



impfen-info.de

Wissen, was schützt.

Grip aşısı

Hamilelikte aşı anneyi ve çocuğu korur.





Sağlıklı biçimde hamilelik

Gerek anne ve gerekse çocuğun huzuru ve sağlığı hamilelikte çok önemlidir.

Hamilelikte grip (influenza) hastalığı anne ve çocuğun sağlığını ciddi biçimde tehdit edebilir. Çünkü hamilelik sırasında hastalığın ağır seyretme riski artar. Akciğer iltihabı riski gibi hastanede tedavi edilmesi gereken komplikasyonlar görülebilir. Aynı şekilde hamilelik sırasında grip enfeksiyonları gelişme bozuklukları ve erken doğum veya düşük yapma tehlikesini arttırır.

Mevsimsel Grip: Anne ve çocuk için kaçınılabilir risk

Bağımsız uzmanlar kurulu olan Daimi Aşı Komisyonu (STI-KO) gribin ağır biçimde seyretme riskini önlemek için tüm hamilelerin mevsimsel gribe karşı aşı olmasını önermektedir. Bu aşı, gerek anne ve gerekse çocuk için etkin koruma sağlamaktadır.

Mevsimsel Grip: Bu nedir?

Gerçek grip (mevsimsel influenza) son derece bulaşıcı bir hastalıktır. Bulduğumuz coğrafyada kışın özellikle Ocak ve Mart ayları arasında düzenli olarak grip dalgaları görülmektedir. Bu gibi dönemlerde hastalığa yakalanma ve hasta olma ihtimali çok yüksektir.

İnfluenza virüsleri damlacık, örneğin konuşma ve öksürük ile eller ve kirli yüzeylerle temas yolu ile bulaşır. Virüsler üst solunum yollarının mukozasını tutar ve hasar verirler. Bu durum tipik hastalık belirtilerine (örneğin kuru öksürük ve boğaz ağrısı) neden olmanın yanı sıra vücudu diğer bakteriyel patojenlere karşı daha hassas hale getirir; bu da başka mikroplarla birlikte eş zamanlı bir enfeksiyona yol açabilir.

Gerçek bir grip rahatsızlığı şu şekilde kendini gösterir:

- Ateşle birlikte hastalığın aniden başlangıcı ($\geq 38,5$ °C)
- Kuru ve tahrişe bağlı öksürük
- Baş, boyun, kas ve eklemlerde ağrı
- Halsizlik ve bazen bulantı/kusma
- Terleme seansları

Bu tipik semptomlar soğuk algınlığı vakalarının yaklaşık üçte birinde ortaya çıkar.

Akciğer ve kalp kası iltihabı gibi grip hastalığı komplikasyonları da görülebilir.

Soğuk algınlığına bağlı hastalıklar – bunlara “gribal enfeksiyon” adı da verilir – diğer pek çok başka virüsler sonucu meydana gelip çoğu zaman daha hafif seyrettikten sonra birkaç gün içerisinde iyileşirler.

**BİLİNMESİ
GEREKİR**

Grip aşısı yalnızca grip virüslerine karşı korur ve genel olarak soğuk algınlıklarına karşı korumaz.

Hamilelik sırasında grip niçin tehlikelidir?

Hamilelik sırasında immün savunma sistemi daha düşük oranda aktiftir: Bu, doğmamış çocuğa doğal bir koruma sağlar. Böylece hamile kişinin bağışıklık sistemi aracılığıyla bebeğe yabancı cisim olarak saldırılması engellenmiş olur. Bu ise hamile kadınların enfeksiyonlara karşı daha hassas olmaları anlamına gelir.



Ayrıca, hamilelik sırasında solunum ve dolaşım da değişiklik gösterir, bu şekilde hastalığın daha riskli biçimde seyretme ihtimali de artar.

Hamilelik sırasında tedavi imkanları daha kısıtlıdır

Hamilelik sırasında her tür ilaç alımının dikkatlice gözden geçirilmesi gerekir. Zira çocuğun sağlıklı gelişimi ve annenin güvenliği ön plandadır. Aynı durum anti-viral etkili ilaçların alınması için de geçerlidir ve bu ilaçlar ilgili vakada sıkı bir kontrolden sonra alınabilir.

