

Kas par vakcināciju pret Covid-19 jāzina grūtniecēm un sievietēm, kuras zīda bērnu?

Esam sagatavojuši atbildes uz visbiežāk saņemtajiem jautājumiem par grūtnieču vakcināciju pret Covid-19. Ceram, ka šī informācija palīdzēs pieņemt lēmumu, izvērtējot vakcinācijas pret Covid-19 iespēju, ja esat grūtniece, plānojat grūtniecību vai zīdāt bērnu. Vakcinācija pret Covid-19 Jums tiks piedāvāta, pamatojoties uz profesionālās darbības vai medicīnisku indikāciju noteiktajām prioritārajām grupām. Vakcinācija pret Covid-19 ir brīvprātīga, un pirms tās tiek saņemta vakcinējamās personas informētā piekrišana.

Kādi ir vakcinācijas pret Covid-19 ieguvumi grūtniecei un jaundzimušajam?

- Vakcinācija pret Covid-19 ir drošākais veids, kā pasargāt sevi no Covid-19 infekcijas smagām un simptomātiskām formām.
- Grūtniecēm ar Covid-19 ir lielāks slimības smagas gaitas un komplikāciju risks, salīdzinot ar tādas pašas vecuma grupas sievietēm, kuras nav grūtnieces. Ārvalstu pētījumos apkopotie dati norāda, ka šādas komplikācijas biežāk novēro vēlīnos grūtniecības laikos (trešajā trimestrī) – palielināts risks (aptuveni 5 reizes lielāks) vidējai un smagai slimības norisei ar nepieciešamību ārstēties slimnīcā, tajā skaitā aptuveni 1,5 reizes lielāka iespējamība, ka būs nepieciešama ārstēšana Intensīvās terapijas nodaļā un aptuveni 2 reizes lielāka nepieciešamība pēc elpošanas atbalsta (plaušu mākslīgās ventilācijas).
- Covid-19 infekcija palielina arī noteiktu grūtniecības sarežģītību risku – 2–3 reizes biežāk notiek priekšlaicīgas dzemdības, ir augstāks augļa bojāejas risks grūtniecības laikā, ievērojami (līdz 3x) palielinās nepieciešamība jaundzimušajam ārstēties intensīvās terapijas nodaļā.

- **Risks smagai un vidēji smagai Covid-19 saslimšanas norisei ir ievērojami paaugstināts, ja:**

- Esat nodarbināta kādā no paaugstināta riska jomām (veselības aprūpes sistēmā, sociālajā aprūpē, pirmsskolas vai izglītības iestādēs un tamlīdzīgi).
- Jums ir kādas nopietnas saslimšanas vai papildu riska faktori jau pirms grūtniecības:
 - Liekais svars vai aptaukošanās (ķermeņa masas indekss virs 30 kg/m²)
 - Hipertensija (paaugstināts asinsspiediens)
 - 1. un 2. tipa cukura diabēts, kā arī ar gestācijas diabētu (ar grūtniecību saistīti cukura vielmaiņas traucējumi)
 - Smagas nieru, plaušu un sirds saslimšanas un citas hroniskas saslimšanas
 - Esat vecāka par 35 gadiem
 - Esat smēķētāja
 - HIV infekcija

Vai vakcinēties pret Covid-19 grūtniecei ir droši?

- **Latvijā vakcinācijai pret Covid-19 tiek izmantotas tikai Eiropas Zāļu aģentūrā (EZA) reģistrētas vakcīnas:**

- Neviena no EZA reģistrētajām vakcīnām nesatur dzīvu, novājinātu vīrusu, tādēļ ar vakcīnu nav iespējams inficēties ar Covid-19 vai inficēt augli.
- Citas vakcīnas, kas nesatur dzīvus vīrusus (garā klepus, gripas), ir drošas lietošanai grūtniecības laikā, tādēļ nav pamata uzskatīt, ka vakcīnas pret Covid-19 varētu radīt nelabvēlīgus riskus grūtniecības norisei vai augļa attīstībai.
- Lai gan vakcīnas pret Covid-19 ir izstrādātas salīdzinoši īsā laikā, to drošības un efektivitātes prasības atbilst tikpat augstiem standartiem kā citām vakcīnām un medikamentiem, turklāt vakcīnas vai nevēlami notikumi pēc vakcinācijas tiek ļoti rūpīgi uzraudzīti arī pēc reģistrācijas.
- Vakcīnas pret Covid-19 visā pasaulē saņēmuši daudzi simti miljonu cilvēku, tajā skaitā arī ļoti daudz grūtnieču (ASV vien 2021. gadā līdz aprīļa vidum pret Covid-19 vakcinētas

