

# Вакцины при беременности: что вам нужно знать

## Зачем мне вакцинироваться, если я беременна или планирую беременность?

Беременность вызывает определенные изменения в организме, которые могут повлиять на иммунную систему, сердце и легкие. Эти изменения могут сделать вас **более восприимчивыми** к некоторым заболеваниям и к тяжелым инфекциям. Если вы во время беременности заразились некоторыми инфекционными заболеваниями, такими как краснуха, инфекция может передаваться вашему ребенку, который **может родиться с заболеваниями, которые повлияют на всю его жизнь**. Кроме того, существуют другие болезни, предотвращаемые с помощью вакцин, такие как коклюш (судорожный кашель), **наиболее тяжело протекающие у детей, которые слишком малы для иммунизации**.

Таким образом, получение рекомендуемых вакцин до и во время беременности поможет вам и вашему ребенку обеспечить **наилучшую возможную защиту** от опасных болезней, предотвращаемых с помощью вакцин, таких как краснуха, ветряная оспа (ветрянка), инклюэнца (грипп), коклюш и многие другие.

## Я планирую беременность. Какие вакцины мне следует получить до беременности, которые я не смогу получить во время беременности?

Прежде чем забеременеть, рассмотрите возможность получения двух рекомендуемых вакцин, если вы **никогда ранее их не получали**.  
Рекомендуемые вакцины:

1. вакцина против ветряной оспы (ветрянки)
2. вакцина против кори, эпидемического паротита и краснухи (MMR)



# Вакцины при беременности: что вам нужно знать



**Примечание:** вы не можете получать эти вакцины во время беременности, поскольку они являются живыми вакцинами и, как следствие, представляют потенциальный риск для развития плода (см. дополнительную информацию в разделе «**Живые и неживые вакцины**» этого информационного бюллетеня).

Причина, по которой вам рекомендуется получить вакцины против ветряной оспы и MMR **до того, как** вы забеременеете, заключается в том, что **если вы заразитесь ветряной оспой или краснухой во время беременности**, ваш ребенок может родиться с заболеваниями, которые **повлияют на всю его жизнь**. Фактически краснуха является **основной причиной** осложнений при родах в мире среди болезней, которые можно предотвратить с помощью вакцинации.

Если вы заразились ветрянкой во время беременности, ваш ребенок может родиться с низкой массой тела, аномалиями глаз или конечностей, рубцами на коже или повреждением головного мозга. Заражение краснухой во время беременности может привести к **синдрому врожденной краснухи (СВК)**, и у новорожденного могут быть болезни сердца (например, врожденный порок сердца), болезни глаз (катаракта), глухота, умственные нарушения или диабет, а также другие заболевания.

Если вы планируете беременность, поговорите со своим лечащим врачом, чтобы узнать, нужна ли вам вакцина против ветряной оспы или краснухи.

## Живые и неживые вакцины

В живых вакцинах используются **ослабленные (аттенуированные)** вирусы или бактерии. В неживых вакцинах используются **убитые (инактивированные)** вирусы или бактерии, или **частицы** вирусов или бактерий.

Поскольку в неживых вакцинах не используются живые вирусы или бактерии, **вы не можете** заразиться указанными вирусами или бактериями после получения одной из этих вакцин. Поскольку в живых вакцинах используются ослабленные вирусы или бактерии, их можно безопасно получать **людям со здоровой иммунной системой**, без угрозы инфицирования.

Однако живые вакцины обычно **не рекомендуются** людям с сильно ослабленной иммунной системой, а также беременным. Если вы беременны, существует вероятность того, что даже ослабленный штамм вируса или бактерий в живой вакцине может заразить вашего будущего ребенка. **Поэтому во время беременности рекомендуются неживые вакцины, а живые вакцины обычно не рекомендуются.**

## Я беременна. Какие вакцины мне следует получить?

Во время **каждой беременности** рекомендуется получить три вакцины. Рекомендуемые вакцины:

1. вакцина против инфлюэнцы (гриппа) (см. наш информационный бюллетень о [вакцинах против инфлюэнцы при беременности](#))
2. вакцина против коклюша (судорожного кашля), вводимая в составе комбинированной вакцины против столбняка, дифтерии и коклюша (Tdap) (см. нашу инфографику о [вакцине против коклюша во время беременности](#))
3. вакцина против COVID-19

Получение этих вакцин во время беременности позволит обеспечить вашему ребенку некоторую **краткосрочную защиту** от этих заболеваний (см. дополнительную информацию в разделе **«Передача иммунитета: как вакцинация во время беременности защищает вашего ребенка»** этого информационного бюллетеня).



Заражение коклюшем или инфлюэнцей (гриппом) во время беременности может привести к преждевременным родам, рождению ребенка с низкой массой тела или рождению мертвого ребенка. Однако если вы получите вакцину от этих заболеваний во время беременности, а затем заразитесь каким-либо заболеванием во время этой беременности, вы значительно снизите риск осложнений.

