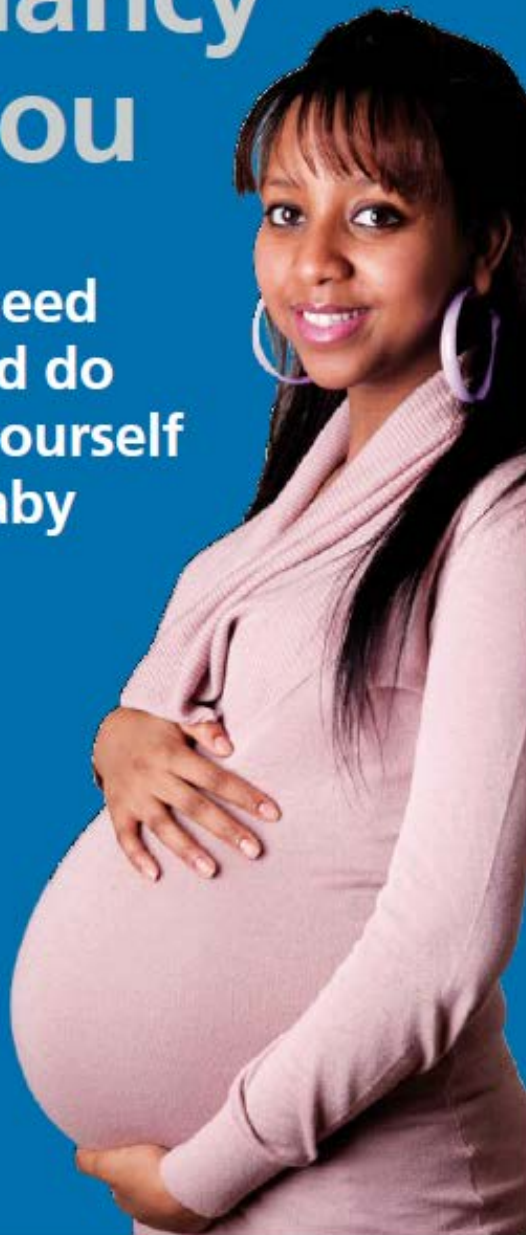


# Flu, your pregnancy and you

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



Femeile gravide au un risc crescut de a avea complicatii grave de la gripa, in comparatie cu alte adulti sanatosi.

Gripa poate fi, de asemenea, grave pentru nou-nascuti, care pot prinde infectia de la mamele lor. Acest prospect descrie modul având vaccinarea gripa în timpul sarcinii poate ajuta tine si copilul tau proteja impotriva acestei infectii.

Ce este gripa?

Gripa este o boală extrem de contagioasa. Simptomele, care vin la foarte repede, includ febra, frisoane, dureri de cap, dureri în articulațiilor și mușchilor, și oboseală extremă. Un meci prost de gripa este mai rău decât o răceală grea. Vă sunt susceptibile de a petrece câteva zile în pat. Infectii grave, deși mai puțin frecvente, poate duce la spitalizare, invaliditate permanentă și chiar moarte.

Care sunt cauzele de gripa?

Gripa este cauzata de virusuri, care sunt răspândite de la o persoană la alta. Ei infecta sistemul respirator (țevi de vânt și plămâni), în cazul în care acestea pot duce la pneumonie si alte complicatii. Virusurile pot schimba in fiecare an, care este de ce oamenii trebuie să fie vaccinate anual.

Cum se răspândește gripa?

Atunci când o persoana infectata tuseste sau stranuta, au răspândit virusul gripei în picături mici de saliva pe o arie larga. Aceste picături pot fi apoi respirat de către alte persoane sau pot fi ridicate de către suprafețele unde picăturile au aterizat atinge. Puteți preveni răspândirea virusului prin acoperirea gura și nasul când tușiți sau strănutați dvs., și vă puteți spălați pe mâini frecvent sau de a folosi geluri de mana pentru a reduce riscul de a prelua virusul. Dar cel mai bun mod de a ajuta evita capturarea și răspândirea gripei este de a avea vaccinare, înainte de începerea sezonului de gripa.

