

म गर्भवती हूँ । के मैले कोभिड* को खोप लगाउनुपर्छ ?

(I'm pregnant.
Should I get a COVID* vaccine?-Nepali)

* यहाँ दिइएका जानकारी फाइजर (Pfizer) र मडर्ना (Moderna) का कोभिड-१९ (COVID-19) का खोपहरूबारे हुन् । यिनीहरूलाई एम'आरएनए (mRNA) खोप पनि भनिन्छ ।

धेरै मानिसहरूका लागि, जाँतेसक्दो चाँडो कोभिडको खोप लगाउनु सबैभन्दा सुरक्षित विकल्प हो ।

यद्यपि, यी खोपहरू गर्भवती र स्तनपान गराउनेहरूमा परीक्षण गरिएको छैन ।

तलको जानकारीले तपाईंलाई गर्भवती हुँदा वा गर्भवती हुन चाहिरहेका बेलामा एम'आरएनए कोभिड खोप लिने वा नलिने भन्नेबारे एउटा जानीबुझी गरिने विकल्प चयन गर्न सघाउनेछ ।

तपाईंका विकल्पहरू:

यो उपलब्ध हुने बित्तिकै कोभिडको खोप
लगाउनु

गर्भावस्थामा लगाउने खोपहरूबारे बढी
जानकारीका लागि कुर्नु

एम'आरएनए खोप लगाउँदा के के फाइदा हुन्छन् ?

१. कोभिड खतरनाक छ । यो गर्भवतीलाई अझ जोखिमपूर्ण हुन्छ ।

- कोभिडको बिरामीहरू जो गर्भवती हुनुहुन्छ, उहाँहरू सघन उपचार कक्ष (intensive care unit; ICU) वा भेन्टिलेटर (ventilator) मा पुग्ने संभावना गर्भधारण नगरेकाको तुलनामा ५ गुणा बढी हुन्छ ।^१
- कोभिडबाट गम्भीर बिरामी भएका गर्भवतीबाट महिना नपुगी बच्चा जन्मनु धेरै सामान्य हुनसक्छ ।^२
- कोभिडका कारण गर्भधारण नगरेको मानिसको तुलनामा उही उमेरका गर्भवतीहरूको निधन हुने संभावना धेरै हुन्छ ।^{३,४}

२. एम'आरएनए कोभिडका खोपहरूले करिब ९५% कोभिड संक्रमणहरूबाट रोकथाम गर्छन् ।

- जसरी कोभिड संक्रमणहरू हाम्रो समुदायहरूमा बढ्दै जान्छ, तपाईंलाई कोभिड हुने जोखिम त्यत्तिकै बढ्छ ।
- खोप लगाउनाले तपाईंलाई कोभिडबाट बचाउनेछ र तपाईंको परिवारजस्ता तपाईंको वरपर रहने व्यक्तिलाई कोभिड सर्न नदिन सहयोग पुग्न सक्छ ।

३. एम'आरएनए कोभिडका खोपहरूले तपाईंलाई कोभिड सार्दैनन् ।

- यी खोपहरूमा जीवित भाइरसहरू हुँदैनन् ।^५
- यी खोपहरूमा गर्भवती वा भ्रूणका लागि हानिकारक मानिने सम्मिश्रित वस्तुहरू समावेश छैनन् ।
- धेरै खोपहरू नियमित रूपमा गर्भावस्थामा दिइन्छन् र सुरक्षित छन् (उदाहरण: धनुषंकार, भ्यागुते रोग, र फ्लू) ।

यी खोपहरूले कसरी काम गर्छन् भन्ने थप जानकारी पृष्ठ ५ मा फेला पार्न सकिन्छ ।

एम'आरएनए कोभिडको खोप लगाउँदाका जोखिमहरू के के हुन् ?

