



**Szczepienia ratują życie**  
**Vaccination saves lives**



# **Szczepienie** **przeciw COVID-19**

**Poradnik dla wszystkich kobiet,  
które planują ciążę, są w ciąży  
lub karmią piersią**

**Styczeń 2022 r.**



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

**Polish**

**Szczepienie przeciwko COVID-19 jest zdecydowanie zalecane dla kobiet w ciąży i karmiących piersią.**

**Wykazano, że szczepionki przeciw COVID-19 dostępne obecnie w Wielkiej Brytanii są skuteczne i mają dobre wyniki w zakresie bezpieczeństwa. Ważne jest, aby kobiety w ciąży przeszły pełne szczepienie tak szybko, jak to możliwe, aby chronić siebie i swoje dzieci.**

## **Jakie są zalecenia dotyczące szczepień przeciw COVID-19 w trakcie ciąży?**

**Stanowiący niezależną grupę ekspertów Wspólny Komitet ds. Szczepień i Immunizacji (JCVI) poinformował, że kobiety w ciąży są bardziej narażone na poważne konsekwencje choroby COVID-19. Ważne jest, aby kobiety w ciąży przeszły pełne szczepienie tak szybko, jak to możliwe. Nie powinny odkładać szczepienia do czasu porodu. Ma to na celu ochronę zarówno ich samych, jak i ich dzieci.**

Setki tysięcy kobiet w ciąży zostało zaszczepionych w Wielkiej Brytanii szczepionkami Pfizer lub Moderna i nie zostały stwierdzone żadne problemy związane z bezpieczeństwem. Szczepienia są bardzo skuteczne w zapobieganiu ciężkim przypadkom zachorowania na COVID-19. Te szczepionki nie zawierają żywego koronawirusa i nie mogą zarazić kobiety ciężarnej ani jej nienarodzonego dziecka w macicy.

Każda kobieta, która już rozpoczęła cykl szczepienia i ma otrzymać drugą dawkę podczas ciąży, powinna otrzymać drugą dawkę tej samej szczepionki, chyba że po pierwszej dawce wystąpiły poważne skutki uboczne.

# Jakie jest ryzyko zachorowania na COVID-19 w trakcie ciąży?

W przypadku zachorowania na COVID-19 w późniejszych stadiach ciąży zarówno Ty, jak i Twoje dziecko jesteście bardziej narażeni na ciężką chorobę i będziecie potrzebować leczenia szpitalnego oraz intensywnej opieki. Dane z Wielkiej Brytanii wykazały, że prawie każda kobieta w ciąży z chorobą COVID-19, która wymagała leczenia szpitalnego lub intensywnej opieki, nie była szczepiona.

Kobiety w ciąży z następującymi schorzeniami podstawowymi są bardziej narażone na poważne powikłania związane z chorobą COVID-19:

- problemy z odpornością,
- cukrzyca,
- wysokie ciśnienie krwi,
- choroba serca,
- ciężka astma.

Także w następujących przypadkach:

- nadwaga,
- wiek powyżej 35 lat,
- trzeci trymestr ciąży (powyżej 28. tygodnia),
- pochodzenie etniczne z mniejszości czarnej lub azjatyckiej,
- bez szczepienia lub ze szczepieniem częściowym.

Ogólne ryzyko związane z chorobą COVID-19 dla Ciebie i Twojego dziecka jest niewielkie, ale wzrosło począwszy od pierwszych fal COVID-19.



## Co to oznacza dla mnie?

Jeśli jesteś w ciąży, zaszczep się jak najszybciej. Potrzebujesz dwóch dawek podanych w odstępie co najmniej 8 tygodni. Jeśli przyjęłaś już dwie pierwsze dawki, powinnaś przyjąć dawkę przypominającą po upływie co najmniej 3 miesięcy po drugiej dawce.

Szczepionki COVID-19 dla kobiet w ciąży zapewniają wysoki poziom ochrony przed ciężkim przebiegiem choroby.

Zachęcamy do przeczytania materiałów Royal College of Obstetricians & Gynaecologists, które pomogą Ci w podjęciu decyzji, dostępnych pod linkiem: [rcog.org.uk/covid-vaccine](https://rcog.org.uk/covid-vaccine). Informacje zamieszczone w tych materiałach mogą pomóc Ci w podjęciu świadomej decyzji. Jeśli masz jakiegokolwiek dalsze pytania, porozmawiaj ze swoją położną lub lekarzem rodzinnym.

## Czy mogę otrzymać szczepionkę, jeśli karmię piersią?

Korzyści z karmienia piersią są dobrze znane. Według opinii ekspertów JCVI i Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) szczepionka może być podawana kobietom karmiącym piersią. Jeśli karmisz piersią lub planujesz karmić piersią, możesz kontynuować karmienie piersią po zaszczepieniu.



