



Hamileyim.

COVID* aşısı yaptırmalı mıyım?

(I'm pregnant. Should I get a COVID* vaccine?-Turkish)

*Buradaki bilgiler Pfizer ve Moderna COVID-19 aşuları hakkındadır. Bunlara "mRNA" aşuları da denir.

Çoğu insan için, COVID aşısını mümkün olan en kısa sürede yaptırmak en güvenli seçimdir.

Ancak bu aşular henüz hamile ve emziren bireylerde test edilmemiştir.

Aşağıdaki bilgiler, hamileyken veya hamile kalmaya çalışırken mRNA COVID aşısı olup olmama konusunda bilinçli bir seçim yapmanıza yardımcı olacaktır.

Seçenekleriniz:



Mevcut olur olmaz
bir COVID aşısı
yaptırın



Hamilelikteki aşular
hakkında daha fazla
bilgi için bekleyin

mRNA COVID Aşısı olmanın faydaları nelerdir?

1. COVID tehlikelidir. Hamile bireyler için *daha* da tehlikelidir.

- Hamile olan COVID hastalarının, hamile olmayan COVID hastalarına göre yoğun bakım ünitesine (YBÜ) girme veya solunum cihazına bağlanma olasılığı 5 kat daha fazladır.¹
- Erken doğum, şiddetli COVID hastası hamile bireylerde daha yaygın olabilir.²
- Hamile bireylerin, hamile olmayan COVID hastası ve aynı yaştaki bireylere göre COVID sebebiyle ölme olasılığı daha yüksektir.^{3,4}



2. mRNA COVID aşuları, COVID enfeksiyonlarının yaklaşık %95'ini önlemektedir.

- Topluluklarımızda COVID enfeksiyonları arttıkça, COVID hastalığına yakalanma riskiniz de artmaktadır.
- Aşı olmak, COVID hastalığına yakalanmanızı önler ve aileniz gibi çevrenizdeki insanlara COVID bulaştırmanıza engel olabilir.

3. mRNA COVID aşuları size COVID bulaştırmaz.

- Bu aşılar canlı virüs içermez.⁵
- Bu aşular, hamile bireyler veya fetüs için zararlı olduğu bilinen maddeler İÇERMEZ.

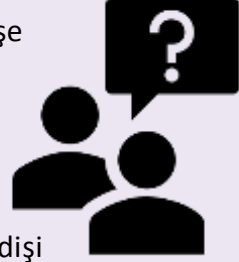
- Aşıların çoğu hamilelikte rutin olarak yapılır ve güvenlidir (örneğin: tetanos, difteri ve grip).

Bu aşıların nasıl etki ettiği ile ilgili daha fazla ayrıntı 5. sayfada bulunabilir.

mRNA COVID aşısı yaptırmanın riskleri nelerdir?

1. Bu COVID aşıları henüz hamile kişilerde test edilmemiştir.

- Bu aşılar 40.000'den fazla kişide test edilmiş ve aşı ile ilgili hiçbir ciddi yan etki görülmemiştir.
- Aşıların hamile olmayanlarda olduğu gibi hamile kişilerde de işe yarayıp yaramadığını bilmiyoruz.
- Hamilelikte, farklı yan etkiler veya düşük yapma riski veya fetal anormallikler gibi benzersiz olumsuzluklar olup olmadığını bilmiyoruz.
- Moderna aşısı, hamilelik üzerindeki etkilerine bakılmak üzere dişi sıçanlarda test edilmiştir. Doğurganlık veya fetal gelişim üzerinde önemli bir olumsuz etki bulunmamıştır.
- Aşı çalışmaları sırasında bazı bireyler hamile kalmıştır. Bu bireylerden 18'i aşı grubuna dahil olmuş ve iki ay sonra hiçbiri düşük yapmamıştır. Plasebo grubuna hamile kalan 17 birey dahil olmuş ve iki ay sonra bunlardan ikisi düşük yapmıştır. (Genel olarak gebeliklerin %10-20'si düşükle sonuçlanır).
- Bu çalışmalar halen devam ettiğinden, bu bireyler için hamileliğin geri kalanının nasıl geçtiğini bilmiyoruz.



2. Aşı olan kişilerde muhtemelen bazı yan etkiler olacaktır.

- Çoğu kişi, bağışıklık sisteminin aşıya verdiği normal tepkinin neden olduğu semptomları yaşamıştır. En yaygın yan etkiler şunlardır: ⁶
 - kol ağrısı gibi enjeksiyon bölgesi reaksiyonları (~%84)
 - yorgunluk (~%62)
 - baş ağrısı (~%55)
 - kas ağrısı (~%38)
 - titreme (~%32)
 - eklem ağrısı (~%24)
 - ateş (~%14)
- Aşı olan 100 kişiden 1'inde yüksek ateş (102 °F'nin üzerinde) olacaktır. İlk üç aylık dönemde sürekli yüksek ateş, fetal anormallik veya düşük yapma riskini artırabilir. Hastalık kontrol merkezi, yüksek ateşiniz varsa hamilelik sırasında Tylenol (asetaminofen) kullanmanızı önermektedir. Diğer bir seçenek de COVID aşınızı ilk üç aylık dönem sonuna kadar ertelemektir.

