

Alameda Alliance for Health Gusto naming maging malusog at ligtas ka at ang iyong sanggol



Mga Bakuna para sa Pagbubuntis na Malayo sa Sakit

Tiyaking magiging malusog ang iyong sanggol sa umpisa pa lang! Ang pagpapabakuna (na tinatawag ding immunization) ay isang ligtas na paraan para maprotektahan ka at ang iyong sanggol mula sa ilang mapaminsalang sakit.

BAGO ANG PAGBUBUNTIS

Magpabakuna bago mabuntis. Ito man ang una mong sanggol, o nagpaplano ka mang magkaanak ulit, tiyaking updated ang iyong mga bakuna para maprotektahan ka at ang iyong pamilya. Kausapin ang iyong doktor tungkol sa kung aling mga bakuna ang naaangkop sa iyo.

Kasama rito ang:

- MMR (tigdas, beke, rubella)
- Trangkaso (influenza) – Kapag available na ang bakuna
- Bulutong
- Hepatitis B
- COVID-19 – Bakuna at (mga) booster
- Iba pang bakunang inirerekomenda ng iyong doktor

Magandang balita! Kung hindi mo makukuha ang mga bakunang ito bago ka mabuntis, puwede mong kunin ang mga ito pagkatapos isilang ang iyong sanggol. Kung nakuha mo ang mga bakuna habang buntis ka, ipaalam ito sa iyong doktor.



SA PANAHOON NG PAGBUBUNTIS

Sa iyo umaasa ang iyong sanggol para sa pinakamahusay na proteksyon. Sa panahon ng pagbubuntis, mas malaki ang posibilidad na magdulot ang trangkaso at COVID-19 ng mga seryosong problema para sa iyo at sa iyong sanggol. Ang whooping cough ay puwede ring maging nakamamatay para sa mga bagong silang na sanggol.

Tanungin ang iyong doktor tungkol sa mga bakunang ito:

- Tdap (tetanus, diphtheria, at whooping cough) – Kunin nang maaga sa iyong pangatlong trimester, kahit nakuha mo na ito bago ka mabuntis
- Trangkaso – Kapag available na ang bakuna
- COVID-19 – Bakuna at (mga) booster

Ligtas kunin ang mga bakunang ito. Ang proteksyong makukuha mo sa mga bakunang ito ay maipapasa sa sanggol sa iyong sinapupunan. Makakatulong ito na protektahan ang iyong sanggol hanggang sa tumungtong siya sa edad kung kailan puwede na siyang magpabakuna laban sa mga nasabing sakit.

Alam Mo Ba? Mapipili mo rin ang doktor ng iyong sanggol habang buntis ka. Magpaiskedyul ng pagpapatingin para makakuha ng payo ng eksperto sa mga bakuna para sa mga sanggol at higit pa. Çbago isilang ang iyong sanggol.



PAGKATAPOS ISILANG ANG SANGGOL

Balutin ng proteksyon ang iyong sanggol. Masyado pang bata ang mga bagong silang na sanggol para kumuha ng bakuna laban sa trangkaso at whooping cough. Bagama't napakahusay ng proteksyong maibibigay ng mga bakuna sa panahon ng iyong pagbubuntis, tiyaking kukunin mo ang anumang bakunang mapapalampas mo. Ligtas para sa iyo at para sa iyong sanggol na kumuha ng mga routine na bakuna habang nagpapasuso ka.

Para mas maprotektahan pa ang iyong sanggol:

- Ilayo ang iyong sanggol sa mga taong may sakit.
- Hilingin sa mga kapamilya, kaibigan, at tagapag-alaga na magpabakuna laban sa trangkaso at tiyaking updated sila sa iba pang bakuna, gaya ng para sa whooping cough at COVID-19.
- Ipaalala sa mga taong lumalapit sa iyong sanggol na regular na maghugas ng kamay.

SAAN MAGPAPABAKUNA

Posibleng nasa tanggapan ng iyong doktor ang (mga) bakunang kailangan mo. O posibleng nasa iyong parmasya ang mga bakuna. Kung kailangan mo ng tulong sa paghahanap ng mapupuntahan, tumawag sa iyong doktor o sa Departamento ng Mga Serbisyo sa Miyembro ng Alliance sa **1.510.747.4567**.

Para sa higit pang impormasyon:

- www.cdc.gov/vaccines/pregnancy
Magbasa pa tungkol sa mga bakuna at pagbubuntis.
- vaccines.gov
Maghanap ng mga lugar para sa pagpapabakuna laban sa COVID-19 at trangkaso na malapit sa iyo.

Kailangan ng higit pang suporta?

Tumawag sa Mga Programang Pangkalusugan ng Alliance

Lunes – Biyernes, 8 am – 5 pm

Numero ng Telepono: **1.510.747.4577**

Toll-Free: **1.855.891.9169**

Mga taong may problema sa pandinig at pagsasalita

(CRS/TTY): **711/1.800.735.2929**

www.alamedaalliance.org

ALAMEDA
Alliance
FOR HEALTH

HE_MBRS_IMMUNIZATIONS PREGNANCY 01/2023
HED BS-15 01/2023