

19.56x28.3	1/3	עמוד 30	הורים וילדים	15/11/2017	61026895-7
בית חולים מאיר - 81205					



רפואת משפחה

פרופ' טל בירון-שנטל

היריון ושבועת

חיסון נגד שפעת מפחית באופן משמעותי תחלואה ותמותה אימהית משפעת. אימהות שמקבלות את החיסון סובלות פחות גם מתחלואה אחרת של דרכי נשימה עליונות ותחלואה ממחלות ויראליות נוספות. הנוגדנים שנוצרים בדם האם בעקבות החיסון בהיריון, חוצים שליה ומגיעים אל מערכת הדם של היילוד כך שהם ממשיכים להגן עליו במשך חודשים אחרי הלידה

היריון מעלה משמעותית את הסיכון לתמותה אימהית משפעת. מחקרים אפידמיולוגיים מצאו כי הסיכון לתמותה אימהית משפעת גבוה במיוחד בשליש השלישי של ההיריון ובחודש הראשון לאחר הלידה. בארה"ב, כחמישה אחוזים ממקרי התמותה משפעת הם של נשים הרות. בהשפעת ההיריון וההורמונים המשתנים, המערכת החיסונית של נשים הרות, מתמודדת פחות טוב עם זיהומים ולכן הן מצויות בסיכון גבוה לפתח סיבוכים של שפעת, למשל דלקת ריאות. ההיריון המתפתח מהווה עומס על גוף ההרה. העומס מתבטא במערכות שונות, גם במערכת הנשימה ולכן במצבים של זיהום המערב את דרכי הנשימה ואת הריאות, הרות עלולות לפתח מצוקה נשימתית. בכל שנה, בעונת השפעת אנו מטפלים בהרות שחלו בשפעת על סיבוכיה. חלקן נזקקות לאשפוז ואף לטיפול נמרץ ותמיכה נשימתית.

שפעת נגרמת על ידי נגיפים (וירוסים) התוקפים את מערכת הנשימה. קיימים זנים שונים של וירוס השפעת ולא בכל שנה המחלה נגרמת בדיוק מאותם זנים. לכן, מידת ההתפשטות של המחלה וחומרתה שונות בין השנים. כמה ימים לאחר ההרבה בוירוס פורצת המחלה. לא כל הצטננות היא שפעת. הצטננות שאינה שפעת, מתאפיינת בנזלת, לרוב צלולה, התעטשות וכאבי גרון. תתכן גם עליית חום קלה מלווה בעייפות וחולשה. שפעת מלווה בחום גבוה, כאבי שרירים, חולשה משמעותית, עייפות וכאבי ראש. אצל צעירים ובריאים, לרוב הגוף מתגבר על המחלה בעזרת המערכת החיסונית ואחרי כמה ימים של הרגשה כללית רעה - המחלה חולפת מעצמה. שפעת במהלך ההיריון נוטה להיות קשה יותר ועלולה להיות מסוכנת לאם ולעובר. סיכון מוגבר לחלות בשפעת בהיריון קיים אצל הרות עם משקל עורף, אנמיה או אסטמה.



היריון מעלה משמעותית את הסיכון לתמותה אימהית משפעת. מחקרים אפידמיולוגיים מצאו כי הסיכון לתמותה אימהית משפעת גבוה במיוחד בשליש השלישי של ההיריון ובחודש הראשון לאחר הלידה

צילום: שאטרוטו710

27.53x30.1	2/3	עמוד 31	הורים וילדים	15/11/2017	61026908-2
בית חולים מאיר - 81205					



19.63x27.49	3/3	עמוד 32	הורים וילדים	15/11/2017	61026909-3
בית חולים מאיר - 81205					

רפואת משפחה



בנוסף להגנה שמספק החיסון לאם ולעובר במהלך ההיריון, הוא ממשיך להגן על הרך הנולד בחודשים הראשונים לחייו. מערכת החיסון של היילוד עדיין לא מפותחת דיה ולכן יילודים חשופים יותר להדבקה ולתחלואה קשה בחשיפה לזיהומים שונים. הנוגדנים שנוצרים בדם האם בעקבות החיסון בהיריון, הוצים שליה ומגיעים אל מערכת הדם של היילוד כך שהם ממשיכים להגן עליו במשך חודשים אחרי הלידה. אצל יילודים ותינוקות רכים, מחלת השפעת עלולה לגרום לסיבוכים הרי אסון כך שמניעה של המחלה בגילאי הינקות חשובה ביותר.

באשר לסוגיית הבטיחות של החיסון לשפעת בהיריון: עבודות רבות לא מצאו עליה בסיבוכים או סיכונים בקרב הרות שחוסנו כנגד שפעת בהשוואה לכלל האיכוסיה או להרות שלא חוסנו.

אין לטפל במקרה של שפעת בזמן היריון?

בין אם חוסנה כנגד שפעת ובין אם לא, כל אישה הרה המפתחת חום מעל 38 מעלות צלסיוס או סימפטומים אחרים של מחלת השפעת, צריכה להיבדק ע"י רופא בהקדם.