Uzmanlar ne tavsiye ediyor?

COVID tehlikeli ve kolayca yayıldığından hastalık kontrol merkezi, COVID-19 için mRNA aşılarının yetişkinler için önerildiğini söylemektedir.⁷

Bununla birlikte, henüz hamile bireylerle ilgili bir çalışma olmadığından hamile bireyler için net bir öneri bulunmamaktadır. Bu, yeni bir ilaç için standarttır ve bu aşı ile ilgili herhangi bir özel endişeden kaynaklanmamaktadır.

Society for Maternal-Fetal Medicine (Maternal Fetal Tıp Derneği), hamile bireylerin COVID aşılarına erişebilmelerini **önemle tavsiye** etmektedir. Her kişinin kendi kişisel tercihleri hakkında doktoruyla veya ebesiyle konuşmasını tavsiye etmektedirler.⁸

Amerikan Obstetrik ve Jinekoloji Uzmanları Koleji, hamile bireyler için COVID aşısının **kısıtlanmamasını önermektedir**.⁹

Karar vermeme yardımcı olması için başka ne düşünmeliyim?

1

COVID ve aşı hakkında olabildiğince çok hususu anladığınızdan emin olun. Ebeniz veya doktorunuz gibi güvenilir bir kaynağa sorun. Sayfa 5'te aşı hakkında daha fazla bilgiye bulunmaktadır.

2

Kendi kişisel riskinizi düşünün.

Aşağıdaki sütunlara bakın ve COVID (solda) hastalığına yakalanma **riskinizi** düşünün. Güvenliğinizi düşünün - güvende kalabiliyor musunuz (doğru)?

COVID hastalığına yakalanma riski daha yüksek olan bir durumdasınız

- Evinizin dışındaki insanlarla temasınız var
- 35 yaşında veya daha büyüksünüz
- Fazla kilolusunuz
- Diyabet, yüksek tansiyon veya kalp hastalığı gibi başka tıbbi sorunlarınız var
- Sigara içiyorsunuz
- Irksal veya etnik bir azınlıksınız veya topluluğunuzda yüksek oranda COVID enfeksiyonu var
- Bir sağlık çalışanısınız¹⁰

COVID hastalığına yakalanma riskiniz daha yüksekse, aşı olmak muhtemelen mantıklıdır.

COVID için daha yüksek risk altında değilseniz ve...

- Her zaman maske takabilirsiniz
- Siz ve birlikte yaşadığınız kişiler, hamileliğinizin tamamı boyunca diğer insanlarla aralarındaki sosyal mesafeyi korurlarsa
- Topluluğunuzda yüksek veya artan COVID vakaları YOKSA
- Aşının sizi çok endişelendireceğini düşünüyorsunuz (COVID hastalığına yakalanmaktan çok bilinmeyen riskler konusunda endişeliyseniz)
- Bir aşıya karşı şiddetli alerjik reaksiyon geçirdiyseniz

... daha fazla bilgi edinmek üzere beklemeniz mantıklı olabilir.

Emzirmeye ile ilgili durum nedir?

Society for Maternal-Fetal Medicine (Maternal Fetal Tıp Derneği) ve Academy of Breastfeeding Medicine (Emzirme Tıbbı Akademisi), aşının anne sütünün güvenliğini etkilediğine inanmak için hiçbir neden olmadığını bildirmiştir.^{8,11} Aşırı virüs içermediğinden bebeğinize bulaşma riski yoktur. mRNA kırılabilir olduğundan, aşının herhangi bir kısmının anne sütüne geçmesi çok düşük bir ihtimaldir.

Bir enfeksiyon geçirdiğimizde veya bir aşı olduğumuzda, vücudumuz enfeksiyonla savaşmak için antikorlar üretir. Antikorlar anne sütüne ve ardından bebeğe geçebilir ve enfeksiyonları önlemeye yardımcı olabilir.



Özet

1. COVID, hamile bireylerde, hamile olmayan aynı yaşdaki bireylere göre daha fazla zarar veriyor gibi görünmektedir.
2. Hamilelik sırasında bir mRNA COVID aşısı yaptırmanın risklerinin düşük olduğu düşünülmektedir ancak tam olarak bilinmemektedir.
3. Kendi kişisel COVID hastalığına yakalanma riskinizi göz önünde bulundurmalısınız. Kişisel riskiniz yüksekse veya toplumunuzda birçok COVID vakası varsa, hamileyken aşı olmanız muhtemelen mantıklıdır.
4. Hamilelik sırasında COVID aşısı yaptırmamak sizin seçiminizdir.