१. यी कोभिडका खोपहरू अझै गर्भवतीहरूमा परीक्षण गरिएका छैनन् ।

- यी कोभिडका खोपहरू ४०,००० मानिसमा परीक्षण गरिएका छन्, र खोपसम्बन्धी कुनै गम्भीर प्रतिकूल असरहरू देखिएनन् ।
- खोपहरूले गर्भवती व्यक्तिहरूमा पनि काम गर्छन् वा गर्दैनन् कि भन्ने हामीलाई थाहा छैन किनभने उहाँहरूले गर्भधारण नभएका / नहुने मानिसमा परीक्षण गर्नुभएको थियो ।
- फरक खाले प्रतिकूल असरहरू वा गर्भ तुहुने वा भ्रूणमा असामान्य जोखिममा वृद्धि हुने जस्ता गर्भावस्थामा विशिष्ट दुष्प्रभावहरू छन् वा छैनन् भन्ने हामीलाई थाहा छैन ।
- मडनाको खोपलाई गर्भावस्थामा यसका असरहरू बुझ्न पोथी मुसाहरूमा परीक्षण गरिएको थियो । महिला प्रजनन क्षमता वा भ्रूण विकासमा कुनै महत्त्वपूर्ण नकारात्मक असरहरू देखिएनन् ।
- केही महिला खोप अध्ययनका क्रममा गर्भवती भए । यीमध्ये १८ महिला खोप समूहमा थिए, र दुई महिनापछि कसैको पनि गर्भपतन भएन । सान्त्वना दिलाउने औषधी दिएको समूह (placebo group) मा सत्र महिलाहरू थिए, जो गर्भवती भए, र दुई महिनापछि उनीहरूमध्ये दुईजनाको गर्भ तुह्यो । (सामान्यतया, १०-२०% गर्भधारण गर्भ तुहेर सकिन्छ) ।
- यी अध्ययनहरू अझै भइराखेको हुनाले यी महिलाहरूको बाँकी गर्भावस्था कसरी बित्यो भन्ने हामी जान्दैनौं ।

२. खोप लगाउने व्यक्तिहरूमा संभवत केही प्रतिकूल असरहरू हुनेछन् ।

- धेरै मानिसहरूमा देखिएका लक्षणहरू उहाँहरूको प्रतिरोधात्मक क्षमताको सामान्य जबाफी-क्रियाका कारण थिए । धेरैजसो देखिएका लक्षणहरू निम्न रहे: ^६
 - सुई लगाएको ठाउँमा असरहरू, जस्तो: पाखुरामा घाउ लागेजस्तो दुखाइ (~८४%)
 - थकावट (~६२%)
 - टाउको दुख्ने (~५५%)
 - मांसपेसी दुखाइ (~३८%)
 - कामजरो (~३२%)
 - जोर्नी दुखाइ (~२४%)
 - ज्वरो (~१४%)
- खोप लगाउने १०० जनामध्ये १ जनालाई उच्च ज्वरो (१०२ डिग्री फारेनहाइटभन्दा बढी) आउनेछ । गर्भ बसेको पहिलो तीन महिनामा आउने कडा खालको उच्च ज्वरोले भ्रूणमा असामान्यताहरू हुने वा गर्भपतनको खतरा बढाउन सक्छ । गर्भावस्थामा उच्च ज्वरो आए सिडिसी (CDC) ले टायलेनोल / एसिटामिनोफेन (Tylenol / acetaminophen) प्रयोग गर्न सिफारिस गरेको छ । एउटा अर्को विकल्प भनेको पहिलो तीन महिनापछिसम्मका लागि कोभिडको खोप लगाउन ढिलो गर्नु (कुर्नु) पनि हो ।

विज्ञहरू के सिफारिस गर्नुहुन्छ ?

कोभिड जोखिमपूर्ण र सजिलै फैलने भएकाले सिडिसीले भनेको छ- उमेर पुगेका मानिसहरूलाई कोभिड-१९ को एम'आरएनए खोप लगाउन सिफारिस गरिन्छ।^७

यद्यपि गर्भवतीमा कुनै अध्ययन नगरिएको हुनाले गर्भवतीका लागि कुनै स्पष्ट सिफारिसहरू छैनन्। यो नयाँ औषधीका लागि मानक हो र यस खोपको कुनै खास सरोकारका कारणले भने होइन।

मातृ-भ्रूण चिकित्सा समाज (Society for Maternal-Fetal Medicine) ले प्रत्येक गर्भवतीको कोभिड खोपहरूमा पहुँच हुनुपर्छ भनेर **दृढ रूपमा सिफारिस गरेको छ**। उहाँहरूले प्रत्येक व्यक्तिले आफ्ना व्यक्तिगत विकल्पबारे आफ्ना चिकित्सक वा प्रसव-उपचारकर्मी महिलासँग कुरा गर्न सिफारिस गर्नु भएको छ।^८

अमेरिकन कलेज अफ अब्स्ट्रिसियन्स एन्ड गाइनेकोलजिस्ट्स (American College of Obstetricians and Gynecologists) ले गर्भवतीलाई कोभिड खोपको स्वीकृति दिनबाट **रोक्नुहुन्न** भन्ने सिफारिस गरेको छ।^९

मलाई निर्णय गर्न सहायताका लागि मैले अरू के के विषयमा सोच्नुपर्छ ?

