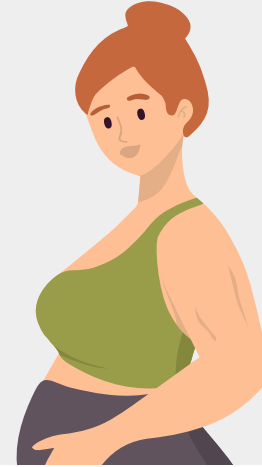


# COVID-19 ਟੀਕਾ: ਗਰਭ ਧਾਰਨ ਕਰਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਅਤੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਬਾਰੇ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇਣ ਬਾਰੇ ਸੋਚ ਰਹੇ ਹੋ, ਜਾਂ ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਹੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਇਹ ਤੱਥ ਸ਼ੀਟ COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਬਾਰੇ ਸੂਚਿਤ [ਫੈਸਲਾ](#) ਲੈਣ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ। ਕੈਨੇਡਾ ਭਰ ਦੇ ਸਿਹਤ ਮਾਹਰ ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ COVID-19 ਬਿਮਾਰੀ ਦੇ ਜੋਖਮ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ COVID-19 ਦੇ ਸਾਰੇ ਟੀਕੇ ਲਗਵਾਉਣ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਨ।



[ਟੀਕਾਕਰਨ 'ਤੇ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਲਾਹਕਾਰ ਕਮੇਟੀ \(NACI\)](#) ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਨੂੰ mRNA COVID-19 ਟੀਕੇ (Pfizer-BioNTech ਜਾਂ Moderna) ਦੀ ਪ੍ਰਾਇਮਰੀ ਸੀਰੀਜ਼ ਅਤੇ ਬੁਸਟਰ ਖੁਰਾਕਾਂ ਲੈਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ।

[ਸੋਸਾਇਟੀ ਆਫ਼ ਔਬਸਟੇਟ੍ਰੀਸ਼ੀਅਨਜ਼ ਐਂਡ ਗਾਇਨੀਕੋਲੋਜਿਸਟਸ ਆਫ਼ ਕੈਨੇਡਾ \(SOGC\)](#) ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਅਤੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਦੇ ਪੜਾਅ ਦੌਰਾਨ, COVID-19 ਟੀਕਾਕਰਨ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜੇ ਕੋਈ ਡਾਕਟਰੀ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਮੌਜੂਦ ਨਹੀਂ ਹਨ। SOGC ਉਹਨਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਅਤੇ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਵੀ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ COVID-19 ਹੋ ਚੁੱਕਾ ਹੈ। ਇਹ ਇਸ ਲਈ ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ COVID-19 ਦੀ ਲਾਗ ਗੰਭੀਰ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ।

## ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਯੋਜਨਾ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ:

- ਜਦੋਂ ਸੰਭਵ ਹੋਵੇ, ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰੋ।
- ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ COVID-19 ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਸੰਬੰਧਿਤ ਔਰਤ ਜਾਂ ਮਰਦ ਦੇ ਬਾਂਝਪਨ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ।
- COVID-19 ਟੀਕਾ ਲਗਵਾਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਤੋਂ ਬਚਣ ਦੀ ਕੋਈ ਲੋੜ ਨਹੀਂ ਹੈ।



## ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ:

- COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ।
- COVID-19 ਟੀਕਾ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ।
- ਗਰਭ ਅਵਸਥਾ ਵਿੱਚ ਗੰਭੀਰ COVID-19 ਬਿਮਾਰੀ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤ ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਿਹਤ ਲਈ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ ਪੈਦਾ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ:
  - ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਜਨਮ
  - ਨਵਜਨਮੇ ਬੱਚੇ ਵਿੱਚ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ
  - ਭਰੂਣ ਸੰਬੰਧੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ
  - ICU ਵਿੱਚ ਦਾਖਲਾ
  - ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ
  - ਟਿਊਬ ਦੁਆਰਾ ਸਾਹ ਦੇਣਾ
  - ਮੌਤ
  - ਮਰਿਆ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਹੋਣਾ
- ਇਹਨਾਂ ਜਟਿਲਤਾਵਾਂ ਦਾ ਖਤਰਾ ਉਹਨਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਵੱਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਉਮਰ 35 ਸਾਲ ਤੋਂ ਵੱਧ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਮੌਜੂਦ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਹਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਡਾਇਬਿਟੀਜ਼, ਦਿਲ ਦੀ ਬਿਮਾਰੀ, ਹਾਈਪਰਟੈਨਸ਼ਨ ਜਾਂ ਮੇਟਾਪਾ।
- COVID-19 ਟੀਕੇ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ 'ਤੇ ਇਸ ਵੇਲੇ ਕੋਈ ਗਿਆਤ ਨੁਕਸਾਨਦੇਹ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਾਂ ਗਰਭਪਾਤ ਜਾਂ ਜਨਮ 'ਤੇ ਨੁਕਸ ਦੇ ਵਧੇ ਹੋਏ ਜੋਖਮ ਨਹੀਂ ਹਨ।
- mRNA ਟੀਕੇ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਜੋ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਪੈਦਾ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਗੈਰ-ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਵਿੱਚ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਵਾਲੇ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਦੇ ਮੁਕਾਬਲੇ ਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਹ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਪਲੈਸੈਂਟਾ ਵਿੱਚ ਚਲੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ।



## ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਹੇ ਹੋ:

- COVID-19 ਟੀਕੇ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਸਿਫ਼ਾਰਿਸ਼ ਕੀਤੀਆਂ ਖੁਰਾਕਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰੋ।
- ਅਧਿਐਨ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਜਿਹੜੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਛਾਤੀਆਂ ਦਾ ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਰਹੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਇੱਕ mRNA COVID-19 ਟੀਕਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਚੁੱਕੀਆਂ ਹਨ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਛਾਤੀਆਂ ਦੇ ਦੁੱਧ ਵਿੱਚ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਵਿਕਸਿਤ ਹੋਏ ਹਨ। ਇਹ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਗੈਰ-ਸਰਗਰਮ ਰੋਗ-ਪ੍ਰਤੀਰੱਖਿਆ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦਾ ਹੈ।