vairāk nekā 90 000 grūtnieču, pārsvarā izmantotas PfizerBioNTec vakcīnas), vakcīnu drošība tiek rūpīgi uzraudzīta, un līdz šim nav saņemti signāli par drošības problēmām.

- Pirmie plaša mēroga pētījumu rezultātu apkopojumi par PfizerBioNTech vakcīnas izmantošanu grūtniecēm liecina, ka vakcinācija pret Covid-19 nepalielina nelabvēlīgu iznākumu vai grūtniecības sarežģītību skaitu.

Kuru no Latvijā pašlaik pieejamajām vakcīnām rekomendē izvēlēties grūtniecēm?

- Pašlaik Latvijā pieejamas četras vakcīnas pret Covid-19:

- Covid-19 Vaccine Moderna (ražotājs Rovi Pharma Industrial Services, S.A.)
- Covid-19 Vaccine AstraZeneca (Vaxzevria, ražotājs MedImmune Pharma B.V)
- Covid-19 Vaccine Janssen (ražotājs Janssen / Cilag)
- Comirnaty (ražotājs BioNTech Manufacturing GmbH un Pfizer Manufacturing Belgium NV)

- Visas vakcīnas ir reģistrētas lietošanai Eiropas Savienībā un ir drošas, tomēr AstraZeneca un Janssen vakcīnām ļoti retos gadījumos (1–4 gadījumi uz miljonu) ir konstatēta vakcīnām netipiska, bet bīstama blakusparādība – trombu (asins recekļu) veidošanās kombinācijā ar zemu trombocītu skaitu. Nevienš no gadījumiem nav konstatēts grūtniecēm vai sievietēm, kuras zīda bērnu.

- Zems trombocītu skaits raksturīgs arī dažām ar grūtniecību saistītām patoloģijām (piemēram, preeklampsijai, HELLP sindromam); izmaiņas asins analīžu rādītājos un saslimšanas izpausmes sākotnēji var būt līdzīgas, bet ārstēšana ir atšķirīga.

- **Tādēļ grūtnieču vakcinācijai Latvijā neiesakām izmantot Astra/Zeneca vakcīnu (Vaxzevria) un Janssen vakcīnu pret Covid-19.**

- **Iesakām grūtniecēm vakcinācijai pret Covid-19 izmantot PfizerBioNTech vai Moderna vakcīnas pret Covid-19.**

- Visas vakcīnas ir reģistrētas lietošanai Eiropas Savienībā un ir drošas, tomēr AstraZeneca un Janssen vakcīnām ļoti retos gadījumos (1–4 gadījumi uz miljonu) ir konstatēta vakcīnām netipiska, bet bīstama blakusparādība – trombu (asins recekļu) veidošanās kombinācijā ar zemu trombocītu skaitu. Neviena no gadījumiem nav konstatēts grūtniecēm vai sievietēm, kuras zīda bērnu.
- Zems trombocītu skaits raksturīgs arī dažām ar grūtniecību saistītām patoloģijām (piemēram, preeklampsijai, HELLP sindromam); izmaiņas asins analīžu rādītājos un saslimšanas izpausmes sākotnēji var būt līdzīgas, bet ārstēšana ir atšķirīga.
- **Tādēļ grūtnieču vakcinācijai Latvijā neiesakām izmantot Astra/Zeneca vakcīnu (Vaxzevria) un Janssen vakcīnu pret Covid-19.**
- **Iesakām grūtniecēm vakcinācijai pret Covid-19 izmantot PfizerBioNTech vai Moderna vakcīnas pret Covid-19.**
- Šīm mRNS tehnoloģiju vakcīnām nav raksturīga iepriekš aprakstītā ļoti retā blakus parādība, un tās ir pašlaik pasaulē visvairāk grūtniecēm izmantotās vakcīnas.
- Pfizer/BioNTech un Moderna vakcīnas satur ģenētisko kodu, ko sauc par ziņneša RNS (mRNS) – ļoti būtiskai Covid-19 vīrusa daļai, ko sauc par pīķa proteīnu. Kad tiek saņemta vakcīna, Jūsu organisms nolasa ģenētisko kodu un veido pīķa proteīna kopijas. Tādējādi imūnsistēma tiek apmācīta Covid-19 vīrusa atpazīšanai un antivielu veidošanai pret to.

