

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు శ్వాసకోశ వ్యాధిని నిరోధించడం

జనవరి 2024



COVID-19, రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ మరియు ఫ్లూ లాంటి శ్వాసకోశ వ్యాధులవల్ల కొందరికి పెద్దగా అనారోగ్య సమస్యలు రాకపోవచ్చు. కానీ, గర్భంతో ఉండడం లాంటి కొన్ని పరిస్థితుల్లో వాటివల్ల కొందరికి తీవ్రంగా జబ్బు చేసే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. మాములుగా మీరు ఆరోగ్యవంతుల అయినప్పటికీ, గర్భంతో ఉన్నప్పుడు మీ రోగనిరోధక వ్యవస్థ, గుండె మరియు ఊపిరితిత్తులు పనిచేసే తీరులో వచ్చే మార్పుల వల్ల మీకు తీవ్రంగా జబ్బుచేసే అవకాశం ఉంది.

నవజాత శిశువుల్లో ఈ వ్యాధులతో పోరాడడానికి అవసరమైన బలమైన యాంటీబాడీలు లేదా రోగనిరోధక వ్యవస్థ ఉండదు కాబట్టి, COVID-19, ఫ్లూ మరియు రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ లాంటివి వారిలో తీవ్రమైన సమస్యలను సృష్టించవచ్చు. కాబట్టి, గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు ఈ శ్వాసకోశ వ్యాధుల కోసం వ్యాక్సిన్ వేయించుకుంటే రక్షణ అందించే యాంటీబాడీలు మీ శిశువుకి సంక్రమిస్తుంది. దానివల్ల వారికి వ్యాక్సిన్లు వేసే వరకు వారి జీవితంలోని మొదటి కొన్ని నెలలు వారికి తీవ్రంగా జబ్బుచేయకుండా ఉంటుంది.

మాస్క్ ధరించడం, తరచుగా చేతులు కడుక్కోవడం, అనారోగ్యంతో ఉన్నవారికి దూరంగా ఉండడం అలాగే COVID-19 మరియు ఫ్లూ వ్యాక్సిన్ల విషయంలో అప్ టూ డేట్ గా ఉండడంవల్ల మీరు అనారోగ్యం పాలవ్వరు, ఒకవేళ మీరు COVID-19కి మరియు ఫ్లూకి ఎక్స్ పోజ్ అయినా మీ శరీరం ఆ ఇన్ఫెక్షన్లతో పోరాడగలుగుతుంది. రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ సీజన్ (సెప్టెంబర్-జనవరి) లో మీరు రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్ తీసుకోవడం వల్ల మీ శిశువుకి తన జీవితంలోని మొదటి కొన్ని నెలల్లో తీవ్రంగా జబ్బుచేయకుండా ఉంటుంది.

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు నాకు శ్వాసకోశ వ్యాధులవల్ల వచ్చే ప్రమాదం

ఎందుకు ఎక్కువగా ఉంటుంది?

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు మీ శరీరంలో చాలా మార్పులు వస్తాయి. గర్భిణీల్లో రోగనిరోధక వ్యవస్థ, గుండె మరియు ఊపిరితిత్తుల పనితీరులో మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. మామూలుగా శ్వాసకోశ వ్యాధులు వచ్చినప్పుడు జ్వరం వస్తుంది. అది మీ శిశువు ఎదుగుదల మీద ప్రభావం చూపిస్తుంది. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు మీ శరీరంలో వచ్చే ఈ మార్పుల వల్ల, మీరు గర్భం ధరించని సమయంలో పోలిస్తే, మీరు గర్భవతిగా ఉన్నప్పుడు మీకు జబ్బుచేసే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది లేదా మీలో తీవ్రమైన రోగ లక్షణాలు కనిపించవచ్చు.

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు COVID-19, ఫ్లూ మరియు రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్లు వేయించుకోవడం సురక్షితమేనని మనకెలా తెలుస్తుంది?

ఈ వ్యాక్సిన్లు మీద అనేక సంవత్సరాలుగా అధ్యయనం చేశారు కాబట్టి, గర్భధారణ సమయంలో ఇవి సురక్షితమైనవేనని మనకు తెలుసు. ఈ వ్యాక్సిన్లు సురక్షితమైనవని మరియు వీటి వల్ల వచ్చే సమస్యలతో పోలిస్తే వీటికి ఉన్న ప్రయోజనాలే ఎక్కువని చాలా అధ్యయనాల్లో తేలింది. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు ఈ వ్యాధులకు వ్యాక్సిన్లు వేయించుకోవాలని Centers for Disease Control and Prevention (CDC, సెంటర్స్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ అండ్ ప్రెవెన్షన్), American College of Obstetricians and Gynecologists మరియు Society for Maternal-Fetal Medicine ప్రోత్సహిస్తున్నాయి, సిఫారసు చేస్తున్నాయి. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు COVID-19, ఫ్లూ మరియు రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవడం సురక్షితం, వాటిని తీసుకోవాలని సిఫార్సు చేస్తున్నారు.

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు ఏ సమయంలో COVID-19, ఫ్లూ లేదా రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్లు తీసుకుంటే బాగుంటుంది?

