



ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋ, ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦਾ ਪਲਾਨ ਬਣਾ ਰਹੇ ਹੋ ਜਾਂ ਹੁਣੇ ਜਿਹੇ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਹੋਇਆ ਸੀ?

ਜਿਸ ਸਮੇਂ ਤੱਕ ਅਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਆ ਬਾਰੇ ਲੰਮੀ-ਮਿਆਦ ਦੇ ਡਾਟਾ ਦੀ ਉਡੀਕ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ, ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣ/ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵੇਲੇ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣਾ ਇੱਕ ਮੁਸ਼ਕਿਲ ਫ਼ੈਸਲਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਸਾਨੂੰ ਉਮੀਦ ਹੈ ਕਿ ਇਸ ਇੰਫੋਗ੍ਰਾਫਿਕਨਾਲ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵਾਲਾ ਫ਼ੈਸਲਾ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ, ਜੋ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਹੈ।

ਟੀਕਾ ਨਾ ਲੁਆਉਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ/ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਛੋਟੇ ਬੱਚੇ, ਜਿਹਨਾਂ ਨੂੰ ਕੋਵਿਡ-19 ਹੋ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਗੰਭੀਰ ਬਿਮਾਰੀ ਜਾਂ ਮੌਤ ਦਾ ਵੱਧ ਖ਼ਤਰਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਨਾਲ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਵਾਇਰਸ ਹੋਣ ਤੋਂ ਨਹੀਂ ਬਚਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਜਦਕਿ ਇਸ ਨਾਲ ਬੱਚਾ ਡਿਗਣ, ਮੋਇਆ ਬੱਚਾ ਜੰਮਣ, ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਬੱਚਾ ਹੋਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੌਕਾ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਇੰਟੈਨਸਿਵ ਕੇਅਰ ਯੂਨਿਟ (NICU) ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਕਰਾਉਣ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਟੀਕਾ ਨਮੂਨੀਆ (ਫੇਫੜਿਆਂ ਦੀ ਸੋਜ਼ਸ਼) ਹੋਣ, ਹਸਪਤਾਲ ਵਿੱਚ ਭਰਤੀ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ, ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਾਹ ਲੈਣ ਦੀ ਮਸ਼ੀਨ ਦੀ ਲੋੜ ਜਾਂ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਮਰਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਕੇ ਨੂੰ ਵੀ ਘੱਟ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਂਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਸਰੀਰ ਐਂਟੀਬਾਡੀਜ਼ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜੋ ਕੋਵਿਡ-19 ਕਰਕੇ ਬਿਮਾਰ ਹੋਣ ਤੋਂ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਰਾਖੀ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ, ਇਸ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪੜਾਅ 'ਤੇ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚਲੇ 100,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਰਭਵਤੀ ਲੋਕਾਂ ਅਤੇ ਦੁਨੀਆ ਭਰ ਤੋਂ ਹੋਰ ਹਜ਼ਾਰਾਂ ਲੋਕਾਂ ਤੋਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕੀਤੇ ਗਏ ਸਬੂਤ 'ਤੇ ਅਧਾਰਤ ਹੈ।

ਸਿਹਤ ਪੇਸ਼ੇਵਾਰਾਨਾ ਗਰੁਪਾਂ* ਨੇ ਗਰਭਵਤੀ, ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣ/ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣ ਵੇਲੇ ਪੁਰਜ਼ੋਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਦੀ ਸਿਫ਼ਾਰਸ਼ ਕੀਤੀ ਹੈ। ਇਹ ਲਾਭ, ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਜੋਖਮਾਂ ਤੋਂ ਕਿਤੇ ਵੱਧ ਹਨ।

* Society of Obstetricians & Gynaecologists of Canada (SOGC), Public Health Agency of Canada (PHAC), College of Family Physicians of Canada (CFPC), Canadian Association of Midwives (CAM), National Advisory Committee on Immunization (NACI)