Vai pēc vakcinācijas pret Covid-19 grūtniecei iespējamās kādas blakusparādības ?

- Nevēlamie notikumi jeb pēcvakcinācijas reakcijas iespējamās gan pēc pirmās, gan otrās vakcīnas devas (biežāk – lokālas sāpes injekcijas vietā, nogurums, sāpes muskuļos, galvassāpes, drudzis u. c.). PfizerBioNTech un Moderna vakcīnām šīs reakcijas biežāk vērojamas ir tieši pēc otrās devas saņemšanas. Grūtniecības laikā reakciju biežums neatšķiras un neietekmē grūtniecību.
- Ja Jums ir drudzis vai sāpes pēc vakcinācijas, iesakām lietot Paracetamolu. Ir pierādīts, ka Paracetamols ir droši lietojams grūtniecības laikā.
- Ja tiek novērotas neparedzētas vai smagas blaknes, ir svarīgi ziņot par tām, jo šādi varam papildināt pierādījumus vakcinācijas drošībai grūtniecības laikā ziņojiet savam ārstam vai zāļu valsts aģentūras mājaslapā:

www.zva.gov.lv/lv/pacientiem-un-sabiedribai/zales/drosums/zinot-par-zalu-blaknem

Vai varu vakcinēties pret Covid-19, ja plānoju grūtniecību?

- Vakcinācija pret Covid-19 neietekmē auglību, tādēļ varat droši vakcinēties, tiklīdz vakcinācija Jums tiek piedāvāta. Vakcinācija nekādi neietekmē Jūsu ģimenes plānošanu un ir rekomendējama, jo pasargās no smagas vai simptomātiskas Covid-19 saslimšanas iespējamās grūtniecības laikā.

Vai vakcinēties pret Covid-19 var jebkurā grūtniecības laikā?

- Veiktie klīniskie pētījumi un datu apkopojumi par pret Covid-19 vakcinētajām grūtniecēm neuzrāda nelabvēlīgu ietekmi nevienā grūtniecības periodā, tādēļ, līdzīgi kā gripas vakcīnai, **varat vakcinēties jebkurā grūtniecības laikā.**

Svarīgi!

- Nav nepieciešams veikt grūtniecības testu pirms vakcinēšanās ar Covid-19
- Ja esat saņēmusi vakcīnu pret Covid-19, nezinot par grūtniecību, tas nekādā ziņā nav iemesls pārtraukt grūtniecību
- Ja grūtniecība konstatēta pēc pirmās vakcīnas devas saņemšanas, nav pamata atlikt uzsākto vakcināciju, un otrā vakcīnas deva ievadāma atbilstoši vakcīnas instrukcijā paredzētajā laikā

- Ja nevēlaties saņemt vakcīnu pirmajā trimestrī (līdz 14. grūtniecības nedēļai) un, ja šajā periodā korekti varat ievērot citus drošības pasākumus (distancēšanās, masku nēsāšana, sociālo kontaktu ierobežošana, roku dezinfekcija), varat vakcināciju veikt nedaudz vēlākā grūtniecības laikā, jo augstāki riski smagai Covid-19 infekcijas norisei ir vēlākā grūtniecības laikā (pēc 28. nedēļas).

- Nav norāžu, ka vakcinācija būtu jāveic kādā noteiktā grūtniecības laikā. Jebkurš no grūtniecības trimestriem vakcinācijai var būt piemērots. Taču, ņemot vērā, ka salīdzinoši

bieži novērotas vakcīnas instrukcijā minētās pēcvakcinācijas reakcijas, lemjot par Jums vispiemērotāko vakcinācijas laiku, ieteicams konsultēties ar savu ārstu un apsvērt grūtniecības fizioloģiskās īpatnības noteiktajā grūtniecības periodā.

