

Bakuna para sa Trangkaso

SERYE NG EDUKASYON PARA SA PASYENTE



Society for
Maternal-Fetal
Medicine
High-risk pregnancy experts

Mahigit sa 80% ng mga pagbubuntis ay nakikipag-sapawan sa panahon ng trangkaso. Bawat taon, libu-libong buntis na kababaihan ang naospital dahil sa mga komplikasyon ng trangkaso. Ang pagpapabakuna laban sa trangkaso sa panahon ng pagbubuntis ay ang pinakamahusay na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili mula sa malalang sakit at mga komplikasyon mula sa trangkaso. Makakatulong din itong protektahan ang iyong sanggol mula sa trangkaso pagkatapos ng kapanganakan.

Ano ang mga benepisyong pagpapabakuna laban sa trangkaso sa panahon ng pagbubuntis?

Ang trangkaso, o “ang flu,” ay sanhi ng isang virus na nakaka-impeksiyon sa sistema ng paghinga. Ang mga sintomas ng trangkaso ay kadalasang mas malala at mas tumatagal kaysa sa karaniwang sipon. Kabilang dito ang pag-ubo, sakit ng ulo, lagnat, pananakit ng kalamnan, at pagkapagod.

Nagdudulot ng mga pagbabago sa **immune system**, mga бага at puso ang pagbubuntis na ginagawang mas malamang na magkaroon ang mga buntis na kababaihan ng malubhang sakit mula sa trangkaso. Maaaring humantong sa malubhang sakit, tulad ng pulmonya, at maging sanhi ng mga problema sa pagbubuntis tulad ng kulang sa buwang panganganak ang pagkakaroon ng trangkaso habang buntis.

Ang bakuna sa trangkaso ang pinakamahusay na paraan upang maprotektahan laban sa trangkaso. Ipinakita ng mga pag-aaral na ang pagpapabakuna laban sa trangkaso ay nagpapababa ng panganib na magkaroon ng sakit sa paghinga na nauugnay sa trangkaso ng hanggang kalahati at ang panganib na ma-ospital ng karaniwan na 40%.

Nagpoprotekta rin sa mga sanggol pagkatapos nilang ipanganak ang pagkuha ng bakuna sa trangkaso sa panahon ng pagbubuntis. Nagdudulot sa paggawa ng mga **antibody** sa katawan ang bakuna laban sa virus ng trangkaso. Ipinapasa ang mga antibody na ito sa fetus sa pamamagitan ng **inunan**. Ang mga sanggol ng mga nabakunahan ina ay ipinapanganak na protektado mula sa trangkaso, na pinapanatili silang ligtas mula sa matinding karamdaman hanggang sa mabakunahan sila sa edad na 6 na buwan.

Ligtas ba ang bakuna sa trangkaso sa panahon ng pagbubuntis?

May mahabang rekord ng pagiging ligtas ang bakuna sa trangkaso sa panahon ng pagbubuntis. Milyon-milyong buntis na kababaihan sa mga kamakailang dekada ang nabakunahan nang walang pangunahing komplikasyon. Walang naipakitang ugnayan sa pagkuha ng bakuna sa trangkaso bago o sa panahon ng pagbubuntis at pagtaas ng panganib ng mga depekto sa kapanganakan. Hindi natagpuang sanhi ng pagkalaglag o preterm ang bakuna sa trangkaso.

Kailan ang pinakamainam na panahon upang mabakunahan?

Puwedeng makakuha ng bakuna laban sa trangkaso ang mga buntis na kababaihan sa kanilang ikatlong trimester sa Hulyo o Agosto para sa pinakamahusay na pagkakataong maprotektahan ang kanilang mga sanggol pagkatapos ng kapanganakan sa panahon ng trangkaso. Karaniwang magandang panahon ang Setyembre at Oktubre para sa lahat ng iba pang buntis na kababaihan na mabakunahan.

Ang bakuna laban sa trangkaso ay tumatagal ng 1 taon. Mabilis na nagbabago ang virus ng trangkaso, kaya ina-update ang bakuna taunan upang tumugma sa mga pinakakaraniwang strain ng trangkaso sa sirkulasyon.

Ang spray sa ildong na bakuna ay makukuha ng pangkalahatang publiko, subalit, hindi ito inirerekomenda para sa mga buntis na kababaihan dahil naglalaman ito ng buhay at pinahinang virus ng trangkaso. Hindi nirerekomenda ang mga live na bakuna sa pagbubuntis. Ang

mga buntis na kababaihan ay dapat kumuha ng inactivated flu na iniksiyon.