Вакцина против COVID-19 **особенно рекомендуется** беременным, так как заражение COVID-19 во время беременности может привести к госпитализации и преждевременным родам. Заражение COVID-19 во время беременности также увеличивает вероятность того, что ваш ребенок родится с низкой массой тела и его придется госпитализировать. Иммунизация против COVID-19 во время беременности – лучший способ защитить вас и вашего ребенка от этой болезни.

Все три вакцины также имеют **хорошие показатели безопасности**, и **нет никаких подтверждений** того, что эти вакцины причиняют вред беременной матери или ребенку.

## Передача иммунитета: как вакцинация во время беременности защищает вашего ребенка



После вакцинации ваш организм вырабатывает защитные белки, называемые **антителами**, которые защищают вас от болезни, против которой вы получили вакцину. Когда вы получаете вакцину во время беременности, вы передаете некоторые из этих антител **своему ребенку** в утробе (**внутриутробно**). После рождения ребенка эти антитела обеспечивают ему некоторую **краткосрочную защиту** (примерно на несколько месяцев) от болезни, против которой вы получили вакцину во время беременности.

## Существуют ли какие-либо другие вакцины, которые мне следует получить во время беременности?

Если вы беременны, вы, как правило, можете получить **любую из неживых вакцин**, одобренных для использования в Канаде (см. дополнительную информацию в разделе **«Живые и неживые вакцины»** этого информационного бюллетеня). Во время каждой беременности рекомендуются только вакцины Tdap (против столбняка, дифтерии и коклюша), а также вакцины против COVID-19 и инфлюэнцы. Список неживых вакцин, которые можно получить во время беременности:

1. вакцина против гепатита В,
2. вакцина против гемофильной инфекции (*Haemophilus influenzae*) типа b (Hib),
3. вакцина против гепатита А,
4. менингококковая вакцина,
5. пневмококковая вакцина и
6. неживая вакцина против полиомиелита (полиовакцина).

Ваш лечащий врач может порекомендовать вам получить **одну или несколько** из этих вакцин во время беременности, **в зависимости от таких факторов**, как ваша история вакцинации, планы поездок, вероятность заражения одним из заболеваний, от которых защищают эти вакцины, наличие у вас каких-либо хронических заболеваний и других факторов.



Поговорите со своим лечащим врачом, чтобы узнать, рекомендует ли он вам получать какие-либо из этих вакцин во время беременности.

## Могу ли я получить вакцину против респираторно-синцитиального вируса (РСВ), если я беременна?

Да! Вы можете безопасно получить вакцину против РСВ, если вы беременны.

По состоянию на декабрь 2023 года вакцина против РСВ была одобрена для использования в Канаде для людей **на сроке беременности от 32 до 36 недель**. Иммунизация против РСВ во время беременности дает вашему ребенку некоторую **краткосрочную** защиту от тяжелой инфекции РСВ на срок до **шести месяцев** после рождения (см. дополнительную информацию в разделе **«Передача иммунитета: как вакцинация во время беременности защищает вашего ребенка»** этого информационного бюллетеня).

Поговорите со своим лечащим врачом, чтобы узнать, можно ли вам получать вакцину против РСВ во время беременности.

## Если я планирую поездки во время беременности, нужны ли мне какие-либо определенные вакцины?

В зависимости от того, куда вы едете, ваш лечащий врач может порекомендовать вам получить вакцину для защиты от одного или нескольких из следующих заболеваний, особенно если вы можете серьезно пострадать от одного из них:

1. тиф
2. холера
3. энтеротоксигенные кишечные палочки *Escherichia coli* (диарея путешественников)

Неживые вакцины, защищающие от этих заболеваний, считаются безопасными для беременных, даже несмотря на то, что эти вакцины специально не изучались на беременных (см. дополнительную информацию в разделе **«Живые и неживые вакцины»** этого информационного бюллетеня).



# Вакцины при беременности: что вам нужно знать



**Вакцина против желтой лихорадки не рекомендуется** беременным (это живая вакцина). **Однако** если вам **абсолютно необходимо** поехать туда, где желтая лихорадка очень распространена/активна, и вы не будете надежно защищены от **укусов комаров**, ваш лечащий врач может порекомендовать вам получить вакцину против желтой лихорадки.

Вам также **настоятельно рекомендуется** посетить **туристическую клинику** как минимум **за шесть недель до планируемой даты выезда** за пределы Канады, если вы беременны. Туристические клиники могут предоставить вам актуальную информацию о том, какие вакцины могут вам понадобиться в зависимости от пункта назначения, и о том, как лучше всего защитить себя и своего будущего ребенка от определенных заболеваний, встречающихся только в других странах, которые могут быть очень серьезными, если вы заразитесь ими во время беременности.

## Можно ли мне вакцинироваться, если я кормлю грудью?

Да, вы можете безопасно получить **любую из обычно рекомендуемых вакцин в Канаде**, если вы кормите грудью. **Нет никаких подтверждений** того, что введение какой-либо из этих вакцин во время кормления грудью нанесет вред вам или вашему ребенку.

