

# SKIEPAI NUO GRIPO NĖŠTUMO METU APSAUGO JUS IR JŪSŲ KŪDIKĮ

Jeigu laukiatės kūdikio –  
didesnė tikimybė:

- sunkiai susirgti gripu,
- patekti į ligoninę,
- patirti priešlaikinį gimdymą.

Skiepai nuo gripo saugūs ir padeda išvengti sunkių gripo komplikacijų nėštumo metu.

Gripas kelia didelį pavojų naujagimiams, kurie gali užsikrėsti nuo savo tėvelių ar globėjų.

**Skiepai nuo gripo nėštumo laikotarpiu padės apsaugoti jus ir jūsų kūdikį nuo ligos ir jos komplikacijų.**



## Kas yra gripas?

Gripas – labai užkrečiama kvėpavimo takų liga, kurią sukelia virusai, plintantys oro lašeliniu būdu. Gripo virusai plinta kartu su seilių dalelėmis čiaudint, kosint, kurios pasklinda ore ir nusėda ant paviršių. Į kito žmogaus organizmą jos patenka įkvėpus arba užterštomis rankomis palietus akių, nosies, burnos gleivinę.

## Kodėl nėštumo metu gripas man yra pavojingesnis nei anksčiau?

Nėštumo metu slopinama imuninė sistema, todėl būdama nėščia esate mažiau pajėgi kovoti su infekcijomis nei anksčiau.

## Kokie yra gripo simptomai?

Gripui būdinga staigi pradžia, aukšta temperatūra (daugiau nei 38 oC), sausas kosulys, gerklės, galvos ir raumenų skausmas, nuovargis, silpnumas. Gripas gali komplikuotis plaučių, vidurinės ausies, širdies raumens uždegimu, sinusitu ir bronchitu. Pasitaiko mirties atvejų.

Nėščioms moterims, lėtinėmis ligomis sergantiems vyresniems asmenims ir kūdikiams kyla didesnis pavojus patirti sunkių gripo komplikacijų.

## Kaip išvengti gripo ir jo komplikacijų?

Geriausias būdas išvengti gripo yra skiepai. Išvengti sąlyčio su gripu užsikrėtusiais žmonėmis labai sunku kadangi žmonės gali pradėti platinti infekciją maždaug dieną prieš pasireiškiant simptomams.

Norint išvengti gripo svarbu:

- vengti artimo sąlyčio su sergančiu žmogumi;
- reguliariai plauti rankas;
- vengti akių, nosies, burnos lietimų;
- kosint ar čiaudint pridengti burną.

## Ar skiepytis nuo gripo saugu nėštumo metu?

Skiepytis saugu bet kuriuo nėštumo metu. Skiepy nuo sezoninio gripo poveikio nėščioms moterims tyrimai rodo, kad skiepai neturi jokio neigiamo poveikio nėščioms moterims ar jų kūdikiams <sup>1</sup>.

## Jei pasiskiepyčiau, kokia nauda bus mano kūdikiui?

- Pasiskiepijusios moterų naujagimiai (gripo sezono laikotarpiu) rečiau gimsta neišnešioti.
- Jūsų skiepai apsaugos kūdikį pirmaisiais gyvenimo mėnesiais, kol jis yra dar per mažas skiepyti.
- Pasiskiepijusios nuo gripo nėščios moters organizme gaminasi antikūnai, kurie perduodami kūdikiui per placentą ir pieną. Tai reiškia, kad jūsų kūdikis bus apsaugotas nuo gripo.

## Kada turėčiau skiepytis?

Pasiskiepyti rekomenduojama kiekvienais metais rudens-žiemos laikotarpiu, nes gripo virusas kinta. Skiepytis galite bet kuriuo nėštumo metu.

## Ką daryti, jei esu nepasiskiepijusi ir manau, kad užsikrėčiau gripu?

Turėtumėte kuo skubiau kreiptis į savo šeimos gydytoją, kad atliktų tyrimus ir paskirtų gydymą.

## Kur galėčiau pasiskiepyti nuo gripo?

Nemokamai pasiskiepyti galite asmens sveikatos priežiūros įstaigoje kurioje esate prisiregistravusi arba bet kurioje kitoje privačioje gydymo įstaigoje.

<sup>1</sup>Kharbanda EO, Vazquez-Benitez G, Lipkind H, Naleway A, Lee G, Nordin JD; Team., Vaccine Safety Datalink. "Inactivated influenza vaccine during pregnancy and risks for adverse obstetric events." *Obstet Gynecol.* 2013 Sep. 122(3):659-67

## Aš pasiskiepijau prieš pastodama, ar turiu imunitetą?

Priklauso nuo to, kuriuo sezono metu pastojote, nes gripo vakcina rekomenduojama pasiskiepyti rudens-žiemos laikotarpiu ir reikia maždaug dviejų savaičių, kad žmogaus organizme susidarytų antikūnai kovai su gripo virusu.

## Koks gali būti šalutinis skiepų poveikis?

Vakcinas kaip ir kiti vaistai gali sukelti šalutinį poveikį. Dauguma pasitaikančių šalutinių poveikių lengvi, trumpalaikiai ir nereikalaujantys gydymo:

- skausmas, paraudimas, patinimas ar sukietėjimas dūrio vietoje;
- nedidelė temperatūra;
- raumenų skausmas;
- mieguistumas, nuovargis, bloga savijauta;

Jeigu reakcija yra sunkesnė arba užsitęsė, tuomet nedelsiant reikia kreiptis į savo šeimos gydytoją.

Jeigu reakcija yra sunkesnė arba užsitęsė, tuomet nedelsiant reikia kreiptis į savo šeimos gydytoją.

## Kas dar turėtų pasiskiepyti nuo gripo?

Skiepytis nuo gripo rekomenduojama visiems vyresniems nei 6 mėnesių asmenims. Valstybės lėšomis finansuojama gripo vakcina rekomenduojama šioms rizikos grupėms:

- nėščioms moterims;
- asmenims, vyresniems nei 65 m.;
- asmenims iki 65 m., sergantiems lėtinėmis ligomis;
- asmenims, gyvenantiems socialinės globos ir slaugos įstaigose;
- sveikatos priežiūros įstaigos darbuotojams.

## Kur galiu daugiau rasti informacijos?

Daugiau informacijos galite rasti internetiniame tinklapyje **www.ulac.lt**. arba teiraukitės savo šeimos gydytojo.