

# 接種疫苗是個人選擇：

隨著越來越多的人接種疫苗和社區開放，個人安全規程也有所改變。

根據CDC(疾管局)，疫苗：

1. 能有效預防 COVID-19 疾病，尤其是重症和死亡。(CDC網頁) 包含對抗 Delta變異株。
2. 減少人們傳播 COVID-19 的風險。(CDC網頁)
3. 少部分百分比的人可能感染 COVID-19、出現症狀和疾病以及傳播 COVID-19。(請見以下的疫苗效力百分比)

疾管局(CDC)持續關注：

1. 疫苗對 COVID-19 病毒的新變種的有效性和保護的時效。
2. 疫苗如何保護免疫系統較弱的人，包括服用免疫抑制藥物的人。

近期疾管局(CDC)指示接種或尚未接種疫苗的所有人：

1. 在室內必須配戴口罩
2. 應注意有無 COVID-19 症狀及暴露於其環境中，如有任何症狀需檢測並待在家中避免與他人有所互動。

為了繼續照顧自己、接種疫苗和未接種疫苗的社區、免疫力低下的社區成員、兒童、嬰兒和無法接種疫苗的人，我們需要採取預防措施來保護彼此 特別是Delta變種異株的傳播。詳情請見”關於Delta變種異株須知”文件。The Maternal Coalition鼓勵社區：

1. 戴口罩：於公共場所配戴口罩及因應人們對自身安全的要求時配戴口罩。
2. 使用洗手液：使用乾洗手和/或經常用肥皂和水洗手至少 20 秒。
3. 消毒：消毒時常觸摸的區域和物品。
4. 在決定會見其他人、不戴口罩、旅行等時，請斟酌您和社區成員的整體安全。
  - 當群聚時，不要問每個人是否都接種了疫苗（這是私人醫療信息，人們有權力選擇是否披露），而要問人們是否願意戴口罩或不戴口罩、靠近、觸摸、想要擁抱等。
  - 考慮什麼是讓自己舒服的。
  - 在公共空間時保持謹慎、思慮周全和勤於溝通，有助於保護未接種疫苗的人和接種疫苗的人。
  - 無論是否接種了疫苗，與您的親人談談“安全”意味著什麼，考慮參加哪些社交聚會，生病時待在家裡等。
  - 為您的產後和哺餵支持可以依循以下的問題製作相關計劃，您可以接受多少人待在家裡？在嬰孩身邊不需要戴口罩？觸摸寶寶？
  - 為產後制定一個支持計劃，其中包括食物準備、辦理事務和採購日用品，與您愛的親人視訊電話和照片分享仍然可以是您生產和育兒旅程的一部分。

在此相關期間保持聯繫並獲得支持的方法，請瀏覽：  
[TheMaternalCoalition.org](https://www.thematernalcoalition.org)

The Maternal Coalition  
[info@thematernalcoalition.org](mailto:info@thematernalcoalition.org)