१

कोभिड तथा खोपबारे जतिसक्दो धेरै बुझ्नुभएको छ भन्ने पक्का गर्नुहोस्। तपाईंको प्रसव-उपचारकर्मी महिला वा चिकित्सक जस्ता एउटा विश्वासिलो स्रोतलाई सोध्नुहोस्। पृष्ठ ५ मा खोपसम्बन्धी बढी जानकारी छन्।

२

तपाईंको आफ्नो व्यक्तिगत जोखिमबारे सोच्नुहोस्।

तलका पङ्तिहरू हेर्नुहोस् र **तपाईंलाई** कोभिड हुने जोखिम (बायाँ) बारे सोच्नुहोस्। तपाईंको सुरक्षाबारे सोच्नुहोस् - के तपाईं सुरक्षित रहन सक्नुहुन्छ (दायाँ) ?

कोभिडबाट बिरामी हुने जोखिमहरू उच्च हुन्छन् यदि...

- तपाईं आफ्नो परिवारबाहेकका मानिससँग सम्पर्क भयो।
- तपाईं ३५ वर्षको वा सोभन्दा बढी हुनुहुन्छ।
- तपाईंको वजन बढी छ।
- तपाईंलाई अरू चिकित्सा समस्याहरू, जस्तो: मधुमेह, उच्च रक्तचाप, वा मुटुरोग छन्।
- तपाईं धूमपानी हो।
- तपाईं नश्ल वा जातिका रूपमा अल्पसंख्यकमा पर्नुहुन्छ, वा तपाईंको समुदायमा कोभिड संक्रमण दर उच्च छ।
- तपाईं स्वास्थ्य-सेवाकर्मी हुनुहुन्छ^{१०}

यदि तपाईं कोभिड हुने उच्च जोखिममा हुनुहुन्छ भने यो खोप लगाउनु सम्भवतः उचित हुन्छ।

यदि तपाईंकोभिडको उच्च जोखिममा हुनुहुन्न र ...

- तपाईं सँधै मास्क लगाउन सक्नुहुन्छ।
- तपाईं र तपाईंसँग बस्ने मानिसहरूले अरूबाट तपाईंको गर्भधारणको अवधिभर पारस्परिक (सामाजिक) कायम राख्न सक्नुहुन्छ।
- तपाईंको समुदायमा उच्च वा बढ्दो कोभिड संक्रमितहरू छैनन्।
- तपाईंलाई खोप आफैले धेरै त्रसित बनाउँछ जस्तो लाग्छ (तपाईंको कोभिड लाम्बुभन्दा पनि अज्ञात जोखिमहरूबारे धेरै चिन्तित हुनुहुन्छ)।
- तपाईंलाई खोपबाट गम्भीर खालको जबाफी-क्रिया भएको छ।

... अधिक जानकारी कुनै तपाईंका लागि उचित ठहर्न सक्छ।

स्तनपानका सम्बन्धमा चाहिँ के नि ?

मातृ-भ्रूण चिकित्सा समाज तथा स्तनपान चिकित्सा प्रतिष्ठान (Academy of Breastfeeding Medicine) ले खोपबाट स्तनपानको सुरक्षालाई असर गर्छ भनेर विश्वास गर्ने कुनै कारण नभएको जनाएको छ।^{६,११} खोपमा भाइरस छैन, त्यसैले तपाईंको नानीलाई संक्रमण हुने जोखिम छैन। एम'आरएनए सजिलै टुक्रिने खालको भएकाले खोपको कुनै भाग आमाको दूधमा प्रवेश गर्ने धेरै संभावना देखिँदैन।

जब हामी संक्रमित हुन्छौं वा खोप लगाउँछौं, तब संक्रमणसँग लड्न हाम्रो शरीरले रोग-प्रतिकारकहरू (antibodies) बनाउँछ। रोग-प्रतिकारकहरू आमाको दूधमा प्रवेश गर्न र त्यसपछि नानीमा पुग्न सक्छन् - र संक्रमणलाई रोक्न सहयोग गर्न सक्छन्।

सारांश

१. कोभिडले गर्भवतीहरूलाई उहाँहरूकै उमेरका गर्भधारण नगरेका मानिसको तुलनामा धेरै बिगार गर्ने देखिन्छ।
२. गर्भावस्थाका समयमा एम'आरएनए कोभिड खोप लगाउँदा हुने जोखिमलाई सामान्य मानिएको छ, तर पूर्ण रूपमा बुझिएको छैन।
३. तपाईंले कोभिड संक्रमण हुने विषयमा आफ्नो व्यक्तिगत जोखिममाथि विचार गर्नुपर्छ। यदि तपाईंको व्यक्तिगत जोखिम उच्च छ, वा तपाईंको समुदायमा कोभिडका संक्रमितको संख्या छ भने तपाईंले गर्भवती भएका बेला खोप लगाउनु संभवत उचित हुन्छ।
४. गर्भवती भएका बेला कोभिडको खोप लिने / नलिने तपाईंको इच्छा हो।

गर्भवती चिकित्सकहरू के के सोच्नुहुन्छ ?

हामीलाई गर्भावस्थाका बेला कोभिड भयानक हुनसक्छ भन्ने थाहा छ, र हामीलाई खोपमा भाइरस हुँदैन भन्ने थाहा छ। मेरो आफ्नो तेस्रो त्रैमासिक सुरु हुँदैछ र म यो रोगका लागि अग्र पङ्क्तिहरूमा काम गर्छु, त्यसैले मेरो विकल्प स्पष्ट छ, उहाँहरूले जतिसक्दो चाँडो दिन थाल्नुभयो भने खोप लिने पङ्क्तिमा अगाडी हुने मेरो इच्छा छ। (आकस्मिक कक्षमा काम गर्ने गर्भवती चिकित्सक)

म गर्भवती बिरामीहरूमा परीक्षण नै नगरिएको त्यस्तो केही लगाउन गइरहेकी छु भन्दा अलि हड्बडाएकी छु। एउटा खोपका विषयमा कुनै कुरा नहुँदा पनि सुरुवाती गर्भावस्था तनावपूर्ण समय हो। त्यसैले मैले अग्र पङ्क्तिमा काम गर्ने व्यक्तिका रूपमा खोप लगाउँदा वा नलगाउँदाका जोखिमहरू र फाइदाहरूबारे आफैले विचार गरेँ, मेरो जोडी (सहवासी), र मेरा चिकित्सकसँग छलफल गरेँ। यसरी मैले खोप लगाउनुपर्छ भन्नेमा हामी पुग्यौं। (आकस्मिक कक्षमा काम गर्ने गर्भवती चिकित्सक)

म ३४ हप्ताकी भएकी छु र म बच्चा जन्माएपछि खोप लिने कोसिस गर्दैछु, तर गर्भावस्थामा रोकदैछु। खोपको अध्ययनहरू गरिँदा गर्भवतीलाई सहभागी गराइएको थिएन, यसैबीचमा मैले काम गर्ने ठाउँमा कोभिडको बिरामी हेर्ने गरेकी छैन, त्यसैले यो दोस्रो लहरका बेला मेरो रोगसँगको सम्पर्क न्यून हुन्छ जस्तो लागेको छ। (गर्भवती चिकित्सक)

म अझै आफ्नो नानीलाई स्तनपान गराउँदैछु, र मलाई के लाग्छ भने मेरो नानी तथा अन्य बालबालिकार कोभिड भएकाका जोडी रोगीको सम्पर्कमा आउने जोखिम यो नयाँ खोपले सक्ने कुनै पनि सैद्धान्तिक रूपमा भनिएका जोखिमभन्दा धेरै बढी छ। मैले यो खोप लगाउने निर्णय गरेकी छु, जब यो उपलब्ध हुन्छ। (स्तनपान गराइरहेकी प्रसूति-स्त्रीरोग चिकित्सक)

के तपाईंसँग धेरै प्रश्नहरू छन् ? आफ्ना चिकित्सक वा प्रसव-उपचारकर्मी महिलालाई तपाईंको आफ्नो व्यक्तिगत निर्णयबारे कुरा गर्न फोन गर्नुहोस्।

यस उपायबारे विचारहरू ?

के यो निर्णय सहयोगी (decision aid) कामलाग्दो थियो ? कृपया थोरै समय लिएर हामीलाई उक्त

निर्णय सहयोगीबारे <https://is.gd/COVIDVac> मा गएर वा तलको क्यूआर कोड (QR code) स्क्यान गरेर प्रतिक्रिया दिनुहोस् । हामीलाई तपाईंको सहायता चाहिन्छ!



सिडिसीलाई खोपका विषयमा तपाईंको अनुभव भन्नुहोस्

यदि तपाईं खोप लिने निर्णय गर्नुहुन्छ भने तपाईंले खोप-सुरक्षित (V-safe) तको वेबसाइट तथा एपका निर्देशनहरू भएको "खोप-सुरक्षित जानकारीको पाना" (V-safe information sheet) पाउनुहुनेछ । दर्ता गर्नेबारे विचार गर्नुहोला ताकि हामीले भविष्यमा मानिसहरूलाई राम्रो सल्लाह दिन सकौं ।

एम'आरएनए कोभिडका खोपहरूबारे धेरै जानकारी

एम'आरएनए कोभिडका खोपहरूले कसरी काम गर्छन् ?

