



Aşı Hayat Kurtarır
Vaccination saves lives



COVID-19

aşılması

**Gebe olan, emziren veya
gebelik planlayan tüm
kadınlar için bir kılavuz**

Ocak 2022



GIG
CYMRU
NHS
WALES

Turkish

COVID-19 aşısı gebe ve emziren kadınlar için önemle tavsiye edilmektedir.

Birleşik Krallık'ta mevcut olarak kullanılan COVID-19 aşılarının etkinliği ve iyi bir güvenlik kaydına sahip olduğu kanıtlanmıştır. Gebe kadınların kendilerini ve bebeklerini korumak için, kendilerine tanımlanan aşuları mümkün olan en kısa sürede tamamlamaları önemlidir.

Gebelikte COVID-19 aşılılarıyla ilgili ne önerilmektedir?

Bağımsız bir uzman grubu olan Aşılama ve Bağışıklama Ortak Komitesi (The Joint Committee on Vaccination and Immunisation - JCVI), gebe kadınların COVID-19 hastalığı kaynaklı ciddi sonuçlar açısından daha yüksek risk altında olduğunu belirtmiştir. Gebe kadınların, kendilerine tanımlanan aşuları mümkün olan en kısa sürede tamamlamaları önemlidir. Aşıyı doğumdan sonraya ertelememelilerdir. Burada amaç, onları ve bebeklerini korumaktır.

Birleşik Krallık'ta yüz binlerce gebe kadın Pfizer veya Moderna aşısı olmuştur ve aşıyla ilgili herhangi bir güvenlik sorunu tanımlanmamıştır. Aşılama, ağır COVID-19 hastalığını önlemede son derece etkilidir. Bu aşılar canlı koronavirüs içermez ve gebe kadına ya da rahmindeki doğmamış bebeğe hastalık bulaştıramaz.

Aşılarına önceden başlamış olan ve gebelikte ikinci bir doz önerilen herkes, ilk dozdan sonra ciddi bir yan etki yaşamamışsa aynı aşının ikinci dozunu yaptırmalıdır.

Gebelikte COVID-19 hastalığının riskleri nelerdir?

Gebeliğinizin ileri dönemlerinde COVID-19 hastalığına yakalanırsanız hem sizin için hem de bebeğiniz için hastalığı ağır geçirme, hastanede tedaviye ve yoğun bakım desteğine ihtiyaç duyma olasılığı daha yüksektir. Birleşik Krallık verileri, COVID-19 hastalığına yakalanmış ve hastanede tedaviye ya da yoğun bakıma ihtiyacı duymuş gebe kadınların hemen hemen hepsinin, aşılanmamış kadınlar olduğunu göstermektedir.

Aşağıda gördüğünüz, altta yatan tıbbi rahatsızlıklara sahip gebe kadınların COVID-19 hastalığından kaynaklanan ciddi komplikasyonlar yaşama riski daha yüksektir:

- bağışıklık sistemi problemleri
- diyabet
- yüksek tansiyon
- kalp hastalığı
- ağır astım

Risk, şu durumlarda da daha yüksektir:

- fazla kiloluysanız
- 35 yaşından büyükseniz
- gebeliğin son üç aylık dönemindeyseniz (28. haftanın sonrası)
- Siyahi veya Asyalı etnik azınlık kökenliyseniz
- aşılanmamışsanız veya aşılarınızı tamamlamamışsanız

Sizin için ve doğacak bebeğiniz için COVID-19 hastalığı kaynaklı genel risk düşüktür fakat COVID-19'un ilk dalgalarından itibaren bu risk artmıştır.



Bu benim için ne anlama geliyor?

Gebe iseniz mümkün olan en kısa sürede aşı olun. Uygulanacak iki doz aşı arasında en az 8 hafta aralık olmalıdır. İlk iki doz aşınızı zaten olduysanız ikinci dozdan sonra en az 3 ay içinde hatırlatma dozu yaptırmalısınız.

Gebelikte uygulanan COVID-19 aşıları, ağır hastalığa karşı yüksek düzeyde koruma sağlar.

Şu bağlantıdan Kraliyet Kadın Hastalıkları ve Doğum Uzmanları Kolejinin (Royal College of Obstetricians & Gynaecologists - RCOG) karar vermenize yardımcı olmak amacıyla hazırladığı metni okumanızı tavsiye ederiz: [rcog.org.uk/covid-vaccine](https://www.rcog.org.uk/covid-vaccine).

Bu metindeki bilgiler bilinçli bir karar vermenize yardımcı olabilir. Başka sorularınız olursa ebenizle veya doktorunuzla konuşun.

Emzirirken aşı olabilir miyim?