## Szczepionka a płodność

Nie musisz unikać zajścia w ciążę po otrzymaniu szczepionki przeciw COVID-19.

Nie ma dowodów na to, że szczepionki COVID-19 mają jakikolwiek wpływ na płodność lub możliwość zajścia w ciążę.

## Czy szczepionka ma skutki uboczne?

Jak wszystkie leki, szczepionki mogą mieć pewne skutki uboczne. Dzieje się tak, ponieważ szczepionki działają poprzez wywołanie reakcji w Twoim układzie odpornościowym. Większość z nich jest łagodna i trwa tylko kilka dni, a poza tym nie występują one u wszystkich.

Zachęcamy do zapoznania się z ulotką „Czego można się spodziewać po szczepieniu przeciwko COVID-19”, dostępną pod adresem: [phw.nhs.wales/covid-vaccine-what-to-expect](https://phw.nhs.wales/covid-vaccine-what-to-expect)

## Co muszę zrobić?

Zostaniesz poinformowana o tym, kiedy i gdzie należy się zaszczepić. W dniu wizyty załóż praktyczną odzież, aby z łatwością odsłonić górną część ramienia. Jeśli boisz się igieł lub czujesz niepokój, poinformuj o tym osobę podającą szczepionkę. Z pewnością to zrozumie i udzieli Ci pomocy.

**Ważne jest, aby otrzymać wszystkie dawki szczepionki, aby zapewnić sobie najlepszą, długoterminową ochronę. Przechowuj swoją kartę w bezpiecznym miejscu i pamiętaj, aby otrzymać drugą dawkę, a następnie dawkę przypominającą.**

## Co powinnam zrobić, jeśli źle się poczuję w dniu wizyty?

Jeśli źle się czujesz, lepiej poczekać, aż wyzdrowiejesz, aby otrzymać szczepionkę, ale powinnaś starać się przyjąć ją jak najszybciej.

Nie powinnaś przychodzić na wizytę dotyczącą szczepienia, jeśli pozostajesz w izolacji, czekasz na wynik testu na COVID-19 lub w okresie czterech tygodni od pozytywnego wyniku testu na COVID-19.

# Czy po zaszczepieniu muszę nadal stosować się do zaleceń?

Żadne szczepionki nie są w 100% skuteczne, więc **MUSISZ przestrzegać wszelkich krajowych lub lokalnych ograniczeń oraz:**

- nosić maseczkę zawsze, gdy jest to zalecane,
- dokładnie i regularnie myć ręce,
- otwierać okna, aby zapewnić dostęp świeżego powietrza,
- przestrzegać bieżących zaleceń publikowanych na stronie **gov.wales/coronavirus**.

## Pamiętaj:

COVID-19 rozprzestrzenia się poprzez kropelki wydychane z nosa lub ust, szczególnie podczas mówienia lub kaszlu. Można również zarazić się, dotykając oczu, nosa i ust po wcześniejszym dotknięciu skażonych wirusem przedmiotów i powierzchni.

Jeśli masz dalsze pytania lub chcesz uzyskać więcej informacji, możesz odwiedzić witrynę internetową [111.wales.nhs.uk](http://111.wales.nhs.uk), porozmawiać ze swoim lekarzem lub położną, a także skontaktować się telefonicznie z NHS 111 Wales.

Jeśli numer 111 nie jest dostępny w Twojej okolicy, zadzwoń pod numer 0845 46 47. Połączenia z telefonów stacjonarnych i komórkowych kosztują 2 pence za minutę (plus zwykła opłata operatora).

# Więcej informacji

Więcej informacji na temat szczepionek przeciwko COVID-19, w tym ich zawartości i możliwych skutków ubocznych można znaleźć na stronie: [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation).

Dalsze informacje i ulotki dla pacjentów można znaleźć pod adresem: [phw.nhs.wales/covid-19-vaccination](https://phw.nhs.wales/covid-19-vaccination).

Podejrzenia dotyczące wystąpienia skutków ubocznych można zgłaszać online pod adresem: [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) lub pobierając aplikację Yellow Card.

Aby dowiedzieć się, w jaki sposób NHS wykorzystuje Twoje informacje, odwiedź stronę: [111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation](https://111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation).

Inne formaty tej ulotki można znaleźć na stronie: [publichealthwales.org/HealthInformationResources](https://publichealthwales.org/HealthInformationResources).



© Public Health Wales NHS Trust, styczeń 2022  
(z podziękowaniami dla UK Health and Security Agency)

Wersja 3  
ISBN 978-1-78986-154-610