Cum pot evita capturarea gripei?

Pentru că oamenii sunt infectioase o zi sau înainte simptomele încep să arate (precum până la șapte zile după), ei nu vor ști dacă sunt de raspandire a virusului sau nu.

Deci, este foarte greu pentru a evita contactul cu persoane infectate cu virusul gripei. Și, desigur, membri ai familiei poate aduce mereu in casa.

Puteți spăla pe mâini cu regularitate, dar acest lucru nu va împiedica să prindă boala de respirație în picăturile infectate în aer.

Cel mai bun mod de a evita obtinerea de gripa este de a avea vaccinare.

De ce a fi gravidă face mai grav pentru mine dacă mă gripă?

Când sunteți gravidă, corpul tau slabeste natural sistemul imunitar (apărarea) pentru a se asigura că sarcina este de succes. Ca urmare, vă sunt mai puțin capabili de a lupta impotriva infectiilor raport cu atunci când nu sunteți gravidă. Acest lucru înseamnă că, dacă o femeie gravidă prinde gripa, ea este mult mai probabil decat o femeie care nu este insarcinata, pentru a fi admise la spital sau, în cazuri rare, fi admise la terapie intensiva si chiar mor.

Cum beneficiază copilul meu dacă am vaccinarea?

Copiii mici sunt, de asemenea, un risc ridicat de a fi grav bolnav, dacă acestea prind gripa, deoarece sistemul lor imunitar (de apărare) nu este pe deplin dezvoltat și sunt prea mici pentru a fi dat de vaccin gripal. Bebelusul tau va beneficia dacă aveți vaccinarea impotriva gripei, deoarece:

- sunteți mai puțin probabil pentru a obține bolnav de gripă și să sufere complicatii, cum ar fi pneumonia, în special în etapele ulterioare ale sarcinii
- obtinerea de gripa in timpul sarcinii poate duce la un risc crescut de avort spontan, nastere prematura sau a avea un copil de greutate scazuta. Având vaccinarea reduce șansele de a obține gripa care, la randul înseamnă riscul de complicatii este mult aceste redusă de 5 gripa, sarcina și - Ce trebuie să cunoască și să facă
- se vor ajuta la protejarea copilul care va continua să aibă o anumită imunitate la gripa in timpul primelor luni de viață

- va continua să fie protejate pe parcursul sezonului de gripa, și astfel încât să fie mai puțin probabil să treacă de gripa pe copilul nou-născut

Dar m-am gândit femeile gravide nu ar fi trebuit să aibă vaccinare.

Începând cu anul 2009, un număr mare de țări dezvoltate au introdus programe de rutină vaccin gripal pentru femeile gravide. Această experiență a demonstrat că nu există probleme de siguranță raportate legate de vaccinarea împotriva gripei și sarcina sau copilul.

Voi primi nici efecte secundare?

Puteți obține un braț inflammat la locul de injectare, febra grad scăzut și dureri musculare pentru o zi sau două după vaccinare. Reacții adverse grave sunt mai puțin frecvente.

Când ar trebui să am de vaccinare?

Vaccinul gripal trebuie administrat în timpul sezonului de iarna - puteți avea în condiții de siguranță de vaccin, în orice stadiu al sarcinii începând concepție. Veți avea nevoie de vaccinare de gripa în fiecare sezon de gripa, dacă sunteți gravidă, deoarece virusurile gripale pot de fi schimbat până în momentul când vizitați GP și / sau moașa în timpul sarcinii următoarea. Vi se va administra vaccinul ca o injecție în braț.

Există alte vaccinuri ar fi trebuit să-mi în timpul sarcinii pentru a proteja copilul meu nenăscut?

Da, ar trebui să aveți vaccinul tuse convulsiva, dar acest lucru trebuie să se acorde în mod ideal între 28 și 32 de săptămâni pentru a oferi cea mai bună protecție a copilului nou-născut.

Puteți avea această vaccinare, în orice moment al anului.

Pentru mai multe informații vă rugăm să consultați [www.nhs.uk](http://www.nhs.uk) Marea Britanie / Condiții / sarcinii-și-copil / pagini / convulsivă-tuse-vaccinare-pregnant.aspx

Câte vaccinarile voi avea nevoie?

Dacă sunteți gravidă, veți avea nevoie de doar un singur vaccinarea împotriva gripei în fiecare sezon de gripa. Dacă așteptați mai mult de un copil va avea nevoie de doar o vaccinare.

Cred că s-ar fi prins gripa, ceea ce ar trebui să fac?

Ar trebui să vorbești cu medicul de urgență și menționăm că sunteți gravidă. Există un medicament puteți lua, care poate ajuta cu ameliorarea unora dintre simptomele, dar trebuie să fie luată cât mai curând posibil după ce simptomele apar pentru a fi de nici un ajutor.

Cu toate acestea, cel mai bun mod de a proteja tine și copilul tau împotriva gripei este de a avea vaccin, dacă este posibil, înainte de începerea sezonului de gripa începe. 7 Flu, sarcina și - Ce trebuie să cunoască și să facă

Am avut gripa înainte de a ramane însărcinată - nu-i așa imune acum?

Nu poți fi sigur că ești imun, deoarece există mai multe virusuri gripale în jurul valorii de în orice moment și nu vei ști pe care o au avut. Vaccinul antigripal ajuta la protejarea împotriva celor trei sau patru viruși, cel mai probabil să fie în circulație, astfel încât ar trebui să aveți de vaccinare pentru a obține cea mai bună protecție.

Am avut vaccinul gripal ultima dată când am fost însărcinată, nu am încă mai trebuie să-l aibă acum că sunt din nou însărcinată?

Da, virusurile gripale pot de schimba în fiecare an, astfel încât vaccinurile sunt modificate pentru a le potrivi. Fiind vaccinate un an nu te va proteja în următorii.

Am auzit de unii copii care au de vaccinare ca un spray nazal. Pot avea ca în loc de o injecție?

Vaccinul spray nazal este un vaccin viu. Desi nu exista nici o dovada de prejudiciu cauzat de femei gravide de a avea vaccin gripal nazal, vaccinul gripal injectat este de preferat pentru femeile gravide, deoarece nu este un vaccin viu.

Cine-mi va da de vaccinare?

GP-ul, sau, eventual, moașă sau farmacistul va fi în măsură să vă dau vaccin, probabil în timpul luna septembrie sau octombrie, înainte de a începe sezonul de gripa. Pentru femeile care devin gravidă în timpul iernii vaccin gripal ar trebui să existe și o puteți avea în orice stadiu al sarcinii.

Voi fi complet protejat de vaccinare?

Prin având vaccinarea va fi în mod semnificativ reducerea riscului de a obține gripă, dar nici un vaccin oferă protecție 100%. Prin reducerea riscului vă va fi, de asemenea, reducerea riscurilor în timpul sarcinii și pentru copilul tau odată ce acestea se nasc. Deoarece virusul gripal se poate schimba de la an la an, există întotdeauna riscul ca vaccinul nu se potrivește cu virusul circulant. Pe parcursul ultimilor zece ani, vaccinul a fost în general un meci bun pentru tulpinile circulante, deși anul trecut a fost mai puțin.

De unde pot obține mai multe informații?

Vorbeste cu medicul, moașa sau farmacistul sau vizitați paginile de sarcina si de gripa pe site-ul NHS Choices la: [www.nhs.uk/Conditions/sarcinii-și-copil / Pages / gripa-baga-vaccin-pregnant.aspx](http://www.nhs.uk/Conditions/sarcinii-și-copil/Pages/gripa-baga-vaccin-pregnant.aspx)

© Crown copyright 2015

3079112 1p 100k iulie 2015 (ESP)

Produs de Williams Lea de Sănătate Publică Anglia

[www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)