Australian Government

COVID-19 VACCINATION

गर्भावस्था, स्तनपान, और COVID-19 के टीके

13 जुलाई 2022

जो महिलाएँ गर्भवती हैं और स्तनपान करा रही हैं या जो गर्भवती होने की योजना बना रही हैं, उनके लिए Comirnaty (Pfizer) और Spikevax (Moderna) के टीकों की सलाह दी जाती है। यदि वे ये टीके नहीं लगवा सकती हैं तो वे Nuvaxovid (Novavax) या Vaxzevria (AstraZeneca) टीका लगवा सकती हैं। महिलाएँ अपनी गर्भावस्था के किसी भी चरण में टीका प्राप्त कर सकती हैं।

गर्भवती महिलाओं और उनके अजन्में शिशु को COVID-19 के गंभीर, नकारात्मक परिणामों का खतरा अधिक होता है। जिन गर्भवती महिलाओं को COVID-19 हो जाता है, उनके लिए अस्पताल जाने का या गहन चिकित्सीय देखभाल की आवश्यकता पड़ने का खतरा अधिक रहता है। उनके अजन्में शिशु के अपरिपक्व जन्म (गर्भावस्था के 37 सप्ताह पूरे होने से पहले जन्म) होने तथा देखभाल के लिए अस्पताल जाने की संभावना कुछ अधिक होगी।

इन खतरों को कम करने का सबसे अच्छा तरीका टीकाकरण है। अपने COVID-19 टीकाकरण के प्राथमिक कोर्स के भाग के तौर पर, महिलाओं को 8 सप्ताहों के अंतराल पर Pfizer या Moderna के टीके की 2 खुराकों की आवश्यकता होगी। जिन महिलाओं की प्रतिरक्षा प्रणाली गंभीर या मध्यम तौर पर कमज़ोर है या जिन्हें COVID-19 से गंभीर रोग होने का अधिक खतरा है, उनके लिए खुराकों के बीच छोटी अवधि का सुझाव दिया जा सकता है।

जिन गर्भवती महिलाओं की प्रतिरक्षा प्रणाली गंभीर रूप से कमज़ोर है, उन्हें अपनी दूसरी प्राथमिक ख़ुराक के 2 महीने बाद COVID-19 वैक्सीन की तीसरी प्राथमिक ख़ुराक लगवाने का सुझाव दिया जाता है।

वास्तविक-विश्व के प्रमाण ने दर्शाया है कि Pfizer और Moderna के टीके सुरक्षित हैं यदि आप गर्भवती हैं या स्तनपान कराती हैं। Novavax या AstraZeneca से जुड़ी कोई ज्ञात सुरक्षा चिंताएँ नहीं हैं जो कि गर्भावस्था, स्तनपान या गर्भावस्था की योजना बनाने को लेकर विशिष्ट हैं। परन्तु, इन टीकों को प्राथमिकता नहीं दी जाती है क्योंकि गर्भवती या स्तनपान कराने वाली महिलाओं में इनकी सुरक्षा को लेकर कम डाटा उपलब्ध है।

क्या गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को बूस्टर खुराक और चौथी खुराक लगवानी चाहिए?

टीकों से सुरक्षा समय के साथ-साथ कम हो जाती है। बूस्टर खुराकें COVID-19 से गंभीर रोगों से सुरक्षा को अधिक लम्बे समय के लिए बढ़ाती हैं। सभी गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को COVID-19 टीके की बूस्टर खुराक लगवाने का सुझाव दिया जाता है यदि:

- उनकी आयु 16 साल या इससे अधिक है और
- उन्होंने कम से कम 3 महीने पहले COVID-19 टीकाकरण के अपने प्राथमिक कोर्स की अंतिम खुराक प्राप्त कर ली हैं।

12 से 15 साल के कुछ लोग बूस्टर खुराक के लिए पात्र हो सकते हैं यदि:

- उनकी प्रतिरक्षा प्रणाली गंभीर रूप से कमज़ोर है
- उन्हें गंभीर या जटिल स्वास्थ्य आवश्यकताओं के साथ विकलाँगता है
- उन्हें ऐसी जटिल और/या एक से अधिक स्वास्थ्य समस्याएँ हैं जो COVID-19 से गंभीर रोग होने के उनके खतरे को बढ़ाती हैं।

यह सुझाव दिया जाता है कि कुछ गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाएँ चौथी COVID-19 वैक्सीन खुराक प्राप्त करें। 16 साल और इससे अधिक आयु वाली गर्भवती और स्तनपान कराने वाली महिलाओं को अपने पहली बूस्टर खुराक के 3 महीने बाद चौथी खुराक प्राप्त करनी चाहिए यदि:

- उनकी प्रतिरक्षा प्रणाली गंभीर रूप से कमज़ोर है
- उन्हें कुछ तरह का कैंसर है या हो चुका है
- उन्हें ऑटोइम्युन रोग है जिसके इलाज की ज़रूरत है
- उन्हें स्थायी या गंभीर स्वास्थ्य रोग हैं जो उनके फेफड़ों, लिवर, गुर्दे, मस्तिष्क या हृदय को प्रभावित करता है
- उन्हें डायबिटीज़ (मधुमेह) है जिसके लिए दवा की ज़रूरत है
- वे महत्वपूर्ण या जटिल स्वास्थ्य आवश्यकताओं के साथ विकलाँग हैं
- उनका वज़न गंभीर रूप से ज़रूरत से अधिक या कम है।

यदि आपको पक्का पता नहीं है कि क्या आपको बूस्टर खुराक या चौथी खुराक लेनी चाहिए तो अपने डॉक्टर से बात करें।

गर्भावस्था के दौरान COVID-19 का टीका लगवाने के बाद होने वाले संभावित पक्ष-प्रभाव क्या हैं?

COVID-19 के टीकों के बाद सामान्य पक्ष-प्रभावों में शामिल है:

- बुखार
- बाँह में दर्द
- सिरदर्द
- माँसपेशियों में दर्द
- जोड़ों में दर्द
- कंपकंपी।

यदि टीकाकरण कराने के बाद आपको इनमें से किसी भी पक्ष-प्रभाव का अनुभव होता है, तो आप इन समान्य पक्ष-प्रभावों को कम करने के लिए पैरासिटामोल ले सकती हैं। गर्भावस्था के सभी चरणों में पैरासिटामोल सुरक्षित है।

विश्व-भर में किए गए अध्ययनों में गर्भवती महिलाओं या उनके शिशुओं में कोई विशेष पक्ष-प्रभावों का पता नहीं चला है। किंतु ऐसे कुछ दुर्लभ पक्ष-प्रभाव हो सकते हैं, जिनके बारे में शोधकर्ताओं को अभी तक पता नहीं है।

गर्भावस्था के दौरान COVID-19 का टीका लगवाने से क्या मेरे शिशु को कोई लाभ होते हैं?

जिन गर्भवती महिलाओं को COVID-19 हो जाता है, उनके लिए मृतशिशु जन्म या अपरिपक्व (समयपूर्व) प्रसव का खतरा अधिक रहता है। जन्म के समय उनके शिशुओं के कष्ट में दिखने की संभावना, या अस्पताल के नवजात शिशु गहन चिकित्सा कक्ष में उनके उपचार किए जाने की संभावना अधिक होती है।

इन खतरों को कम करने का सर्वश्रेष्ठ तरीका टीकाकरण कराना है।

वैज्ञानिक प्रमाणों में सामने आया है कि गर्भवती महिलाओं के शरीर में COVID-19 का टीका लगाए जाने के बाद विकसित होने वाली ऍंटीबॉडीज़ आँवल-नाल से होकर गुजर सकती हैं और गर्भावस्था के दौरान COVID-19 के खिलाफ टीकाकरण करवाने से 6 महीने से कम आयु के शिशुओं को COVID-19 के कारण अस्पताल में भर्ती होने से सुरक्षा देने में मदद मिलती है।

स्तनपान कराने वाली महिलाओं के लिए क्या सलाह दी जाती है?

स्तनपान कराने वाली महिलाओं के लिए Pfizer और Moderna की सलाह दी जाती है। यदि आप ये टीके नहीं लगवा सकती हैं, तो आप Novavax या AstraZeneca टीका लगवा सकती हैं और आपको इसके बारे में अपने डॉक्टर से बात करनी चाहिए।

आप अपने टीकाकरण से पहले और इसके बाद स्तनपान कराना जारी रख सकती हैं।

गर्भावस्था की योजना बना रही महिलाओं के लिए क्या सलाह दी जाती है?

गर्भावस्था की योजना बना रही महिलाओं के लिए भी Pfizer और Moderna की सलाह दी जाती है। गर्भधारण से पहले टीका लगवाने का मतलब है कि आप अपनी संपूर्ण गर्भावस्था के दौरान COVID-19 से संभावित रूप से सुरक्षित हैं। कृपया ध्यान दें कि:

- COVID-19 टीकाकरण से पहले या बाद में आपको गर्भवती न होने की कोशिश नहीं करनी होगी।
- टीकाकरण से प्रजनन क्षमता प्रभावित नहीं होती है।
- टीका लगवाने से पहले आपको गर्भावस्था जाँच कराने की आवश्यकता नहीं है।

और अधिक जानकारी के लिए

इस वेबसाइट पर जाकर पता करें कि आप अपना COVID-19 टीका कहां प्राप्त कर सकती हैं: www.health.gov.au.

यदि आपके पास COVID-19 टीकों के बारे में कोई प्रश्न हैं, तो अपने डॉक्टर से बात करें, वेबसाइट health.gov.au/covid19-vaccines-languages पर जाएँ, या राष्ट्रीय कोरोनावायरस हेल्पलाइन को 1800 020 080 पर कॉल करें। निःशुल्क दुभाषिया सेवाओं के लिए विकल्प 8 चुनें।