень. Підвищеної кількості важких реакцій на вакцинацію не виявлено. Кількість передчасних пологів та кесаревих розтинів не збільшилася, стан здоров'я немовлят після народження залишався без змін.

Коли не варто робити щеплення?

Не слід вакцинуватися під час захворювання з високою температурою ($\geq 38,5$ °C), а також під час важких, гострих захворювань. Але згодом потрібно зробити щеплення якомога скоріше.

У разі діагностування лікарем важкої алергії на курячий білок, яка трапляється дуже рідко, вакцинацію слід проводити в умовах, що дозволяють клінічний моніторинг і поствакцинальне лікування. Будь ласка, порадьтеся з вашим лікарем.

Зважування ризиків: можливі побічні дії

Побічними діями вакцинації проти грипу можуть бути почервоніння та біль у місці уколу. Рідше трапляються реакції у вигляді високої температури, нудоти або болі у м'язах. Ці прояви, як правило, не становлять небезпеки та вказують на активацію імунного захисту. Важкі побічні ефекти, як-от висип або миттєва алергічна реакція, трапляються лише в дуже рідких випадках.

Але безсумнівно: ризики, пов'язані з вакцинацією, є набагато меншими від ризику важкого перебігу грипу!



Подвійна користь

Вакцинація вагітної жінки також дає захист дитині після народження. Тому що антитіла передаються дитині через плаценту (дитяче місце) — це називається «пасивним імунітетом». Цей захист є важливим, оскільки в дітей упродовж першого року життя захворювання на грип і кашлюк частіше можуть супроводжуватись ускладненнями.

При цьому самих немовлят можна вакцинувати від грипу лише з шести місяців. Первинну імунізацію проти кашлюку починають у віці двох місяців, а стійкого профілактичного захисту за допомогою вакцинації можна досягти не раніше 5-го місяця життя.



**Важливо
знати**

Кожен, хто активно контактує з новонародженою дитиною, має замислитися про щеплення від грипу – адже так він захистить не тільки себе, а й немовля. Також Комітет STIKO рекомендує оновити захист проти кашлюку тим, хто контактує з новонародженими в побуті й доглядає за ними.

Додатковий захист: дотримуємося гігієни

Дотримання простих правил гігієни дозволяє додатково зменшити ризик зараження:

- ▶ Мийте руки з милом по декілька разів на день (наприклад, коли приходите з вулиці, після відвідування туалету, перед приготуванням та прийомом їжі).
- ▶ Кашляйте та чхайте не в долоню, а в згин ліктя чи в носову хустку.
- ▶ Користуйтеся паперовими носовими хустками та викидайте їх після кожного використання.
- ▶ Хворі на грип мають триматися на відстані не менше двох метрів від уразливих людей.



Додаткова інформація

про вакцинацію є тут:

- www.impfen-info.de/grippeimpfung
- www.infektionsschutz.de
- www.rki.de/influenza-impfung

про здоров'я дітей є тут:

- www.kindergesundheit-info.de

Вихідні дані

Видавник: Федеральний центр медичного просвітництва (BZgA), 50819 Кельн
Усі права захищено.

Створено за співпраці з Інститутом Роберта Коха.

Дизайн: компанія dotfly GmbH, Кельн

Станом на: травень 2024 р.

Артикульний номер: D81000218

Фото на титульній

сторінці: © Westend61 / Hoxton / Sam Edwards

Адреса для замовлення: Цю брошуру можна безкоштовно замовити у Центрі BZgA, 50819 Кельн, на сайті www.bzga.de або за електронною адресою bestellung@bzga.de. Вона не призначена для перепродажу отримувачами чи третіми особами.

Брошура доступна шістьма мовами.



Чи рекомендова-
не мені щеплення
від грипу?

Перевірте тут:

