اللقاحات التي تحتاجين إليها أثناء الحمل



تُعدّ اللقاحات جزءًا مهمًا من الرعاية الصحية، بما في ذلك المقدمة أثناء الحمل. وتحميك اللقاحات التي تُعطى أثناء الحمل وتحمي طفلك، إذ تزداد المخاطر على كليكما إذا أُصبتِ بمرض يمكن الوقاية منه باللقاحات. من المهم تلقّي اللقاحات الموصى بها أثناء الحمل. وتنقل هذه اللقاحات إلى طفلك أجسامًا مضادّة تكافح الأمراض قبل ولادته، مما يحميه خلال الأشهر الأولى من حياته. تقلّل اللقاحات أيضًا احتمال إصابتك بالمرض أثناء الحمل، وهو أمر قد يكون خطيرًا. يُوصى باللقاحات التالية أثناء الحمل.

(RSV) فيروس شائع يُسبّب عادةً

الفيروس المخلوي التنفسي (RSV) فيروس شائع يُسبّب عادةً أعراضًا خفيفة تشبه أعراض نزلات البرد. لكن عدوى هذا الفيروس قد تكون شديدة، بل ومميتة، لدى كبار السن والرضّع والأطفال الصغار. ويُعدّ الفيروس المخلوي التنفسي بالفعل أحد الأسباب الرئيسية لدخول الرضّع إلى المستشفى. ولحسن الحظ، تستطيع النساء الحوامل حماية أطفالهن من الفيروس المخلوي التنفسي عن طريق تلقّي اللقاح. ينتشر الفيروس المخلوي التنفسي عادةً من سبتمبر إلى يناير. ويجب على النساء الحوامل تلقّي لقاح الفيروس المخلوي التنفسي "أبريسفو" (Abrysvo) خلال تلك الأشهر في الفترة بين الأسبوعين 32 و36 من عمر الحمل. يوفّر اللقاح حماية فورية لحديثي الولادة تستمرّ نحو 6 أشهر. وإذا لم تتلقّي لقاح أبريسفو أثناء الحمل، فيجب أن يتلقّى طفلك علاجًا بأحد الأجسام المضادّة وحيدة النسيلة (نيرسيفيماب أو كليسروفيماب) خلال أول موسم للفيروس المخلوي التنفسي يمرّ به، وقبل بلوغه عمر 8 أشهر. إذا كنتِ قد تلقّيتِ لقاح الفيروس المخلوي التنفسي في حمل سابق، فلا تحتاجين إلى تلقّيه مجددًا، لكن ينبغي أن يتلقّى طفلك علاجًا بجسم مضادّ وحيد النسيلة. قد تُصبح الإصابة بالإنفلونزا شديدة لدى أي شخص، حتى الأصحاء. وتزداد احتمالية تسبب عدوى الإنفلونزا في دخول المستشفى أو الإصابة بمرض يهدّد الحياة لدى النساء الحوامل.

لقاح التيتانوس والدفتيريا والسعال الديكي(Tdap)

تُعدّ اللقاحات جزءًا مهمًا من الرعاية الصحية، بما في ذلك المقدمة أثناء الحمل. وتحميك اللقاحات التي تُعطى أثناء الحمل وتحمي طفلك، إذ تزداد المخاطر على كليكما إذا أُصبتِ بمرض يمكن الوقاية منه باللقاحات. من المهم تلقّي اللقاحات الموصى بها أثناء الحمل. وتنقل هذه اللقاحات إلى طفلك أجسامًا مضادّة تكافح الأمراض قبل ولادته، مما يحميه خلال الأشهر الأولى من حياته. تقلّل اللقاحات أيضًا احتمال إصابتك بالمرض أثناء الحمل، وهو أمر قد يكون خطيرًا. يُوصى باللقاحات التالية أثناء الحمل.

يحمي لقاح Tdap من ثلاثة أمراض: الكزاز والخناق والسعال الديكي. تحتاج النساء الحوامل إلى تلقّي هذا اللقاح عند كل حمل، في الفترة بين الأسبوعين 27 و36 من الحمل. وهذا يحمي طفلك فور الولادة وخلال الأشهر الأولى من حياته. يُصيب السعال الديكي الأشخاص من جميع الأعمار، لكنه قد يكون مميتًا لدى الرضّع والأطفال الصغار. لا يمكن للرضّع تلقّي لقاح DTaP، وهو لقاح الخناق

والكزاز والسعال الديكي المخصّص للأطفال، قبل بلوغهم عمر شهرين. كما أنهم لا يكتسبون الحماية الكاملة قبل عمر 6 أشهر على الأقل عند اكتمال تلقيهم ثلاث جرعات. ولهذا السبب، يُعدّ تلقّي لقاح الكزاز والخناق والسعال الديكي (Tdap) أثناء الحمل مهمًا للغاية. تتراجع المناعة الناتجة عن لقاح الكزاز والخناق والسعال الديكي (Tdap) والآخر المخصّص للأطفال (DTaP) بمرور الوقت، لذا يحتاج جميع البالغين إلى جرعة معزِّزة من لقاح Tdap كل 10 سنوات. يجب على الآباء والأمهات الذين رُزقوا بطفل حديثًا التأكّد من أن جميع المخالطين لطفلهما قد استكملوا جرعات لقاح الكزاز والخناق والسعال الديكي (Tdap) وغيره من اللقاحات الموصى بها وفقًا للجدول المحدّد.