Paano kung nagkaroon ka ng trangkaso at buntis ka?

Kung ikaw ay buntis o nagkaroon ng sanggol sa loob ng nakaraang 2 linggo, magpatingin kaagad sa iyong propesyonal ng pangangalagang pangkalusugan upang makakuha ng antiviral na gamot (Tamiflu), nakakuha ka man ng bakuna sa trangkaso o hindi. Kung nalantad ka sa taong may trangkaso, maaaring payuhan ka rin ng iyong propesyonal ng pangangalagang pangkalusugan na uminom ng antiviral na gamot. Ang magagamit na impormasyon ay nagpapahiwatig na ang gamot na antiviral ay hindi nagpapataas ng panganib ng mga depekto sa kapanganakan.

Nakakatulong ang antiviral na gamot na bawasan ang kalubhaan ng mga sintomas ng trangkaso at paiklin ang kurso ng sakit. Pinakamabisa ito kung ibibigay sa loob ng 48 oras ng pagsisimula ng mga sintomas, ngunit maaari itong ibigay anumang oras pagkatapos lumitaw ng mga sintomas.

Ano ang iba pang mga bagay na maaari kong gawin upang maprotektahan ang aking sarili laban sa trangkaso?

Ang pag-iingat tulad ng madalas na paghuhugas ng kamay, pagtakip sa bibig at ilong kapag umuubo o bumabahing, at pag-iwas sa malapit na pakikipag-ugnayan sa mga taong may sakit ay nakakatulong. Ngunit ang pagpapabakuna ay ang una at pinakamahusay na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili mula sa trangkaso.

Maiikling Kaalaman

- Nasa mas mataas na panganib ng pagkakaroon ng mga komplikasyon mula sa trangkaso ang mga buntis kaysa sa mga hindi buntis.
- Ang pinakamahusay na proteksyon laban sa trangkaso ay ang pagtanggap ng bakuna sa trangkaso. Ang data mula sa milyon-milyong kababaihan na nakuha sa loob ng maraming taon ay nagpapakita na ang bakuna sa trangkaso ay ligtas sa panahon ng pagbubuntis.
- Ang bakuna sa trangkaso ay hindi nagiging sanhi ng trangkaso. Ang bahagyang sakit na nararamdaman ng ilang tao pagkatapos magpabakuna laban sa trangkaso ay sanhi ng pagtugon ng immune system sa bakuna.
- Ang mga sanggol ng mga buntis na kababaihan na nabakunahan para sa trangkaso sa panahon ng pagbubuntis ay tumatanggap ng mga antibody laban sa trangkaso, na tumutulong na protektahan sila laban sa malalang sakit hanggang sa mabakunahan sila sa edad na 6 na buwan.
- Bagama't ang bakuna sa trangkaso ang pinakamahusay na proteksyon laban sa trangkaso, ang mga karagdagang pag-iingat ay kinabibilangan ng madalas na paghugas ng mga kamay, pagtakip ng bibig at ilong kapag umuubo o bumabahing, at pag-iwas sa malapit na pakikipag-ugnayan sa mga taong may sakit.

CDC: [Flu & Pregnancy](#)

CDC: [How Influenza \(Flu\) Vaccines Are Made](#)

MotherToBaby: [Seasonal Influenza Vaccine \(Flu Shot\)](#)

Talasalitaan

Mga Antibody: Mga protinang ginawa ng immune system bilang tugon sa isang sangkap mula sa labas ng katawan, tulad ng isang virus.

Immune system: Ang mga selula at organ na nagpoprotekta sa katawan laban sa mga sangkap mula sa labas ng katawan, tulad ng mga bacteria at virus.

Inunan: Isang espesyal na organ na nabubuo sa panahon ng pagbubuntis. Pinapayagan nito ang paglipat ng mga sustansya, antibody, at oxygen sa fetus. Gumagawa din ito ng mga hormone na nagpapanatili sa pagbubuntis.

In-update Agosto 2025

Ang dulugang ito ay suportado ng Society for Maternal-Fetal Medicine (SMFM) at ang Centers for Disease Control and Prevention (CDC) cooperative na kasunduan *CDC-RFA-DD-23-0004 Enhancing Partnerships to Address Birth Defects, Infant Disorders and Related Conditions, and the Health of Pregnant and Postpartum People*. Ang mga pananaw na pinahiwatig ng mga may-akda ay hindi kailangang sumalamin sa mga opisyal na patakaran ng Department of Health and Human Services o kumakatawan sa pag-endorso ng Pamahalaan ng U.S..