יש חשיבות להורדת החום בעזרת תרופות כמו אקמול או אופטלגין הנחשבות לבטוחות לשימוש בהיריון. לא מומלץ להשתמש בתכשירים מקבוצת NSAIDs (non-steroidal anti-inflammatory drugs), על אף היותם יעילים להורדת חום ולשיכוך כאבים, יש להם תופעות לוואי עובריות ולכן השימוש בהם בהיריון צריך להיות מבוקר ומוגבל. חשוב להקפיד על שתיה ועל מנוחה שכן התייבשות מעלה סיכון להתפתחות של צירים מוקדמים ולידה מוקדמת ואינה בריאה לעובר המתפתה.

בשנים האחרונות עלתה המודעות לסיכון הרב של שפעת עבוד נשים הרות וההמלצה המקובלת כיום בעולם המערבי, להתחיל טיפול אנטיביוטי בטימפלו (75 מ"ג פעמיים ביום למשך חמישה ימי טיפול), לכל הרה עם סיכון לשפעת על סמך הסתמנות קלינית ועוד טרם אישור האבחנה שכן טיפול מוקדם יעיל יותר למניעת הסיבוכים הנלווים של שפעת בהיריון.

על אף ההתקדמות של הרפואה והיכולת להתמודד גם עם מחלות קשות, רפואה נכונה וטובה היא בראש וראשונה רפואה מונעת. לכן יש חשיבות רבה למודעות גבוהה ולמניעה בעזרת חיסון נגד שפעת – מניעה יעילה ובטוחה של המחלה וסיבוכיה בהיריון! ■

קיימים דיווחים גם על סיבוכים משמעותיים נוספים של שפעת הכוללים דלקת בשריר הלב, דלקת ברקמת המה ואף מצב של הלם ספטי בו לחצי הדם יורדים באופן משמעותי, מצב העלול להוביל לפגיעה רב מערכתית.

כמו כן, חום אימהי עלול להוביל למצוקת עובר. במקרים חריגים, אפילו עד כדי צורך לילד את העובר מוקדם מן הרצוי ולחשוף אותו לסיבוכי פגות.

על פי חלק מהעבודות, השיפה לשפעת במהלך ההיריון, מעלה סיכון למומים אצל העובר כגון: שפה שסועה, מומי לב ומומים במערכת העצבים המרכזית. בספרות המקצועית קיימים תיאורים הקושרים בין שפעת בהיריון לבין הפרעות שונות הקשורות להתפתחות המוח כגון אוטיזם והפרעה דו-קוטבית. בנוסף, עלולה השפעת לגרום להאטה בצמיחת העובר ברחם וכן ללידה מוקדמת על רקע התפתחות זיהום וצירים או על רקע מצוקה נשימתית אימהית אשר מפחיתה את רמות החמצן שמגיעות אל העובר ומובילה למצוקת עובר.

אין תמנעו משפעת?

כדי להימנע מהסיבוכים של שפעת, רצוי לנסות ולהימנע מהמחלה עצמה:

- לאזן היטב מחלת אסטמה אם קיימת
- לשמור על תזונה נכונה עתירת ויטמינים, בעיקר ויטמין C (מצוי בפירות הדר, עגבניות, קיווי) וברזל כדי להימנע מאנמיה בהיריון
- לאוורר היטב את הבית
- לרחוץ ידיים לאחר מגע בנוזלי גוף
- להימנע ממגע קרוב עם אנשים עם מחלות בדרכי הנשימה
- לקבל חיסון נגד שפעת – זו אולי ההמלצה החשובה ביותר ועליה חשוב להרחיב את הדיבור

בכל שנה, ארגוני הבריאות מאתרים את הזנים שיובילו לשפעת בעונה הקרוב ומכינים חיסון ייעודי כנגדם. החיסון מכיל נגיפים מומתים ומומלץ בהיריון בכל שבוע, לכל הרה בעונת החיסונים. החיסונים ניתנים בתקופת הסתיו, לפני עונת השפעת.

חיסונים בכלל ובהיריון בפרט, מהווים מזה שנים כר נרחב לדיון ציבורי באשר לייעילותם ולבטיחותם.

הספרות המקצועית בחנה את הנושא בעבודות מחקר רבות על אוכלוסיות נרחבות לאורך תקופות ממושכות והמסקנה הנחוצת נכון להיום: יתרונות החיסון כנגד שפעת עולים על הסרונותיו והוא מומלץ על ידי ארגוני הבריאות הבינלאומיים.

החיסון הוכח כמפחית באופן משמעותי תחלואה ותמותה אימהית משפעת. אימהות שמקבלות את החיסון סובלות לא רק משפעת, אלא גם מתחלואה אחרת של דרכי נשימה עליונות ותחלואה ממחלות ויראליות נוספות, כנראה בעקבות השפעה מיטבית על התגובה החיסונית. הן אף נזקקות לפחות אשפוזים במהלך ההיריון.

החיסון כנגד שפעת משפר תוצאות היריון גם מבחינה עוברית – פחות לידות מוקדמות, פחות תמותה של עוברים ברחם על רקע זיהום, פחות הפלות ושיפור במשקלי הלידה.