



**Nagliliigtas ng Mga Buhay Ang Bakuna**  
**Vaccination saves lives**



# **COVID-19**

# **Pagpapabakuna**

**Gabay para sa lahat ng kababaihan  
na nagpapalano ng pagbubuntis o sa  
mga buntis o nagpapasuso**

**Enero 2022**



**GIG**  
**CYMRU**  
**NHS**  
**WALES**

**Filipino**

**Mahigpit na inirerecomenda ang pagpapabakuna sa COVID-19 para sa mga buntis at nagpapasusong kababaihan.**

**Ang mga bakuna sa COVID-19 na kasalukuyang available sa UK ay napatunayang mabisa at ligtas. Mahalaga na ang mga buntis na kababaihan ay ganap na mabakunahan sa lalong madaling panahon upang maprotektahan ang kanilang sarili at kanilang sanggol.**

## **Ano ang payo tungkol sa mga bakuna sa COVID-19 sa pagbubuntis?**

**Pinayuhan ng isang independiyenteng grupo ng eksperto na Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI), na ang mga buntis ay mas nanganganib sa malubhang kahihinatnan mula sa sakit na COVID-19. Mahalaga na ganap na mabakunahan sa lalong madaling panahon ang mga buntis na kababaihan. Hindi dapat nila ipagpaliban ang pagpapabakuna hanggang matapos silang manganak. Ito ay upang maprotektahan sila at ang kanilang sanggol.**

Daan-daang libong mga buntis na kababaihan ang nabakunahan ng bakunang Pfizer o Moderna sa UK at walang isyu sa kaligtasan ang natukoy. Napaka-epektibo sa pag-iwas ng malubhang sakit na COVID-19 ang pagpapabakuna. Ang mga bakunang ito ay hindi naglalaman ng buhay na coronavirus at hindi makakahawa sa buntis o sa kanyang hindi pa isinisilang na sanggol sa sinapupunan.

Sa sinumang nakapagsimula na ng pagpapabakuna at inaalok ng ikalawang dosis habang buntis ay dapat magkaroon ng parehong bakuna sa pangalawang dosis maliban kung nagkaroon sila ng malubhang side effect pagkatapos ng unang dosis.

# Ano ang mga panganib ng sakit na COVID-19 sa pagbubuntis?

Kung mayroon kang sakit na COVID-19 sa huling yugto ng pagbubuntis, ikaw at ang iyong sanggol ay may posibilidad na magkaroon ng malubhang karamdaman at nangangailangan ng paggamot sa ospital at suporta sa intensibong pag-aalaga. Ipinakita sa data ng UK na halos lahat ng buntis na kababaihan na may sakit na COVID-19 na nangangailangan ng paggamot sa ospital o intensibong pag-aalaga, ay hindi nabakunahan.

Ang mga buntis na kababaihan na nasa ilalim ng sumusunod na kondisyong medikal ay nasa mas mataas na panganib na magkaroon ng malubhang komplikasyon mula sa sakit na COVID-19:

- mga problema sa immune
- diabetes
- altapresyon
- sakit sa puso
- matinding hika

O kung ikaw ay:

- sobra sa timbang
- higit sa edad na 35
- sa iyong ikatlong trimester o pagbubuntis (mahigit 28 linggo)
- ng Black o Asian minority na ethnic background
- hindi nabakunahan o parsyal na nabakunahan

Ang pangkalahatang panganib mula sa sakit na COVID-19 para sa iyo at sa iyong bagong sanggol ay mababa ngunit tumaas mula noong unang yugto ng COVID-19.



## Ano ang ibig sabihin nito para sa akin?

Kung ikaw ay buntis, magpabakuna sa lalong madaling panahon. Kailangan mo ng dalawang dosis na binibigay ng hindi bababa sa 8 linggo ang pagitan. Kapag nakuha mo na ang unang dalawang dosis kailangan mong magkaroon ng booster dose ng hindi bababa sa 3 buwan pagkatapos ng pangalawang dosis.

Ang bakuna sa COVID-19 sa pagbubuntis ay nagbibigay sa iyo ng mataas na antas ng proteksyon laban sa malalang sakit.

Hinihikayat kang basahin ang tulong sa padedesisyon ng Royal College of Obstetricians & Gynaecologists sa link na ito: [rcog.org.uk/covid-vaccine](https://rcog.org.uk/covid-vaccine). Makakatulong sa iyo na gumawa ng matalinong desisyon ang impormasyon sa tulong na ito. Kung mayroon kang anumang karagdagang katanungan makipag-usap sa iyong midwife o GP.

## Maaari ba akong magpabakuna kung ako ay nagpapasuso?

Kilala ang benepisyo ng pagpapasuso. Payo ng eksperto mula sa JCVI at World Health Organization (WHO), na maaaring ibigay ang bakuna sa mga babaeng nagpapasuso. Kung ikaw ay nagpapasuso, o nagpaplanong magpasuso, maaari mong ipagpatuloy ang pagpapasuso pagkatapos mong mabakunahan.