Vai es varu vakcinēties pret Covid-19, ja nepiederu nevienai no pašlaik vakcinācijai atvērtajām prioritārajām grupām, bet vēlos vakcinēties savai un bērna drošībai?

- Ja grūtniece nepieder nevienai no prioritārajām riska grupām, bet vēlas vakcinēties pret Covid-19, tad vakcinācijas ieguvumi un Covid-19 saslimšanas riski jāizvērtē individuāli ar veselības aprūpes speciālistu. Ņemot vērā, ka pašreiz pieejamie dati nepierāda saistību ar vakcināciju un nelabvēlīgiem notikumiem grūtniecības laikā, vakcinācija saistīta ar vidēji smagas un smagas slimības riska samazināšanu un ir atbalstāma. Ja pieejama vakcinācija ārpus prioritārajām grupām (piemēram, brīvās rindas un tamlīdzīgi), Jūs droši varat vakcinēties. No 3.maija vakcinācija Latvijā ir pieejama ikvienam iedzīvotājam no 18 gadu vecuma bez prioritāro grupu dalījuma.

Vai varu vakcinēties pret Covid-19, ja pašlaik zīdu bērnu?

- Līdz šim sievietēm, kuras zīda bērnu, visas izmantotās vakcīnas (piemēram, gripas) neietekmē laktāciju vai mātes piena sastāvu, tāpat nav datu arī par nelabvēlīgu Covid-19 vakcīnu ietekmi.
- Varbūtība, ka PfizerBioNTech vai Moderna vakcīnas RNS ziņneša molekulas vai pīķa proteīni nonāktu mātes pienā, ir niecīga, turklāt šie vakcīnas elementi tiktu iznīcināti jaundzimušā gremošanas traktā. **Tādēļ Jūs droši varat vakcinēties pret Covid-19 bērna zīdīšanas laikā, tiklīdz vakcinācija Jums tiks piedāvāta.**
- **Vakcinācija pret Covid-19 nav iemesls pārtraukt zīdīšanu!**

Daži būtiski norādījumi:

- Lai nodrošinātu aizsardzību pret Covid-19, obligāti nepieciešams saņemt abas vakcīnu (PfizerBioNTech un Moderna) devas pēc vakcīnas ražotāju rekomendācijām.
- Covid-19 vakcīnas neiesaka ievadīt 14 dienu laikā pēc citas vakcīnas saņemšanas. Citu vakcīnu (piem., gripas, garā klepus) ievadīšana grūtniecēm jāatliek uz 14 dienām pēc Covid-19 vakcīnas ievadīšanas, lai nelabvēlīgu notikumu gadījumā būtu iespējama zāļu uzraudzības pilnvērtīga izvērtēšana.
- Ja grūtniecei nepieciešama Anti Rh imunoglobulīna ievadīšana, tā nav atliekama plānotas vai nesen saņemtas Covid-19 vakcīnas dēļ, jo neietekmē vakcīnas imūno reakciju.

- Ja Jums rodas jautājumi par vakcināciju pret Covid-19, vēršieties pie sava grūtniecības aprūpi nodrošinošā ārsta vai vecmātes vai jautājiēt ārstam, lai individuāli izvērtētu Covid-19 infekcijas riskus un vakcinācijas ieguvumus un pieņemtu apzināti izsvērtu lēmumu. Mēs atbalstīsim Jūsu lēmumu!

Ko var darīt citi tuvinieki, lai mazinātu Jūsu risku saslimt ar Covid-19?

- Aizvien ir svarīgi ievērot distancēšanos, roku higiēnu, sejas maskas nēsāšanu saskaņā ar valstī noteikto.
- Taču viens no veidiem, kā mazināt grūtnieces risku saslimt ar Covid-19, ir pieaugušo ģimenes locekļu un tuvinieku vakcinācija. Ja Jums apkārt esošie tuvinieki ir veseli, arī Jums mazinās risks saslimt ar Covid-19. Tas palīdz ierobežot slimības izplatību un pasargā tos cilvēkus, kuri pret slimību ir uzņēmīgāki un kuru risks saslimt ar smagu slimības formu ir augstāks, tostarp sievietes grūtniecības laikā.