

ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ: ਗਰਭ ਧਾਰਣ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਸੰਬੰਧੀ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ

ਇਸ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ ਦਾ ਇਰਾਦਾ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ [ਨਿਰਣਾ](#) ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ, ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ। ਕੋਵਿਡ-19 ਟੀਕਾਕਰਣ ਬਾਰੇ ਵਾਧੂ ਪ੍ਰਮਾਣਾਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਕੈਨੇਡਾ ਵਿੱਚ ਮੋਹਰੀ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਸਹਿਮਤ ਹਨ ਕਿ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ ਅਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਿਮਾਰੀ ਤੋਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੇਸ਼ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਨਵੀਂ ਖੋਜ ਦਰਸਾਉਂਦੀ ਹੈ ਕਿ mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਵਰਤੇ ਜਾਣ ਲਈ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਹਨ। [ਨੈਸ਼ਨਲ ਅਡਵਾਈਜ਼ਰੀ ਕਮੇਟੀ ਔਨ ਇਮਿਊਨਾਈਜ਼ੇਸ਼ਨ \(NACI\)](#) ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਲਈ mRNA ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ (Pfizer-BioNTech or Moderna) ਦੇ ਨਾਲ ਦੋ ਖੁਰਾਕਾਂ ਦੀ ਪੂਰੀ ਲੜੀ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ। [ਸੋਸਾਇਟੀ ਔਫ ਔਬਸਟੈਟ੍ਰਿਸ਼ੀਅਨਜ਼ ਐਂਡ ਗਾਈਨੇਕੋਲੋਜਿਸਟਸ ਔਫ ਕੈਨੇਡਾ \(SOGC\)](#) ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ ਤੇ ਜਾਂ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾਉਣ ਦੌਰਾਨ ਟੀਕਾਕਰਣ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਕੋਈ ਮੈਡੀਕਲ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਇਸ ਕਰਕੇ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵਿਗਾੜ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਟੀਕਾਕਰਣ ਪੂਰਾ ਕਰੋ।
- ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਬਾਂਝਪਨ ਦੇ ਕੋਈ ਪ੍ਰਮਾਣ ਨਹੀਂ ਹਨ।



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ:

- ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ।
- ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਨੂੰ ਰੋਕਦੀ ਹੈ ਜਿਹੜੇ ਗਰਭਵਤੀ ਹਨ।
- ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਕੋਵਿਡ-19 ਬਿਮਾਰੀ ਕਰਕੇ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
 - ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਹੋਣ ਵਾਲਾ ਜਨਮ
 - ਨਵਜੰਮੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਤ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ
 - ਗਰੱਭਸਥ (fetal) ਸੰਕਟ
 - ਆਈਸੀਯੂ (ICU) ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ
 - ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ
 - ਅਕ੍ਰਮਕ (invasive) ਵੈਂਟੀਲੇਸ਼ਨ
 - ਮੌਤ
- ਇੰਨ੍ਹਾਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਜੋਖਮ ਅਜਿਹੇ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਦੇ ਲਈ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 35 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਦੀਆਂ ਡਾਇਬਟੀਜ਼, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਾਈਪਰਟੈਨਸ਼ਨ ਜਾਂ ਮੈਟਾਪੇ ਵਰਗੀਆਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਅਵਸਥਾਵਾਂ ਹਨ।
- ਮੌਜੂਦਾ ਸਮੇਂ ਤੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕੋਈ ਗਿਆਤ ਹਾਨੀਕਾਰਕ ਪ੍ਰਭਾਵਾਂ, ਗਰਭਪਾਤ ਜਾਂ ਜਨਮ ਸੰਬੰਧੀ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਨੁਕਸਾਂ ਦੇ ਵੱਧੇ ਹੋਏ ਜੋਖਮ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- ਗਰਭਵਤੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ mRNA ਵੈਕਸੀਨਾਂ ਦੁਆਰਾ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਗੈਰ-ਗਰਭਵਤੀ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣ ਵਾਲੀਆਂ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਦੇ ਨਾਲ ਤੁਲਨਾਤਮਕ ਹਨ। ਇਹ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਪਲੈਸੈਂਟਾ (placenta) ਦੇ ਪਾਰ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।



ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਟੀਕਾਕਰਣ ਕਰਵਾ ਕੇ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ।
- ਹਾਲੀਆ ਅਧਿਐਨ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜੇ ਲੋਕ ਛਾਤੀ ਦਾ ਦੁੱਧ ਪਿਲਾ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਜਿੰਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਇੱਕ mRNA ਕੋਵਿਡ-19 ਵੈਕਸੀਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੀ ਹੈ ਨੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਛਾਤੀ ਦੇ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀਬਾਡੀਆਂ ਵਿਕਸਤ ਕਰ ਲਈਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਦੇ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪੇਸ਼ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