近期更新於2021年8月

附註：我們不是醫療專業人員，這不是醫療建議。

我們每天都在了解有關COVID-19和疫苗的更多信息，這是一個不斷更新的文件。請瀏覽我們的網站以獲取相關最新訊息。

# 懷孕和 COVID-19疫苗

隨時了解您的權利並且記住：  
您的身體，您的嬰孩，您的決定。



# 什麼是COVID-19疫苗?

目前,有三種FDA批准用於緊急使用授權的COVID-19疫苗。這些疫苗都沒有活的COVID-19病毒。

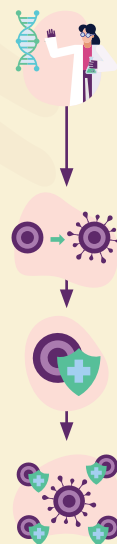
	<b>PFIZER</b>	<b>MODERNA</b>	<b>JOHNSON &amp; JOHNSON</b>
備註	數據顯示該疫苗有助於預防症狀、病症和嚴重疾病,疫苗是否可以阻止將病毒傳播給他人	數據顯示該疫苗有助於預防症狀、病症和嚴重疾病,且初步的證據顯示疫苗有助於阻止病毒的傳播。	數據顯示該疫苗有助於預防症狀、病症和嚴重疾病,且初步的證據顯示疫苗有助於阻止病毒的傳播。  50歲以下的女性需要注意接種此疫苗後可能出現血栓伴隨血小板低下的罕見風險。
疫苗種類	mRNA (詳情如下)	mRNA (詳情如下)	病毒載體疫苗(詳情如下)
劑量	2劑; 間隔21天	2劑; 間隔28天	1劑
效用*	注射2劑後,有95%預防COVID-19感染之效果。	注射2劑後,有94%預防COVID-19感染之效果。	66%有效預防中度至重度COVID-19感染。
年齡	12歲以上可注射	18歲以上可注射	18歲以上可注射
保護力	人們接受注射第二劑兩週後,被認為受到充分保護。	人們接受注射第二劑兩週後,被認為受到充分保護。	人們接受注射兩週後,被認為受到充分保護。  50歲以下的女性需要注意任何血栓合併血小板低的症狀。在接種疫苗後的三週內,請注意: <ul style="list-style-type: none"><li>嚴重或持續頭痛或視覺模糊</li><li>呼吸短促</li><li>胸痛</li><li>腿部水腫</li><li>持續腹痛</li><li>注射部位以外的皮膚容易出現瘀傷或細小血斑</li></ul> 如果出現一種或多種以上症狀,請立即就醫。

這三種疫苗的功效是不能比較的,只能在不同疫苗的臨床試驗中進行比較。

接種疫苗後,將進行15分鐘的暫留觀察有無不適反應。常見的副作用有注射部位周圍的肌肉疼痛、頭暈、疲勞、噁心、發燒、胃部不適。

有關疫苗及其影響的訊息仍在發展中,孕婦和/或哺乳人員請與您的照護提供者聯繫,以確認哪種疫苗最適合您。

## 這些疫苗是如何作用的



疫苗有RNA疫苗和病毒載體疫苗:

- RNA疫苗:將病毒的部分基因密碼已轉化為疫苗。
- 病毒載體疫苗:將經過修改的,無害的病毒(載體)轉化為疫苗。
- 這些不同的方法只是以不同的方式來做同一件事。過去,病毒載體疫苗已被用於其他疫苗。

一旦注射後,疫苗進入免疫細胞,並使他們產生冠狀病毒刺突蛋白(這些病毒刺突尖是病毒與細胞結合,並釋放其遺傳物質感染細胞的部分)。

人體的免疫系統透過產生抗體來反應,並激活T細胞,以破壞任何具有刺突蛋白的細胞。

如果病人在後來感染冠狀病毒,身體會利用已經產生的抗體和T細胞來對抗病毒。

## 懷孕和COVID-19疫苗

最近研究報告顯示,患有COVID-19的孕婦更有可能患嚴重疾病、住院甚至死亡。最近的數據顯示,COVID陽性的孕婦有更高風險容易出現早產和/或其他有害妊娠結果。

資料顯示懷孕期間接種疫苗的好處遠超過潛在風險。(CDC網頁) 雖然關於疫苗對集乳和哺乳的人影響的資料或結果有限,CDC仍然建議接種疫苗。孕婦及哺乳的人有資格接種疫苗,要查找您附近的疫苗接種點,請查看:[VACCITIES.GOV](https://www.vaccities.gov) 網站

由於醫療暴力的歷史,對於黑人和原住民而言不確定是否要接種疫苗是可以的。考慮什麼是

讓您和您的家人而言感到安全的。向您的健康照護提供者詢問問題以進行澄清、了解最新訊息並在決策過程中尋求支持人員的幫助。

## 請與您的健康照護者討論:

- ❓ 您接觸COVID-19對您和家人的風險程度,所需採取的預防措施等。
- ❓ 有關疫苗的知識:它對您的保護程度,已知的副作用以及有關疫苗和懷孕相關的訊息。

“對於孕婦來說,接種疫苗是個人的選擇”

“正在母乳哺育的人...或許可以選擇接種疫苗。”

- CDC網頁

