



impfen-info.de

Wissen, was schützt.

Вакцинація проти грипу

Вакцинація під час вагітності забезпечує захист матері й дитини.





Здоровими крізь усю вагітність

Гарне самопочуття й здоров'я матері під час вагітності та її дитини – передусім.

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.

Сезонний грип: ризик для матері та дитини, які можна попередити

Для мінімізування ризику важкого перебігу грипу Постійний комітет із вакцинації (STIKO), що є незалежною групою експертів, рекомендує всім вагітним робити ще-

плення проти сезонного грипу. Доведено, що таке щеплення забезпечує матері й дитині дієвий захист.

Сезонний грип: що це таке?

Справжній грип (сезонна інфлуенца) – це надзвичайно заразне інфекційне захворювання. У наших широтах, передусім зимою, 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 (як-от сухий кашель і біль у горлі), але й робить організм більш уразливим перед певними бактеріальними інфекціями. А це може призвести до одночасного інфікування збудниками інших захворювань.

Симптоми справжнього грипу:

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

Ці типові симптоми з'являються приблизно в третині випадків захворювання.

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

Застудні ж захворювання, які також називають просто «застудою», виникають через безліч інших вірусів, 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 механізмом 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 про безпеку матері. Це зокрема стосується антивірусних препаратів, які під час вагітності призначають лише після ретельної оцінки кожного окремого 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 сезонного грипу всім вагітним, починаючи з другого триместру вагітності. Вагітним жінкам із хронічними основними захворюваннями, як-от астма, діабет або гіпертонія, слід вакцинуватися вже з першого триместру вагітності. Крім того, якщо вагітна жінка ще не має повного вакцинного захисту, їй також рекомендовано вакцинуватися від коронавірусу, починаючи з другого триместру вагітності. Щеплення від грипу та від COVID-19 можна робити за один прийом.

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

Щорічне адаптування вакцини

Оскільки кожного року вірус грипу змінюється, вакцини потрібно щороку адаптувати для забезпечення якомога ефективнішого захисту. Так звані квадριвалентні вакцини захищають від чотирьох варіантів вірусу грипу, які, вірогідно, найчастіше траплятимуться наступного сезону



грипу. Постійний комітет з вакцинації (STIKO) рекомендує використовувати ці квадριвалентні вакцини із жовтня.

Навіть коли ефективність вакцин від грипу неможливо точно передбачити, щеплення може запобігти багатьом захворюванням. До того ж, якщо, попри вакцинацію, трапляються окремі випадки захворювання вагітних на грип, захворювання переноситься легше.

Добра переносимість матір'ю та дитиною

З вакциною проти грипу дорослим не вводять живі, здатні до розмноження збудники, а лише певні частки, необхідні для імунної відповіді. Тому мати та дитина не можуть заразитися грипом через вакцину. Так звані інактивовані вакцини — їх також використовують проти правця та кашлюку — є безпечними й ефективними по відношенню до матері та дитини. Вакцинацію живими вакцинами, наприклад, проти кору, паротиту, краснухи, навпаки, потрібно робити не під час, а до можливої вагітності.



Важливо знати

Щеплення проти грипу вагітна жінка може зробити в рамках спостереження за вагітністю в кабінеті гінекології. Але також є можливість вакцинуватися в клініках широкого чи терапевтичного профілю, деяких департаментах охорони здоров'я, аптеках і на підприємствах. Витрати на рекомендовану профілактичну вакцинацію покривають медичні каси. Щеплення від грипу можна робити одночасно з щепленням від коронавірусу. У такому разі реакція на вакцинацію виникає частіше, ніж за введення вакцин із проміжком у часі.

Безпечність вакцин доведено

Безпечність вакцин як для вагітних, так і для ще не народжених доведено в ході різних досліджень. кількості сильних 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 висока температура, нудота й біль 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 менш значними за небезпеку від важкого перебігу грипу!



Подвійна користь

Вакцинація майбутньої матері 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 часто можуть супроводжуватись ускладненнями. При цьому немовлят можна вакцинувати проти 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 місяця життя.



Важливо знати

Кожен, хто активно контактує з новонародженою дитиною, має замислитися про щеплення від грипу, щоб захистити 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

Ризик зараження можна знизити, дотримуючись на дачу до вакцинації простих гігієнічних заходів:

- ▶ регулярно мийте руки з милом
- ▶ у разі захворювання дотримуйтеся дистанції з іншими людьми
- ▶ також дієвий захист дає носіння маски
- ▶ за можливості не використовуйте паперові носові хустки повторно, а швидше їх викидайте
- ▶ кашляйте та чхайте не в долоню, а у згін руки — це зменшує поширення вірусів / бактерій



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: червень 2023 року

Артикульний номер: D81000218

Фотографії: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie, Westend61/Hoxton/
Sam Edwards, Prostock-studio – stock.adobe.com, Monkey Business –
stock.adobe.com

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.