Grip gibi viral nitelikli bir hastalık ile mücadelede antibiyotikler etkisizdir: Bunlar sadece bakterilerin neden olduğu enfeksiyonlara karşı etkilidirler. Bu yüzden antibiyotikler en fazla aynı anda bakteriyel kaynaklı komplikasyonlar bulunması durumunda özel önlemler alınarak kullanılabilirler.

Bu nedenle: Grip aşısı ile önlem, tedaviden daha faydalıdır.



Nasıl korunabilirim?

Grip enfeksiyonuna karşı en iyi korunma grip sezonu başlamadan, mümkün olduğunca Kasım'dan Aralık ortasına kadar, aşı yapmaktır. Bu aşı, grip virüslerine karşı antikor oluşturmaya yardımcı olur.

AŞI ÖNERİLİR

STIKO tüm sağlıklı hamilelere sezonluk gribe karşı hamileliğin 2. trimesterinden itibaren aşı yapılmasını önermektedir. Astım, diyabet veya yüksek tansiyon gibi kronik hastalıkları bulunan hamileler ise hamileliğin 1. trimesterinden itibaren aşı olmalıdır. Henüz tam aşılanmamış hamilelerin hamileliğin 2. trimesterinden itibaren korona aşısı da yaptırmaları tavsiye ediliyor. Grip ve COVID-19 aşıları aynı randevuda yapılabilir.

Kuvvetli öksürüğe (pertussis) karşı yapılan tek seferlik aşı da her hamilelikte, hamileliğin son trimesterinde (hamileliğin 28. haftasından itibaren) tavsiye edilmektedir. Kuvvetli öksürüğe karşı tek başına etkili bir aşı bulunmamaktadır. Bu nedenle aşı tetanos, difteri, pertussis (kuvvetli öksürük) ve bezen de çiçek (çocuk felci) aşısıyla birlikte verilmelidir.

Aşı maddesinin yıllık uyarlanması

Grip virüsleri her yıl değiştiğinden dolayı mümkün olan en iyi korumaya ulaşabilmek için aşıların her yıl uyarlanması gerekir. Dört valanlı aşılar, bir sonraki grip mevsiminde en sık



ortaya çıkması beklenen dört grip virüsü türüne karşı koruma sağlamaktadır. Daimi Aşı Komisyonu (STIKO), dört valanlı denenen aşıların kullanımını tavsiye etmektedir.

Grip aşılarının etkililiği tam olarak öngörülemez de aşı ile pek çok hastalık önlenir. Ancak hamile kadınların aşıya rağmen gribe yakalandığı durumlarda da hastalık daha hafif seyretilmiştir.

Anne ve çocuk için uygun

Yetişkinler için grip aşısında canlı, çoğalabilir mikroplar verilmemekte, yalnızca aşıya verilecek cevap için gerekli olan bazı parçalar verilmektedir. Bu nedenle, anne ve çocuğun aşı aracılığıyla grip hastalığına yakalanma ihtimali yoktur. İnaktif aşı maddeleri, tetanos ve kuvvetli öksürükte de kullanıldığı gibi, anne ve çocuk için güvenli ve etkilidir. Canlı aşı maddeleri kullanılan aşılar (kızamık, kızıl ve kızamıkçıkta olduğu gibi) hamilelik sırasında değil olası bir hamilelikten önce kullanılmalıdır.



ÖNEMLİ BİLGİ

Hamilelere yönelik grip aşısı normal hamilelik bakımı kapsamında, kadınlara yönelik bir klinikte yapılabilir. Ancak genel tıp veya dahiliye muayenehaneleri, bazı sağlık müdürlükleri, eczaneler veya işverenler de aşığı sunmaktadır. Tavsiye edilen aşının masraflarını sağlık sigorta kurumları karşılar. Grip aşısı, koruyucu korona aşısıyla birlikte yapılabilir. Bu durumda, aşı reaksiyonları, ayrı ayrı yapılan uygulamaya göre biraz daha sık meydana gelebilir.

Aşı maddelerinin güvenliği onaylanmıştır

Aşı maddelerinin gerek hamile ve gerekse doğmamış çocuklar için güvenli oldukları farklı çalışmalarda onaylanmıştır. Aşıya bağlı ağır reaksiyonların sayısında hiçbir artış tespit edilememiştir. Erken doğum veya sezaryen doğumlarda bir artış veya yeni doğan bebeklerin sağlık durumunda bir değişiklik gözlenmemiştir.

