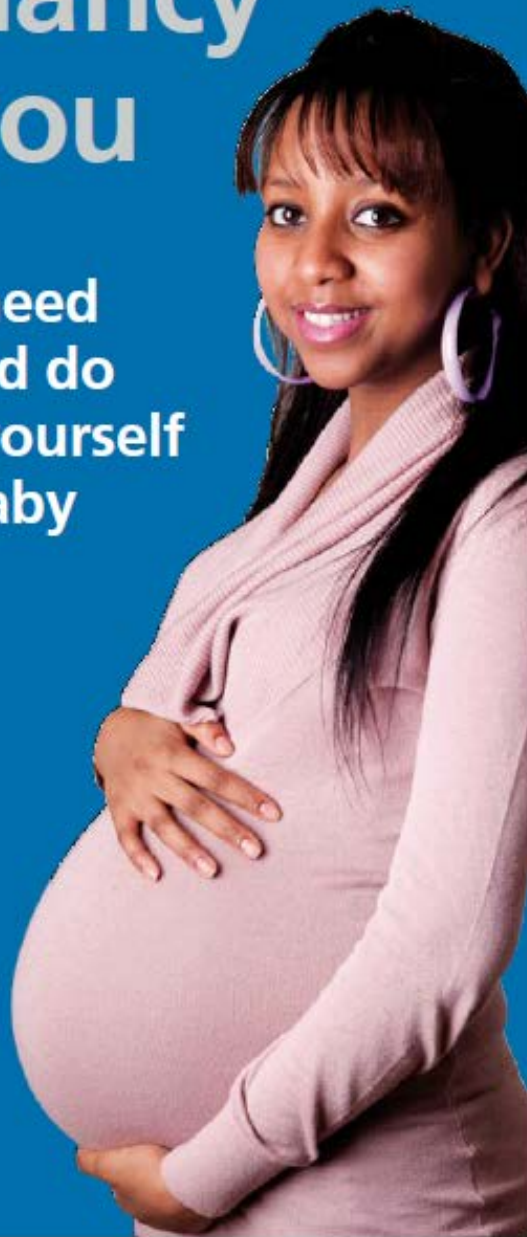


Flu, your pregnancy and you

What you need
to know and do
to protect yourself
and your baby



孕婦在得到流感嚴重並發症的風險增加，與其它健康成人相比。

流感也可能是嚴重的新生嬰兒，誰可以從他們的母親趕上感染。

這本小冊子介紹了如何在懷孕期間有流感疫苗可以幫助保護您和您的寶寶對這種感染

。

什麼是流感？

流感是一種傳染性很強的疾病。這些症狀，那來吧很快，包括發燒，發冷，頭痛，疼痛和關節和肌肉疼痛，和極度疲勞。一個壞的流感比重感冒加重。你可能會花幾天時間在床上。嚴重感染，雖然不太常見的，可以導致住院治療，終身殘疾，甚至死亡。

是什麼原因導致流感？

流感是由從人與人之間傳播的病毒引起的。他們感染呼吸系統（風管和肺），在那裡他們可以導致肺炎等並發症。該病毒可以每年這就是為什麼人們必須每年接種改變。

如何在流感傳播的？

當感染者咳嗽或打噴嚏，他們傳播的流感病毒在唾液中通過廣域微小液滴。這些液滴然後可通過其他人被吸入或它們可以被拾起通過觸摸其中液滴降落表面。您可以防止病毒的蔓延覆蓋你的嘴，當你咳嗽或者打噴嚏的鼻子，你可以經常洗手，或使用手凝膠，以減少拿起病毒的風險。但是，最好的方式來幫助避免受涼和蔓延流感是由具有流感季節開始前接種。

我怎樣才能避免受涼感冒呢？

因為人是感染了一天左右的時間，症狀開始出現（以及長達七天之後），他們不會知道，如果他們是傳播病毒或沒有。

所以這是很難避免的人感染了流感病毒的接觸。當然，你的家庭成員可以隨時把它進入家庭。

你可以經常洗手，但你的呼吸，在感染的飛沫在空氣中捕獲的疾病，這將不會停止。

，以避免流感的最好方法是通過接種疫苗。

為什麼懷孕使其更適合我嚴重，如果我得到感冒？

當你懷孕了，你的身體自然會削弱你的免疫（防禦）系統，以確保懷孕成功。這樣一來，你就不太能對抗感染時，你是不是懷上了比較。這意味著，如果孕婦抓住流感，她比一個女人誰是沒有懷孕，被送進醫院，或在極少數情況下，被送進重症護理，甚至死亡更容易。

