



**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.

Grip (influenza) hastalığı anne ve çocuğun sağlığını ciddi biçimde tehdit edebilir. Bu sayede hamilelik sırasında grip gibi ağır komplikasyonları bulunan hastalık riskleri, örneğin hastanede tedavi edilmesi gereken akciğer iltihabı riski artar. Aynı şekilde hamilelik sırasında grip enfeksiyonları gelişme bozuklukları ve erken doğum veya düşük yapma tehlikesini arttırır.

## **Mevsimsel Grip: Anne ve çocuk için kaçınılabilir risk**

Gribin ağır biçimde seyir riskini önlemek için amacı ile bağımsız bir uzmanlar kurulu olan Sürekli Aşı Komisyonu (STI-KO) tüm hamilelere mevsimsel gribe karşı aşı yapılmasını 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 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 mukozasına 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 mikroplarlar 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 bakalarının 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 – başka virüslerin sonucu meydana gelip çoğu zaman daha hafif seyrettikten sonra birkaç gün içerisinde iyileşirler.

**BİLİNMESİ  
GEREKİRGEREKİR**

Grip aşısı yalnızca grip virüslerine karşı korur ve genel olarak soğuk algınlıklarına veya COVID-19'a karşı korumaz. Grip aşısı olunması COVID-19 hastalığına yakalanma riskini artırmamaktadır.

## 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 aşı yapmaktır. Bu aşı, grip virüslerine karşı antikor oluşturmaya yardımcı olur.

**AŞI  
ÖNERİLİR**

STIKO tüm sağlıklı hamilelere sezonluk gribe karşı hamileliğin dördüncü ayından itibaren aşı yapılmasını önermektedir. Astım, diyabet veya yüksek tansiyon gibi kronik hastalıkları bulunan hamileler ise hamileliğin dördüncü ayından önce aşı olmalıdırlar.

Kuvvetli öksürüğe (pertussis) karşı yapılan tek seferlik aşı da her hamilelikte, hamileliğin son üçüncü bölümünde (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

Dört valanlı aşilar, bir sonraki grip mevsiminde en sık ortaya çıkması beklenen dört grip virüsü türüne karşı koruma sağlamaktadır. Dört valanlı aşiların gribe karşı kullanılması 2018 yılından beri Daimi Aşı Komisyonu (STIKO) tarafından tavsiye edilmektedir.



Her tür tıbbi tedavide olduğu gibi herkes aynı etken maddeye aynı şekilde tepki göstermez. Ancak hamile kadının aşırıya rağmen gribe yakalandığı durumlarda hastalık daha hafif seyretmiştir.

### **Anne ve çocuk için uygun**

Yetişkinler için grip aşısında canlı, çoğalabilir mikroplar verilmemekte, yalnızca aşırıya verilecek cevap için gerekli olan bazı parçalar verilmektedir. Bu nedenle, anne ve çocuğun aşı aracılığıyla grip hastalığına yakalanma ihtimali yoktur. Aktif olmayan 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. Bunun yanı sıra normalde genel tıp veya dahili tıp kliniklerinde yapılmaktadır. Tavsiye edilen aşının masraflarını sağlık sigorta kurumları karşılar.

## 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?**

İçerik maddelerinin birine karşı alerji olması durumunda aşı tavsiye edilmez.



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 değerlendirilmesi: 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 daha çok 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. Kuvvetli öksürüğe karşı yapılan güncel bir aşı koruması ev ortamında temas edilen kişiler ve yeni doğan bebeğe bakan kişiler için STIKO tarafından önemle tavsiye edilmektedir.

### 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
- kağıt mendilleri birden fazla kez kullanmamak, derhal çöpe atmak
- öksürürken veya hapşırırken ağızınızı elinizle değil kolumuzla kapamanız sayesinde virüslerin, bakterilerin başkalarına aktarılma şansı azaltılır.



## Diğer Bilgiler

**Bulabileceğiniz yerler:**

- [www.impfen-info.de/grippe](http://www.impfen-info.de/grippe)
- [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)
- [www.rki.de/impfen](http://www.rki.de/impfen)

**Sağlıklı nasıl büyülür burada bulabilirsiniz:**

- [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

## Künye

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

Robert Koch-Institut ile işbirliği çerçevesince hazırlanmıştır.

Tasarım: dotfly GmbH, Köln

Güncelleme: Haziran 2020

Sipariş No: 62005004

Resimler: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie, Mike Harrington/Stone  
via Getty Images

**Bulabileceğiniz adresler: Bu broşür BZgA, 50819 Köln adresinde ücretsiz olup, [www.bzga.de](http://www.bzga.de) sayfasından internetten indirilebilir ya da bir e-posta ile [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de) adresinden sipariş edilebilir. Alıcı veya üçüncü taraflarca satılması yasaktır.**

**Broşür beş dilde indirilebilir.**

