

임신의 80% 이상이 독감 유행 기간과 겹칩니다. 매년 수천 명의 임산부가 독감 합병증으로 입원합니다. 임신 중 독감 백신을 맞는 것은 독감으로 인한 심각한 질병과 합병증으로부터 자신을 보호하는 가장 좋은 방법입니다. 또한, 출생 후 독감으로부터 아기를 보호하는 데 도움이 될 수 있습니다.

임신 중 독감 백신을 맞으면 어떤 이점이 있습니까?

인플루엔자 또는 “독감”은 호흡기를 감염시키는 바이러스로 인해 발생합니다. 독감 증상은 일반적으로 일반 감기보다 더 심각하고 오래 지속됩니다. 기침, 두통, 발열, 근육통, 피로 등의 증상을 동반합니다.

임신은 **면역계**와 폐, 심장에 변화를 주기 때문에 임산부의 독감은 심각한 질병으로 이어질 가능성이 높습니다. 임신 중 독감에 걸리면 폐렴 같은 심한 질병이 발생할 수 있고, 조산 등 임신과 관련된 문제로 이어질 수 있습니다.

독감으로부터 보호할 수 있는 최선의 방법은 독감 백신입니다. 연구에 따르면 독감 백신을 맞으면 독감 관련 호흡기 질환에 걸릴 위험이 최대 절반까지 감소하고 입원 위험이 평균 40% 감소하는 것으로 나타났습니다.

임신 중 독감 백신을 맞으면 출산 후 아이를 보호하는 데도 도움이 됩니다. 백신은 체내의 면역계에 작용하여 독감 바이러스에 대한 **항체**를 생성합니다. 이러한 항체는 **태반**을 통해 태아에게 전달됩니다. 백신을 접종한 임산부의 아이는 독감으로부터 보호되는 상태로 태어나기 때문에 백신을 접종하는 시기인 6개월이 될 때까지 심각한 질병으로부터 보호받습니다.

임신 중 독감 백신 접종은 안전한가요?

임신 중 독감 백신 접종의 안전성에 대한 근거는 오랫동안 기록되어 왔습니다. 최근 수십 년간 수백만 명의 임산부가 큰 합병증 없이 백신을 접종했습니다. 임신 전이나 임신 중 독감 백신 접종을 한 사람 수천 명을 연구한 결과에 따르면, 기형아 출산의 위험이 증가하지 않았습니다. 또한, 독감 백신은 유산이나 조산을 유발하지 않는 것으로 나타났습니다.

백신은 언제 접종하는 것이 가장 적절할까요?

임신 3기 임산부가 독감 시즌 동안 출산 후 아기를 보호할 수 있는 가장 좋은 방법은 7월 또는 8월에 독감 백신을 접종하는 것입니다. 9월과 10월은 일반적으로 모든 임산부가 백신을 접종하기에 좋은 시기입니다.

독감 백신의 효과는 1년간 지속됩니다. 독감 바이러스는 빠르게 변화하기 때문에 가장 일반적인 독감 변종에 맞게 백신도 매년 새로워집니다.

일반인은 비강 스프레이 백신을 사용할 수 있지만, 살아 있는 약화된 독감 바이러스가 포함되어 있기 때문에 임산부에게는 권장하지 않습니다. 임신 중에는 생백신 접종을 권장하지 않습니다. 임산부는 사백신을 맞아야 합니다.

임신 중 독감에 걸리면 어떻게 해야 하나요?

임신 중이거나 출산한 지 2주 이내인 경우, 독감 예방 주사 접종 유무와 관계없이 신속히 의료 전문가를 방문하여 항바이러스 약(타미플루)을 받으십시오. 독감 환자에게 노출된 경우에도 의료 전문가에게 항바이러스 약 복용이 필요한지 조언을 구할 수 있습니다. 현재 정보에 따르면 항바이러스 약은 선천적 기형의 위험을 증가시키지 않습니다.

항바이러스 약은 독감 증상을 완화하고 병의 경과를 단축하는데 도움이 됩니다. 증상 발현 후 48시간 이내에 복용할 때 가장 효과적이지만, 증상이 나타난 후 언제라도 복용할 수 있습니다.

독감으로부터 보호하기 위해 할 수 있는 다른 일은 무엇입니까?

손을 자주 씻고, 기침이나 재채기를 할 때 입과 코를 가리고, 아픈 사람과의 밀접한 접촉을 피하는 등의 예방 조치를 취하는 것이 도움이 됩니다. 그러나 백신을 접종하는 것이 독감으로부터 자신을 보호하는 첫 번째이자 가장 좋은 방법입니다.

사실 확인

- 임산부는 임신하지 않은 여성보다 독감으로 인한 합병증의 위험이 더 높습니다.
- 독감을 예방하는 가장 좋은 방법은 독감 백신 접종을 하는 것입니다. 수년에 걸쳐 집계된 수백만 명의 데이터에 따르면 임신 중 독감 백신 접종은 안전합니다.
- 독감 백신 접종을 한다고 독감에 걸리는 것은 아닙니다. 독감 백신을 맞은 후 일부 사람들이 느끼는 경미한 메스꺼움은 백신에 대한 면역계의 반응으로 인해 발생합니다.
- 임신 중에 독감 백신을 맞은 경우, 아기는 독감에 대한 항체를 전달받아 생후 6개월에 독감 예방 접종을 받기 전까지 심각한 질병으로부터 보호를 받습니다.
- 독감 백신 접종이 독감을 예방하는 가장 좋은 방법이지만 손을 자주 씻고 기침이나 재채기를 할 때 입과 코를 가리고 아픈 사람과의 긴밀한 접촉을 피하는 것이 추가 예방 조치입니다.

CDC: [독감 & 임신](#)

CDC: [인플루엔자\(독감\) 백신은 어떻게 만들어지나요?](#)

MotherToBaby: [계절성 인플루엔자 백신\(독감 예방 주사\)](#)

용어

항체: 바이러스와 같은 이물질에 반응하여 면역계가 만드는 단백질

면역계: 세균, 바이러스 등의 이물질로부터 신체를 보호하는 세포와 기관

태반: 임신 중 만들어지는 특별한 기관. 태반을 통해 산모가 태아에게 영양분, 항체, 산소를 전달할 수 있습니다. 임신을 지속시키는 호르몬을 만드는 기관이기도 합니다.

2025년 8월 업데이트됨

이 자료는 산모-태아 의학회(SMFM)와 질병통제예방센터(CDC) 협력 협약 CDC-RFA-DD-23-0004 출생 결손, 영아기 장애 및 관련 질환과 임신·산후 여성 건강 증진을 위한 파트너십 강화의 지원을 받았습니다. 저자가 표현한 견해가 반드시 보건복지부의 공식 정책을 반영하거나 미국 정부의 지지를 받은 것은 아닙니다.