ਕੀ ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਮੇਰੇ ਲਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਟੀਕੇ ਦੇ ਮਾੜੇ-ਅਸਰਾਂ ਵਿੱਚ ਟੀਕੇ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਪੀੜ, ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਲਾਲਗੀ, ਬੁਖਾਰ, ਥਕੇਵਾਂ, ਸਿਰ-ਪੀੜ, ਪੱਠਿਆਂ ਵਿੱਚ ਪੀੜ, ਉਲਟੀ/ਦਸਤ ਅਤੇ ਜੋੜਾਂ ਦੀ ਪੀੜ ਸ਼ਾਮਿਲ ਹੈ। ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਗਰਭਵਤੀ ਔਰਤਾਂ/ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਇਹਨਾਂ ਲੱਛਣਾਂ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਗੰਭੀਰਤਾ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਇਕੋ ਜਿਹੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਨਾਲ ਗਰਭਪਾਤ ਹੋਣ ਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਜੋਖਮ ਨਹੀਂ ਵਧਦਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬਦਸੂਰਤ ਬੱਚਾ ਨਹੀਂ ਜੰਮਦਾ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਜਾਂ ਬੱਚੇ ਲਈ ਕੋਈ ਹੋਰ ਜੋਖਮ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ।

ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਖ਼ਤਰੇ ਵਾਲੀ ਅਲਰਜੀ ਦੇ ਪ੍ਰਤੀਕਰਮ, ਮਾਇਓਕਾਰਡੀਟਿਸ ਅਤੇ ਪੈਰੀਕਾਰਡੀਟਿਸ (ਦਿਲ ਦੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦੀ ਸੋਜਸ਼ ਜਾਂ ਦਿਲ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਦੀਆਂ ਪਰਤਾਂ), ਖੂਨ ਦੇ ਥੱਕੇ ਅਤੇ ਪੱਠਿਆਂ ਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ ਜਾਂ ਪਾਸਾ ਮਾਰਿਆ ਜਾਣਾ, ਬਹੁਤਾ ਕਰਕੇ ਕਦੀ-ਕਦਾਈਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਵਰਗੀਆਂ ਗੰਭੀਰ ਪੇਚੀਦਗੀਆਂ।

ਜੇ ਮੈਂ ਟੀਕਾ ਲੁਆਇਆ ਹੈ, ਤਾਂ ਕੀ ਮੇਰੇ ਵਲੋਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਦੁੱਧ ਪਿਆਉਣਾ/ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾਉਣਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?

ਕੋਵਿਡ-19 ਦਾ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਦੁੱਧ ਪਿਆ/ਦੁੱਧ ਚੁੰਘਾ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਗਰਭ-ਅਵਸਥਾ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਇਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਟੀਕਾ ਲੁਆਉਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਇਨਸਾਨੀ ਦੁੱਧ 'ਤੇ ਹੋਏ ਅਧਿਅਨਾਂ ਤੋਂ ਪਤਾ ਚੱਲਿਆ ਹੈ ਕਿ ਇਨਸਾਨੀ ਦੁੱਧ ਰਾਹੀਂ ਟੀਕੇ ਦੀ ਬਹੁਤ ਹੀ ਮਾਮੂਲੀ ਮਾਤਰਾ (ਜੇ ਕੋਈ ਹੈ) ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

ਕੀ ਇਹ ਟੀਕਾ ਮੇਰੀ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੇ ਚੱਕਰਾਂ ਜਾਂ ਬੱਚਾ ਪੈਦਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ 'ਤੇ ਕੋਈ ਅਸਰ ਪਾਏਗਾ?

ਕੋਵਿਡ-19 ਦੇ ਟੀਕਿਆਂ ਨਾਲ ਮਾਹਵਾਰੀ ਦੀਆਂ ਮਿਆਦਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਵਿਚਕਾਰ ਇੱਕ ਜਾਂ ਦੋ ਦਿਨਾਂ ਦਾ ਵਾਧਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਖੂਨ ਨਿਕਲਣ ਦੀ ਬਣਤਰ ਵਿੱਚ ਮਾਮੂਲੀ ਤਬਦੀਲੀ ਲਿਆ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਹਾਲਾਂਕਿ, ਇਹ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਟੀਕਾ ਲੱਗਣ ਤੋਂ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੱਕ ਹੀ ਰਹਿੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਇਸ ਗੱਲ ਦਾ ਕੋਈ ਸਬੂਤ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਟੀਕਾ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਵੀ ਬਾਂਝ ਕਰ ਦਿੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣ ਦੇ ਤੁਹਾਡੇ ਮੌਕਿਆਂ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਦਾ ਹੈ।