Ne zaman aşı yapılmamalıdır?

Ateşli bir hastalık ($\geq 38,5$ °C) geçirildiğinde veya ağır bir akut enfeksiyonda aşı yapılmamalıdır. Ancak aşı sonrasında mümkün olan en kısa sürede yapılmalıdır.

Doktor tarafından teşhis edilen ve çok nadir rastlanan ağır yumurta akı alerjisinde, aşının ardından klinik gözetimin ve tedavisinin mümkün olacağı bir çevrede aşı yapılmalıdır. Lütfen doktorunuzla görüşün.

Risk değerlendirme: Olası yan etkiler

Grip aşısının olası yan etkileri iğnenin battığı yerde kızarıklık ve ağrıdır. Ayrıca nadir durumlarda ateş, bulantı veya kas ağrıları görülebilir. Bu belirtiler esas itibari ile zararsız olup immün sisteminin devreye girdiği anlamına gelir. Döküntü veya anında alerjik reaksiyon gibi çok ağır yan etkiler ancak nadir vakalarda görülür.

Ancak bir şey kesindir: Aşının taşıdığı risk gribe bağlı hastalık riskinden kesinlikle çok daha azdır!



Çifte Yarar

Anne adayının aşı olması doğum sonrasında çocuk için de koruma sağlamaktadır. Çünkü koruyucu antikorlar plasenta yolu ile çocuğa aktarılmaktadır – buna “ödünç alınan savunma gücü” adı verilmektedir. Bu önemli bir korumadır, çünkü hem çocuğun ilk yılında görülen grip hastalıkları, hem de kuvvetli öksürük çoğu zaman önemli komplikasyonlar içerebilir. Bebekler ise altıncı aylarından itibaren gribe karşı aşı olabilirler. Kuvvetli öksürüğe karşı yapılan temel aşılama iki aylıktan itibaren başlanır, aşının koruyucu etkisine ise en erken 5. ayda erişilebilir.



BİLİNMESİ GEREKİR

Yeni doğan bir bebek ile yakın teması olan herkesin mutlaka grip aşısı yaptırmayı düşünmesi gerekir – çünkü bu sayede sadece kendisi değil, aynı zamanda bebeği de korumuş olacaktır. Ayrıca STIKO, ev ortamında temas edilen ve yeni doğan bebeğe bakan kişiler için kuvvetli öksürüğe karşı güncel bir aşı koruması tavsiye etmektedir.

Ekstra koruma: Hijyene dikkat

Grip aşısına ilaveten kontaminasyon tehlikesi basit bazı hijyen yöntemleri ile azaltılabilir:

- düzenli olarak elleri sabunla yıkamak
- hastalık durumunda diğer kişilerle arasına mesafe koymak
- ayrıca maske de etkili bir koruma sağlar
- kağıt mendilleri birden fazla kez kullanmamak, derhal çöpe atmak
- öksürürken veya hapşırırken ağızınızı elinizle değil kolunuzla kapamanız sayesinde virüslerin, bakterilerin başkalarına aktarılma şansı azaltılır



Diğer Bilgiler

Bulabileceğiniz yerler:

- www.impfen-info.de/grippeimpfung
- www.infektionsschutz.de
- www.rki.de/influenza-impfung

Çocuk sağlığı hakkında bilgileri burada bulabilirsiniz:

- www.kindergesundheit-info.de

Künye

Yayıncı: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA), 50819 Köln
Tüm hakkı saklıdır.

Robert Koch-Institut ile işbirliği çerçevesinde hazırlanmıştır.

Tasarım: dotfly GmbH, Köln

Güncelleme: Haziran 2023

Sipariş No: 62005004

Resimler: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie, Westend61/Hoxton/Sam Edwards, Prostock-studio – stock.adobe.com, Monkey Business – stock.adobe.com

Bulabileceğiniz adresler: Bu broşür BZgA, 50819 Köln adresinde ücretsiz olup, www.bzga.de sayfasından internette indirilebilir ya da bir e-posta ile bestellung@bzga.de adresinden sipariş edilebilir. Alıcı veya üçüncü taraflarca satılması yasaktır.

Broşür beş dilde indirilebilir.