Hamile doktorlar ne düşünüyor?

COVID hastalığının hamilelikte korkunç olabileceğini biliyoruz ve aşının canlı virüs içermediğini biliyoruz. Üçüncü üç aylık döneme yaklaşıyorum ve bu hastalığın ön saflarında çalışıyorum, bu yüzden benim için seçim açık, bana izin verilir verilmez ilk sırada yer almaya niyetliyim. (Hamile Acil Servis Doktoru)

Hamile hastalarda test edilmemiş bir şeyi yaptırmada biraz gerginim. Erken gebelik, yeni bir aşı bulunmasa bile sinir bozucu bir süreçtir. Bu yüzden, ön safta görevli biri olarak bu aşığı olmanın veya olmamanın risklerini ve faydalarını kendim, partnerim ve doktorlarımla gözden geçirdim. Aşığı yaptırmam gerektiğine karar verdik. (Hamile Acil Servis Doktoru)

34 haftalık gebeyim ve doğumdan sonra aşı olmaya çalışacağım, ancak hamilelik sırasında bekliyorum. Hamile bireyler çalışmalardan çıkarıldı ve bu arada işte COVID hastalarını görmüyorum, bu yüzden bu ikinci dalgada maruziyetimin düşük olacağını hissediyorum. (Hamile doktor)

Hala bebeğimi emziriyorum ve bebeğimi, diğer çocuklarımı ve partnerimi COVID'e maruz bırakma riskinin, bu yeni aşının sahip olabileceği teorik risklerden çok daha fazla olduğunu düşünüyorum. Ne zaman mümkün olursa aşı olmaya karar verdim. (Emziren Obstetrik ve Jinekoloji Uzmanı)

Daha fazla sorunuz var mı? Kendi kişisel kararınız hakkında konuşmak için doktorunuzu veya ebenizi arayın.

Bu araç hakkında düşünceleriniz mi var?

Bu karar yardımcı yardımcı oldu mu? Lütfen bu karar yardımcı hakkında <https://is.gd/COVIDVac> adresi üzerinden veya aşağıdaki QR kodunu tarayarak bize geri bildirimde bulunmak için biraz zaman ayırın. Yardıma ihtiyacımız var!



CDC'ye aşı deneyimimizden bahsedin

Aşı olmaya karar verirseniz, V-safe web sitesi ve uygulamasıyla ilgili talimatların yer aldığı bir "V-güvenli bilgi formu" alacaksınız. Gelecekte bireylere daha iyi danışmanlık yapabilmemiz için kaydolmayı düşünün.

mRNA COVID Aşları hakkında daha fazla bilgi

mRNA COVID aşları nasıl etki eder?

- Pfizer ve Moderna COVID aşları, mRNA aşlarıdır (haberci RNA).
- mRNA yeni değil - bedenlerimiz bununla dolu. Son yirmi yıldır mRNA aşları üzerinde çalışılmaktadır.
- mRNA aşları, virüslerin çalışma şeklini taklit eder. mRNA, vücudunuza giren ve kısa bir süre için tek bir tarif yapan bir tarif kartı gibidir. Tarif, virüsün (başak proteini) küçük bir kısmı içindir.
- Bu dikenli protein hücrelerden salındığında vücut onu yabancı olarak tanır ve bağışıklık sistemi yanıt verir. Bu bağışıklık tepkisi, yan etki semptomlarına (ağrı ve ateş gibi) neden olur, ancak gelişmiş bağışıklığa yol açar.
- mRNA hızlı bir şekilde bozulur, bu nedenle yalnızca kısa bir süre işler.
- Soğuk virüs gibi diğer virüsler de bu şekilde çalışır - virüsler proteinlerini yapmak için vücudumuzu ve hücrelerimizi kullanır. Sonra bağışıklık sistemimiz bizi sağlıklı tutmak için bu proteinlere saldırır.
- Aşının insanlara COVID bulaştırma durumu söz konusu değildir.⁵

Araştırma ne göstermiştir?

Pfizer ve Moderna mRNA aşısı çalışmalarının her birine 30.000'den fazla kişi katılmıştır (plasebo alanlar dahil) ve aşının, bir kişinin COVID ve ciddi COVID alma şansını düşürdüğünü göstermiştir. Her çalışmada, 15.000'den fazla kişiye aşı ve 15.000'den fazla kişiye salin enjeksiyonu (plasebo) yapılmıştır.