Однако следующие вакцины **не рекомендуются** людям, кормящим грудью:

1. вакцина против желтой лихорадки
2. пероральная вакцина против брюшного тифа
3. вакцина БЦЖ (бацилла Кальметта-Герена)
4. вакцина против вируса Эбола
5. живая реплицирующаяся вакцина против оспы



При **определенных обстоятельствах** ваш лечащий врач может порекомендовать вам получить одну или несколько вакцин, перечисленных выше. Однако, как уже упоминалось, их обычно не рекомендуют, если вы кормите грудью, поскольку живые вирусы/бактерии, используемые в этих вакцинах, могут передаваться вашему ребенку через грудное молоко. В отношении некоторых других перечисленных вакцин в настоящее время недостаточно данных, чтобы определить, можно ли их безопасно назначать людям, кормящим грудью.

## Рекомендуемые вакцины, если вы планируете беременность, беременны или кормите грудью

Вы...	Настоятельно рекомендуемые вакцины	Вакцины на ваше усмотрение	Вакцины, которые вам не следует получать
Планируете беременность	<ul style="list-style-type: none"> <li>вакцина против кори, эпидемического паротита и краснухи (вакцина MMR) <b>специально для защиты от краснухи</b></li> <li>вакцина против ветряной оспы (ветрянки)</li> </ul> <p><b>Примечание:</b> вам необходимо получить эти вакцины только в том случае, если вы <b>никогда не получали их ранее.</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>любые плановые или рекомендованные вакцины, которые вы никогда не получали или не повторяли</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>н/п</li> </ul>
Беременны	<ul style="list-style-type: none"> <li>вакцина против столбняка, дифтерии и коклюша (Tdap) <b>специально для защиты от коклюша</b></li> <li>вакцина против инфлюэнцы (гриппа)</li> <li>вакцина против COVID-19</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>вакцина против гепатита В</li> <li>вакцина против гемофильной инфекции (<i>Haemophilus influenzae</i>) типа b (Hib)</li> <li>вакцина против гепатита А</li> <li>менингококковая вакцина</li> <li>пневмококковая вакцина</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>любые живые вакцины</b>, такие как вакцина против кори, эпидемического паротита и краснухи (MMR) и вакцина против ветряной оспы</li> </ul> <p>(см. дополнительную информацию в разделе <b>«Живые и неживые вакцины»</b> этого информационного бюллетеня)</p>

# Вакцины при беременности: что вам нужно знать



Вы...	Настоятельно рекомендуемые вакцины	Вакцины на ваше усмотрение	Вакцины, которые вам не следует получать
Беременны	<p><b>Примечание:</b> Эти вакцины следует получать при <b>каждой беременности</b> независимо от того, получали ли вы эти вакцины в прошлом.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• неживая вакцина против полиомиелита (полиовакцина)</li> <li>• неживая вакцина против брюшного тифа</li> <li>• вакцина против холеры и энтеротоксигенных кишечных палочек Escherichia coli (диареи путешественников)</li> </ul>	
Кормите грудью	<ul style="list-style-type: none"> <li>• н/п</li> </ul>	<p>Вы можете безопасно получить <b>любую из обычно рекомендуемых вакцин в Канаде</b>, если вы кормите грудью.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• вакцина против желтой лихорадки</li> <li>• пероральная вакцина против тифа</li> <li>• вакцина БЦЖ (бацилла)</li> <li>• Кальметт-</li> <li>• Герена)</li> <li>• вакцина против вируса Эбола</li> <li>• живая реплицирующаяся вакцина против оспы</li> </ul>

## Источники

Правительство Канады. (2023 г.) Вакцинация для поездок.  
<https://travel.gc.ca/travelling/health-safety/vaccines>



# Вакцины при беременности: что вам нужно знать



**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2022 г.) Канадское руководство по иммунизации. Основы иммунологии и вакцинологии.**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-1-key-immunization-information/page-14-basic-immunology-vaccinology.html>

**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2023 г.) Канадское руководство по иммунизации. Иммунизация лиц с ослабленным иммунитетом.**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-3-vaccination-specific-populations/page-8-immunization-immunocompromised-persons.html>

**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2023 г.) Канадское руководство по иммунизации. Вакцины против краснухи.**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/page-20-rubella-vaccine.html>

**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2023 г.) Канадское руководство по иммунизации. Вакцины против ветряной оспы (ветрянки).**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/page-24-varicella-chickenpox-vaccine.html>

**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2024 г.) Канадское руководство по иммунизации. Иммунизация при беременности и грудном вскармливании.**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-3-vaccination-specific-populations/page-4-immunization-pregnancy-breastfeeding.html>

**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2024 г.) Канадское руководство по иммунизации. Вакцины против COVID-19.**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/page-26-covid-19-vaccine.html>

**Агентство общественного здравоохранения Канады. (2024 г.) Канадское руководство по иммунизации. Респираторно-синцитиальный вирус (РСВ).**

<https://www.canada.ca/en/public-health/services/publications/healthy-living/canadian-immunization-guide-part-4-active-vaccines/respiratory-syncytial-virus.html>

**Всемирная организация здравоохранения. (2019 г.) Краснуха.**

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/rubella>