

# কোভিড-19 ভ্যাকসিন, গর্ভাবস্থা, এবং স্তন্যপান:

কোভিড-19 ভ্যাকসিন এখন 12 বছর এবং তার বেশি বয়সী সকলকে সুপারিশ করা হয়। এর মধ্যে যারা গর্ভবতী, স্তন্যপান করান বা যারা মা হওয়ার চেষ্টা করছেন তারাও রয়েছেন। আপনার নিশ্চয় এই নতুন সুপারিশ সম্পর্কে কিছু প্রশ্ন রয়েছে, এবং আমরা সেগুলির উত্তর দেওয়ার জন্য প্রস্তুত!

**যদি আমি গর্ভবতী হই তাহলে কোভিড-19 ভ্যাকসিন নেওয়া আমার জন্য জরুরী কেন?**

কোভিড-19 একটি ভয়াবহ ভাইরাস, বিশেষ করে গর্ভবতী মহিলাদের জন্য। আপনি যদি গর্ভবতী বা সম্প্রতি গর্ভবতী হন এবং আপনার কোভিড-19 হয়, তাহলে আপনার সম্ভাবনা বেশি:

- কোভিড-19 থেকে গুরুতর অসুস্থ হওয়া এবং চিকিৎসার জন্য হাসপাতালে যাওয়ার প্রয়োজন
- সময়ের আগে আপনার সন্তানের জন্ম দেওয়া (অনেক আগে)
- গর্ভপাত (গর্ভাবস্থা নষ্ট হয়ে যাওয়া)

কোভিড-19 হয়েছে এমন ব্যক্তি যিনি খুবই অসুস্থ তাঁর মৃত্যু পর্যন্ত ঘটতে পারে। কোভিড-19 এর নতুন ডেল্টা ভেরিয়েন্ট অন্যদের কাছে আরও সহজে ছড়িয়ে পড়ে এবং আরও গুরুতর অসুস্থতার কারণ হতে পারে। এই কারণেই গর্ভবতী থাকাকালীন আপনার ভ্যাকসিন নেওয়া এবং আপনার চারপাশের লোকদের ভ্যাকসিন দেওয়া এত গুরুত্বপূর্ণ।

**কোভিড-19 ভ্যাকসিন কি গর্ভবতী মহিলাদের জন্য নিরাপদ?**

এই ভ্যাকসিনটি সুরক্ষিত এবং দারুণ কাজ করে গর্ভবতী মহিলাদের কোভিড-19 থেকে রক্ষা করার জন্য। এটি আপনাকে সত্যিই গুরুতর হওয়া এবং আপনার গর্ভাবস্থায় কোভিড-19 সম্পর্কিত সমস্যার সম্মুখীন হওয়া থেকে বিরত রাখতে কার্যকরী।

**আমি শুনেছি যে কোভিড-19 ভ্যাকসিন নিলে গর্ভপাত হতে পারে। এটি কি সত্যি?**

না। কোভিড-19 ভ্যাকসিনের ফলে গর্ভপাত হয় না। গর্ভবতী মহিলারা যারা ভ্যাকসিন নিয়েছেন তাদের গর্ভপাত হওয়ার কোন সম্ভাবনা নেই। গবেষণায় দেখা গেছে যে গর্ভবতী ব্যক্তিদের গর্ভাবস্থায় যে কোনও সময়ে যাদের ভ্যাকসিন দেওয়া হয়েছিল তাদের জন্য ভ্যাকসিনটি নিরাপদ ছিল।

**আমি যদি স্তন্যপান করাই তাহলে কি আমি ভ্যাকসিনটি পাব?**

হ্যাঁ। যদি আপনি স্তন্যপান করান তাহলেও ভ্যাকসিনটি পাবেন। ভ্যাকসিন আপনার শরীরকে অ্যান্টিবডি তৈরি করতে সাহায্য করবে, এটি ভাইরাসের সঙ্গে লড়াই করবে ও আপনাকে অসুস্থ হওয়া থেকে রক্ষা করবে। যারা ভ্যাকসিন

নিজেকে এবং আপনার শিশুকে কোভিড-19 থেকে রক্ষা করার সর্বোত্তম উপায় হল ভ্যাকসিন নেওয়া। আপনার আরও প্রশ্ন থাকলে আপনার CHN পুষ্টিবিদের সাথে কথা বলুন!