Emzirmenin faydaları herkesçe bilinmektedir. JCVI ve Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) uzman tavsiyesine göre emziren kadınlar aşı olabilir. Emziriyorsanız veya emzirmeyi planlıyorsanız aşı olduktan sonra emzirmeye devam edebilirsiniz.



Aşı ve doğurganlık

COVID-19 aşısını aldıktan sonra gebelikten kaçınmanız özel olarak gerekmez.

COVID-19 aşılarının doğurganlığınız veya gebe kalma ihtimaliniz üzerinde herhangi bir etki yarattığına dair hiçbir kanıt yoktur.

Aşının yan etkileri var mı?

Tüm ilaçlarda olduğu gibi aşılarda da yan etkileri olabilir. Bunun sebebi, aşılarda bağışıklık sisteminizde bir yanıtı tetikleyerek işlev görmesidir. Yan etkilerin çoğu hafiftir, sadece birkaç gün sürer ve herkeste görülmez.

Lütfen şu adreste bulunan "COVID-19 aşınızdan sonra neler beklemelisiniz" kitapçığını okuyun: phw.nhs.wales/covid-vaccine-what-to-expect

Ne yapmalıyım?

Ne zaman ve nerede aşı olacağınız konusunda bilgilendirileceksiniz. Randevu gününüzde kolunuzun üst kısmına kolayca ulaşılabilir şekilde rahat kıyafetler giyin. İğne korkunuz varsa veya kendinizi gergin hissediyorsanız aşınızı yapacak kişiyi bilgilendirin. Anlayışlı davranıp size destek olacaklardır.

Uzun süreli en iyi korumayı sağlamak için tüm aşı dozlarını yaptırmak önemlidir. Aşı kartınızı saklayın ve ikinci dozu ve sonrasında hatırlatma dozunu mutlaka yaptırın.

Randevu günümde kendimi iyi hissetmiyorsam ne yapmalıyım?

Kendinizi iyi hissetmiyorsanız aşı olmak için iyileşmeyi beklemeniz daha iyi olacaktır fakat mümkün olan en kısa sürede aşınızı olmaya çalışmalısınız.

Evde karantinadaysanız, COVID-19 testinizin sonucunu bekliyorsanız veya dört hafta içinde COVID-19 testi sonucunuz pozitif çıktıysa aşı randevunuza gitmemelisiniz.

Aşı yaptırdıktan sonra yönergeleri takip etmem gerekiyor mu?

Hiçbir aşı %100 etkili değildir. Bu yüzden ulusal ve yerel kısıtlamalara uymaya DEVAM ETMELİSİNİZ. Ayrıca:

- önerildiği durumlarda yüz maskenizi takın
- ellerinizi dikkatle ve düzenli aralıklarla yıkayın
- pencereleri açarak ortama temiz hava girmesini sağlayın
- şu adreste verilen mevcut yönergeleri takip edin: gov.wales/coronavirus.

Unutmayın:

COVID-19, özellikle konuşurken veya öksürürken burundan ya da ağızdan dışarıya saçılan damlacıklar aracılığıyla yayılır. Ayrıca kontamine olmuş eşyalara ve yüzeylere dokunduktan sonra gözlerinize, burnunuza ve ağızınıza dokunmanız sonucunda da bulaşabilir.

Herhangi bir sorunuz varsa veya daha fazla bilgi edinmek istiyorsanız 111.wales.nhs.uk adresini ziyaret edebilir, doktorunuzla ya da ebenizle konuşabilir veya NHS 111 Wales hizmetini arayabilirsiniz.

111, bölgenizde hizmet vermiyorsa lütfen 0845 46 47 numaralı hattı arayın. Sabit hatlardan ve cep telefonlarından yapılan çağrıların dakikası (telefon sağlayıcınızın kestiği normal ücrete ek olarak) 2 penidir.

Daha fazla bilgi

İçerikleri ve olası yan etkileri de dahil olmak üzere COVID-19 aşılarıyla ilgili daha fazla bilgiyi şu adreste bulabilirsiniz: **coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation**.

Daha detaylı bilgiyi ve hasta kitapçıklarını aşağıdaki adreste bulabilirsiniz: **phw.nhs.wales/covid-19-vaccination**.

Şüphelenilen yan etkileri çevrimiçi olarak **coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk** adresinden veya Yellow Card uygulamasını indirerek bildirebilirsiniz.

NHS'nin bilgilerinizi nasıl kullandığını öğrenmek için şu adresi ziyaret edin: **111.wales.nhs.uk/AboutUs/Yourinformation**.

Bu kitapçığın diğer biçimleri için şu adresi ziyaret edin: **publichealthwales.org/HealthInformationResources**.



© Public Health Wales NHS Trust, Ocak 2022
(Birleşik Krallık Sağlık ve Güvenlik Ajansının onayıyla)

Sürüm 3

ISBN 978-1-78986-154-639



GIG
CYMRU
NHS
WALES