## Ang bakuna at fertility

Hindi mo kailangang iwanan ang pagbubuntis pagkatapos matanggap ang pagpapabakuna sa COVID-19.

Walang katibayan na ang mga bakuna sa COVID-19 ay may epekto sa iyong fertility o sa iyong pagkakataong mabuntis.

## May side effect ba ang bakuna?

Tulad ng lahat ng mga gamot, maaaring magdulot ang mga bakuna ng mga side effect. Ito'y dahil gumagana ang mga bakuna sa pamamagitan ng pag-trigger ng tugon sa iyong immune system. Banayad ang karamihan sa mga ito at tumatagal lamang ng ilang araw, at hindi lahat ang nakakakuha nito.

Pakibasa ang 'Leaflet tungkol sa kung ano ang aasahan pagkatapos ng iyong pagpapabakuna sa COVID-19' available dito: [phw.nhs.wales/covid-vaccine-what-to-expect](https://phw.nhs.wales/covid-vaccine-what-to-expect)

## Ano ang dapat kong gawin?

Sasabihan ka kung kailan at saan magpabakuna. Sa araw ng appointment, magsuot ng praktikal na damit para madaling maabot ang taas ng iyong braso. Kung natatakot ka sa karayom o nakakaramdam ng pagkabalisa, ipaalam sa taong nagbibigay sa iyo ng bakuna. Maiintindihan ka nila at susuportahan.

**Mahalagang magkaroon ng lahat ng dosis ng bakuna upang mabigyan ka ng pinakamahusay na pangmatagalang proteksyon. Panatilihin ang iyong card at seguraduhing makukuha mo ang iyong pangalawang dosis at pagkatapos ay booster.**

## Ano ang dapat kong gawin kung masama ang aking pakiramdam sa araw ng aking appointment?

Kung masama ang iyong pakiramdam, mas mabuting maghintay hanggang sa gumaling ka upang ikaw ay mabakunahan, ngunit dapat mong subukang magpabakuna sa lalong madaling panahon.

Hindi ka dapat dumalo sa isang appointment sa bakuna kung ikaw ay nagseself-isolate o naghihintay para sa isang pagsusuri sa COVID-19 o sa loob ng apat na linggo ng pagkakaroon ng positibong pagsusuri sa COVID-19.

# Kailangan ko pa bang sumunod sa alituntunin kahit may bakuna na ako?

**Walang bakuna na 100% epektibo kaya DAPAT mo pa ring sundin ang anumang pambansa o lokal na paghihigpit at:**

- kapag pinayuhang magsuot ng face mask
- hugasan ang iyong kamay nang maayos palagi
- buksan ang bintana upang makapasok ang sariwang hangin
- sundin ang kasalukuyang alituntunin sa [gov.wales/coronavirus](https://gov.wales/coronavirus).

## Tandaan:

Kumakalat ang COVID-19 sa pamamagitan ng mga droplet na inilalabas mula sa ilong o bibig, lalo na kapag nagsasalita o umuubo. Maaari din itong makuha sa pamamagitan ng paghawak sa iyong mga mata, ilong at bibig pagkatapos hawakan ang mga kontaminadong bagay at surface.

Kung mayroon kang anumang katanungan o gusto mo ng karagdagang impormasyon, maaari mong bisitahin ang [111.wales.nhs.uk](https://111.wales.nhs.uk), makipag-usap sa iyong doktor o midwife o tumawag sa NHS 111 Wales.

Kung hindi available ang 111 sa iyong lugar, paki-tawag sa 0845 46 47. Ang tawag mula sa mga landline at mobile ay nagkakahalaga ng 2p bawat minuto (kasama ang karaniwang singil ng provider ng iyong telepono).

# Karagdagang impormasyon

Maaari mong malaman ang karagdagang impormasyon tungkol sa bakuna sa COVID-19, kabilang ang mga nilalaman at side effect nito sa: **[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation)**.

Ang karagdagang impormasyon at mga leaflet ng pasyente ay matatagpuan sa: **[phw.nhs.wales/covid-19-vaccination](https://phw.nhs.wales/covid-19-vaccination)**.

Maaari kang mag-ulat ng mga side effect sa online sa: **[coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk)** o sa pamamagitan ng pag-download ng Yellow Card na app.

Upang malaman kung paano ginagamit ng NHS ang iyong impormasyon, bisitahin ang: **[111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation](https://111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation)**.

Para sa iba pang mga format ng leaflet na ito bisitahin ang: **[publichealthwales.org/HealthInformationResources](https://publichealthwales.org/HealthInformationResources)**.



© Public Health Wales NHS Trust, Enero 2022 (na may pagkilala sa UK Health at Security Agency)

Bersyon 3  
ISBN 978-1-78986-154-671