గర్భం దాల్చిన తర్వాత, ఈ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవడానికి మీకు అర్హత రాగానే, ఏ త్రైమాసికంలోనైనా మీరు COVID-19 మరియు ఫ్లూ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవచ్చు. రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ సీజన్లో, గర్భంతో ఉన్న 32 నుండి 36 వారాల మధ్య రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్లు వేయించుకోవాలని సిఫార్సు చేస్తున్నారు. ప్రసవానికి కనీసం 14 రోజుల ముందు గర్భిణీ రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్ తీసుకుంటే, ఆమె శిశువుకి రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్ (అరుదైన సందర్భాల్లో తప్ప) వేయాల్సిన అవసరం ఉండదు. మీరు ఎప్పుడు వేయించుకుంటే బాగుంటుందో మీ తర్వాతి అపాయింట్‌మెంట్ సమయంలో మీ ఆరోగ్య సంరక్షణ ప్రదాతను అడిగి తెలుసుకోండి.

COVID-19, ఫ్లూ మరియు రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్

వ్యాక్సిన్లు నా శిశువు మీద ఏవిధంగా ప్రభావం చూపుతాయి?

గర్భంతో ఉన్నప్పుడు COVID-19, ఫ్లూ మరియు రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవడం వల్ల ఈ వ్యాధుల కారణంగా తీవ్రంగా జబ్బుపడడం, ఆసుపత్రిలో చేరాల్సి రావడం మరియు చనిపోవడం లాంటివాటి నుండి మీ శిశువుని రక్షించవచ్చు. గర్భంతో ఉన్నప్పుడు వ్యాక్సిన్లు వేయించుకోవడం వల్ల మావి/బొడ్డు తాడు ద్వారా అలాగే ప్రసవం తర్వాత తల్లిపాల ద్వారా యాంటిబాడీలు మీ శిశువుకి సంక్రమిస్తాయి. శిశువుకి 6 నెలలు వచ్చే వరకు COVID-19 లేదా ఫ్లూ టీకాలు వేయించడానికి అనుమతి ఉండదు కాబట్టి, మీరు మరియు మీ శిశువు తీవ్రమైన అనారోగ్య సమస్యల బారినపడకుండా ఉండడానికి గర్భంతో ఉన్న సమయంలో మీకు అర్హత ఉన్నప్పుడు COVID-19 లేదా ఫ్లూ వ్యాక్సిన్లు తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.

నేను గర్భంతో ఉన్నాను. శ్వాసకోశ అనారోగ్యం కోసం తీసుకునే వ్యాక్సిన్లలో దేనికి నాకు అర్హత ఉంటుంది?

COVID-19 – మీరు గతంలో 2023-2024 COVID-19 వ్యాక్సిన్ డోసు తీసుకోకుండా ఉంటే, 2023-2024 COVID-19 వ్యాక్సిన్ ఏ బ్రాండ్ అయినా తీసుకునే అర్హత మీకు ఉంటుంది.

ఫ్లూ – 2023-2024 ఫ్లూ సీజన్లో మీరు ఇప్పటివరకు ఫ్లూ వ్యాక్సిన్ వేయించుకోకపోతే, మీరు ఫ్లూ వ్యాక్సిన్కి అర్హులవుతారు. లైసెన్స్ పొందిన, సిఫార్సు చేయబడిన క్రియారహితం చేసిన ఏ ఫ్లూ వ్యాక్సిన్‌నైనా గర్భిణీలు వేయించుకోవచ్చు. ముక్కు ద్వారా వేసే వ్యాక్సిన్లని గర్భిణీల కోసం సిఫార్సు చేయడం లేదు.

రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ – మీరు 32 నుండి 36 వారాల గర్భిణీ అయి ఉండి, అది రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ సీజన్ (సెప్టెంబర్-జనవరి) అయితే, మీరు ఈ వ్యాక్సిన్కి అర్హులు.

వనరులు:

[గర్భిణీలకు లేదా పాలు ఇచ్చే వారి కోసం COVID-19 వ్యాక్సిన్లు \(cdc.gov\)](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/pregnancy.html)

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/pregnancy.html>

[ఫ్లూ వ్యాక్సిన్ భద్రత మరియు గర్భధారణ | CDC](https://www.cdc.gov/flu/highrisk/qa_vacpregnant.htm)

https://www.cdc.gov/flu/highrisk/qa_vacpregnant.htm

[గర్భిణీల కోసం రెస్పిరేటరీ సిన్సిటియల్ వైరస్ వ్యాక్సిన్షన్ | CDC](https://www.cdc.gov/vaccines/vpd/rsv/public/pregnancy.html)

<https://www.cdc.gov/vaccines/vpd/rsv/public/pregnancy.html>

ఈ పత్రాన్ని మరొక పార్సాల్‌లో అభ్యర్థించడానికి, 1-800-525-0127 కు కాల్ చేయండి.

బదిరులైన లేదా వినిపించే లోపం ఉన్న వినియోగదారులు, దయచేసి 711 (Washington Relay) కు కాల్ చేయండి లేదా doh.information@doh.wa.gov కు ఇమెయిల్ పంపండి.