如何我的孩子受益，如果我有接種疫苗？

年幼的嬰兒還以重病，如果他們趕上感冒，因為他們的免疫（防禦）系統沒有完全開發的高風險，他們太年輕，被賦予流感疫苗。您的寶寶將有利於如果你有流感疫苗，因為：

- 您是不太可能生病與流感和患肺炎等並發症，特別是在懷孕的後期階段
- 懷孕期間獲得流感可導致流產，早產的風險增加，或具有低體重兒。具有減少接種流感得到這反過來又意味著這些並發症的風險的機率就會大大減少5流感，你懷孕你 - 你需要知道做什麼
- 這將有助於保護您的孩子誰將會繼續有一定的免疫力流感在其生命的最初幾個月
- 您將繼續在整個流感季節受到保護，因此不太可能通過感到您的新出生的嬰兒

但我覺得懷孕的婦女不應該有疫苗接種。

2009年以來，大量發達國家相繼推出了針對孕婦常規流感疫苗的方案。這一經驗表明，有關於注射流感疫苗和懷孕或嬰兒沒有報告的安全問題。

我會得到什麼副作用嗎？

你可能會得到一個手臂酸痛注射，發低燒和全身肌肉酸痛的兩個疫苗接種後，每天的網站。嚴重的副作用是罕見的。

當我應該接種疫苗？

流感疫苗需要在冬季應給予 - 你可以安全地接種疫苗，在你懷孕從概念開始的任何階段。您將需要接種流感疫苗的每個流感季節，如果你是孕婦，因為流感病毒可能會通過您在下次懷孕期間訪問您的GP和/或助產士的時間來改變。您將獲得的疫苗接種注射在手臂上。

是否有任何其他的疫苗接種，我應該有我的孕期保護我未出生的嬰兒中？

是的;你應該有百日咳疫苗，但是這需要28~32週之間的理想給提供給新出生的嬰兒最好的保護。

你可以有這個疫苗在一年中的任何時候。

欲了解更多信息，請參閱www.nhs.uk/health/children/pregnant.aspx。

我會多少需要接種疫苗？

如果你懷孕了，你只需要在每個流感季節一接種流感疫苗。如果你期待一個以上的寶貝，你只需要一次疫苗接種。

我想我可能已經得了流感，我該怎麼辦？

你應該跟你的家庭醫生緊急，何況你是懷孕了。有一種藥，你可以採取，可以幫助減輕一些你的症狀，但它有儘早後症狀出現到有任何幫助才能作出。

但是，保護你和你的寶寶對流感的最好方法是接種疫苗，如果可能的話之前的流感季節開始。7流感，你懷孕你 - 你需要知道的，做

我有流感懷孕前 - 不是我免疫了嗎？

你不能確定你的免疫，因為有一些流感病毒在任一時間四周，你會不知道你有哪一個。流感疫苗有助於防止最有可能成為循環三個或四個病毒，所以你應該接種疫苗，以獲得最好的保護。

我得了流感疫苗的最後一次，我懷孕了，我還需要擁有它，現在我又懷孕了？

是的;流感病毒每年都會發生變化，所以疫苗被改變，以配合他們。在接下來的接種疫苗1年不會保護你。

我聽說過一些兒童因接種疫苗鼻噴劑的。我能有那不是打針？

鼻噴劑疫苗是活疫苗。雖然沒有傷害的證據由具有鼻流感疫苗引起的孕婦，注入的流感疫苗是優選的孕婦，因為它不是一個活疫苗。

誰給我注射疫苗？

您的家庭醫生，或可能是您的助產士或藥劑師就能在流感季節開始前給你的疫苗，可能是在九月或十月。對於誰成為女性

孕婦在冬季的流感疫苗應該仍然可用，你可以在懷孕的任何階段都有它。

我會通過疫苗接種完全保護？

通過使接種疫苗，你將顯著減少收到流感的風險，但沒有一種疫苗提供100%的保障。通過減少你的風險，你也將減少在懷孕和寶寶的風險，一旦他們是天生的。因為流感病毒可以從每年都在變化總是有風險的，這種疫苗不符合循環病毒。在過去10年中疫苗通常是一個很好的匹配的流行株，雖然去年是少一些。

我在哪裡可以得到更多的信息？

說出你的家庭醫生，助產士或藥劑師或可訪問NHS選擇網站的懷孕和流感頁在：
www.nhs.uk/Conditions/妊娠和嬰兒/頁/流感疫苗，pregnant.aspx

©皇家版權2015年

2015 3079112 1P 100K的七月（ESP）

公共衛生英格蘭製作人威廉姆斯LEA

www.nhs.uk/vaccinations