كوفيد-19

تزداد مخاطر الإصابة باعتلال شديد بسبب كوفيد-19 لدى النساء الحوامل وأطفالهن. وتقلّل لقاحات كوفيد-19 هذا الخطر بدرجة كبيرة، وتحدّ من احتمال دخول المستشفى أو حدوث مضاعفات أو الوفاة بسبب كوفيد-19. يزداد احتمال الولادة المبكرة أو ولادة طفل منخفض الوزن لدى النساء الحوامل المصابات بكوفيد-19 مقارنةً بمن لم يُصبن به. ولا يمكن للأطفال تلقّي لقاح كوفيد-19 قبل بلوغهم عمر 6 أشهر. بتلقّيك لقاح كوفيد-19 أثناء الحمل، يمكنك حماية طفلك بواسطة الأجسام المضادّة التي تنتقل منك إليه، إلى أن يبلغ العمر المناسب لتلقّي اللقاح. لقاحات كوفيد-19 آمنة للغاية للنساء الحوامل.

الأنفلونزا

قد تُصبح الإصابة بالإنفلونزا شديدة لدى أي شخص، حتى الأصحاء. وتزداد احتمالية تسبب عدوى الإنفلونزا في دخول المستشفى أو الإصابة بمرض يهدّد الحياة لدى النساء الحوامل. قد تؤدّي الإصابة بالإنفلونزا أثناء الحمل إلى مخاض مبكر وولادة مبكرة. ولا يمكن تطعيم الرضّع ضد الإنفلونزا قبل عمر 6 أشهر؛ لذا فإن تلقّي لقاح الإنفلونزا أثناء الحمل يتيح لك حمايتهم خلال الأشهر الأولى من حياتهم بواسطة الأجسام المضادّة التي تنتقل منك إليهم. يمتدّ موسم الإنفلونزا عادةً من أكتوبر إلى مايو. ويجب على النساء الحوامل تلقّي لقاح الإنفلونزا بحلول نهاية أكتوبر، ويمكن إعطاؤه في أي وقت أثناء الحمل. إذا كنتِ حاملًا، فيجب ألّا تتلقّي لقاح الإنفلونزا على هيئة بخّاخ أنفي، بل يجب أن تتلقّي اللقاح بالحقن بدلًا من ذلك. التطعيم ضد الإنفلونزا آمن للغاية لك ولطفلك. ويمكنه تقليل خطر إصابتك بالإنفلونزا بنسبة 50%.



اعتبارات أخرى بشأن اللقاحات أثناء الحمل

إذا تعرّضتِ لبعض العوامل الممرضة، أو كنتِ معرّضة لخطر مرتفع للإصابة بالعدوى، فقد يوصي مقدّم الرعاية الصحية بلقاحات أخرى أثناء الحمل. توجد بعض اللقاحات التي يجب تجنبها أثناء الحمل. تشمل هذه اللقاحات لقاح الإنفلونزا الذي يكون على هيئة بخّاخ أنفي (واختاري اللقاح بالحقن بدلًا منه)، ولقاح الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية (MMR)، ولقاح الحماق (الجدري المائي)، ولقاح فيروس الورم الحليمي البشري (HPV)، وبعض لقاحات السفر. تحتاج بعض النساء إلى تلقّي لقاحات بعد الولادة وقبل مغادرة المستشفى. وقد يرجع ذلك إلى حالتهن المرضية أو عدم تلقّيهن لقاحات موصى بها بحسب العمر. يستغرق تكوين الأجسام المضادّة واكتساب الحماية بعد تلقّي اللقاح نحو أسبوعين. وإذا كنتِ ترضعين طفلك رضاعة طبيعية، فستنتقل إليه الحماية التي توفّرها هذه الأجسام المضادّة عبر حليب الأم. تلقّي اللقاحات بعد الولادة وأثناء الرضاعة الطبيعية آمن ومفيد.

إذا كانت لديكِ أي أسئلة حول اللقاحات أثناء الحمل،
فتحدّثي مع مقدّم الرعاية الصحية.