- Bir dozdan sonra aşının %50 etkili olduğu görülmektedir. 2 dozdan sonra her iki aşı da yaklaşık %95 etkilidir.
- Diğer bir deyişle, **plasebo grubunda COVID hastalığına yakalanan her 100 kişiye karşılık, mRNA aşı gruplarında yalnızca 5 kişi COVID hastalığına yakalanmıştır.**
- Her iki mRNA aşı grubunda da ciddi COVID vakaları azalmıştır.
- Ciddi bir güvenlik endişesi olmamıştır.

Kullanım Amacı: Bu karar yardımı, COVID-19 aşısı yaptırmayı düşünen hamile bireyler (ve hamile kalmayı planlayan bireyler), sağlık hizmeti sağlayıcıları, arkadaşları ve aileleri tarafından kullanılmak üzere tasarlanmıştır. Ortak Karar Verme *stratejisi ile oluşturulmuştur: Baystate, Massachusetts Üniversitesi* Tıp Fakültesi'ndeki Gebelikte COVID Aşısı çalışma grubu. Bu grup, Obstetrik ve Jinekoloji Uzmanları, Maternal-Fetal Tıp, Ortak Karar Verme ve risk iletişimi, Acil Tıp ve güncel COVID-19 araştırmaları alanlarındaki uzmanlardan oluşmaktadır. Sorular Elizabeth.Schoenfeld@bhs.org adresi üzerinden Dr. Elizabeth Schoenfeld'e yönlendirilmelidir. Bu karar yardımının faydasına ilişkin geri bildirim, anket yoluyla yönlendirilebilir (5. sayfadaki bağlantıya bakın).



Baystate
Health



University of
Massachusetts
UMASS Medical School

Bu karar yardımı ek izin alınmadan çoğaltılabilir ve dağıtılabilir. İspanyolca ve Rusça sürümleri <http://foamcast.org/COVIDvacPregnancy> adresinde mevcuttur.

22 Aralık 2020'de güncellenmiştir

1. DeBolt CA, ve ark. Şiddetli veya kritik COVID-19 hastası olan hamile bireyler, hamile olmayan eşleştirilmiş kontrollere kıyasla artmış kompozit morbiditeye sahiptir. Am J Obstet 2020 Kasım doi: [10.1016/j.ajog.2020.11.022](https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.11.022)
2. Adhikari EH, ve ark. Şiddetli akut solunum sendromu koronavirüs 2 enfeksiyonu olan ve olmayan bireylerde gebelik sonuçları. JAMA Network Open 3 Kasım 2020(11): e2029256
3. DiMascio D, COVID-19 üzerine WAPM çalışma grubu. SARS-coV-2 enfeksiyonlu Gebe Bireylerin Maternal ve Perinatal Sonuçları. Ultrason Obstet. Jinekolo. 2020 Eyl. doi: [10.1002/uog.23107](https://doi.org/10.1002/uog.23107).
4. Hastalık Kontrol ve Önleme Merkezleri. Güncelleme: Gebelik Durumuna Göre Laboratuvar Tarafından Onaylanmış SARS-CoV-2 Enfeksiyonu Olan Üreme Çağındaki Semptomatik Bireylerin Özellikleri - Amerika Birleşik Devletleri, 22 Ocak - 3 Ekim 2020. Kasım 2020: 1-7.
5. Abbasi J. COVID-19 ve mRNA Aşılardan — Yeni Bir Yaklaşım İçin İlk Büyük Test. JAMA. 2020;324(12):1125–1127. doi:10.1001/jama.2020.16866
6. <https://www.fda.gov/media/144245/download>
7. <https://www.cdc.gov/vaccines/acip/recs/grade/covid-19-pfizer-biontech-et.r.html> (14 Aralık 2020'de Erişilmiştir)
8. Gebelikte COVID aşılmasına ilişkin SMFM açıklaması: <https://www.smfm.org/publications/339-society-for-maternal-fetal-medicine-smfm-statement-sars-cov-2-vaccination-in-pregnancy>
9. <https://www.acog.org/en/clinical/clinical-guidance/practice-advisory/articles/2020/12/vaccinating-Pregnant-and-Lactating-Patients-Against-COVID-19> (14 Aralık 2020'de Erişilmiştir)
10. Mutambudzi M, Niedwiedz C, Macdonald EB ve ark. Meslek ve şiddetli COVID-19 riski: 120 075 UK Biobank katılımcısının prospektif kohort çalışması. *Mesleki ve Çevresel Tıp* İlk Çevrimiçi Yayın Tarihi: 09 Aralık 2020. doi: [10.1136/oemed-2020-106731](https://doi.org/10.1136/oemed-2020-106731)
11. <https://abm.memberclicks.net/abm-statement-considerations-for-covid-19-vaccination-in-lactation>