- फाइजर र मडर्नाका कोभिडका खोपहरू एम'आरएनए खोप (म्यासेन्जर आरएनए) हुन् ।
- एम'आरएनए नयाँ होइन - हाम्रो शरीर यसले भरिएको छ । एम'आरएनए खोपहरूमा गएका दुई दशकहरू अध्ययन गरिएको छ ।
- एम'आरएनए खोपहरूले भाइरसहरूले कसरी काम गर्छन् भने देखासिकी गर्छन् । एम'आरएनए एउटा खाना बनाउने विधिको कार्ड जस्तै हो, जुन तपाईंको शरीरमा जान्छ र छोटो समयका लागि एउटा विधि बनाउँछ । उक्त विधि भाइरसको सानो भागका लागि हो (स्पाइक प्रोटीन: भाइरसलाई काम गर्न सजिलो पार्ने प्रोटीनको प्रकार) ।
- जब यो स्पाइक प्रोटीन कोषहरूबाट निस्कन्छ, शरीरले यसलाई बाह्य-तत्त्वका रूपमा चिन्छ र प्रतिरक्षा प्रणालीले जबाफी-क्रिया गर्छ । यही प्रतिरोधात्मक क्षमताले प्रतिकूल असरका लक्षणहरू (जस्तै: दुखाइ र ज्वरो) निम्त्याउँछ, तर प्रतिरक्षा सुधारछ ।
- एम'आरएनए चाँडै टुक्रिन्छ, त्यसैले यो छोटो समयका लागि मात्र रहन्छ ।
- यो यसो भनी न रूघाका भाइरसले जस्तै अन्य भाइरसहरूले काम गर्छन् - भाइरसहरूले आफ्ना प्रोटीनहरू बनाउन हाम्रो शरीर र कोषहरूलाई प्रयोग गर्छन् । त्यसपछि हाम्रो प्रतिरक्षा प्रणालीले हामीलाई स्वस्थ राख्न ती प्रोटीनहरूमा आक्रमण गर्छ ।
- कुनै तरिकाले पनि खोपका कारण मानिसलाई कोभिड हुँदैन ।⁴

अनुसन्धानले के देखाएको थियो ?

फाइजर र मडर्ना एम'आरएनए खोप परीक्षणहरू प्रत्येकमा ३०,००० भन्दा बढी मानिस थिए (जसमा सान्त्वना दिलाउने औषधी पाउने पनि रहे) र खोपले मानिसलाई कोभिड सर्ने र गम्भीर कोभिड हुने सम्भावना कम गरेको देखाएको छ । प्रत्येक अध्ययनमा १५,००० भन्दा बढी व्यक्तिलाई खोप दिइयो र १५,००० भन्दा बढी मानिसहरूलाई लवणयुक्त पानीको सुई (सान्त्वना दिलाउने औषधी) दिइयो ।

- एउटा खुराक लगाएपछि खोप ५० प्रतिशत प्रभावकारी देखिन्छ । २ खुराकहरूपछि दुवै खोपहरू करिब ९५ प्रतिशत प्रभावकारी छन् ।
- अर्को भाषामा भन्ने हो भने सान्त्वना दिलाउने औषधी पाउने समूहमा कोभिड पाउने १०० मानिसमध्ये एम'आरएनए खोप समूहहरूमा मात्र ५ जनालाई कोभिड दिएको थियो ।

- दुवै एम'आरएनए खोप समूहहरूमा कोभिडका गम्भीर बिरामीको संख्या पनि घटेको थियो।
- सुरक्षामुखी कुनै गम्भीर चासोहरू थिएनन्।

प्रयोगको अभिप्राय: यो निर्णय सहयोगी कोभिड-१९ को खोप लगाउने विचार गरिरहनुभएका गर्भवतीहरू (र गर्भधारणको योजना बनाइरहेकाहरू) का साथै उहाँहरूका चिकित्सा-सेवा प्रदायकहरू, र उहाँहरूका साथीहरू तथा परिवारलाई प्रयोग गर्नका लागि हो। यसको निर्माण युनिभर्सिटी अफ म्यासच्युसेट्स मेडिकल स्कूल (University of Massachusetts Medical School) – बेस्टेट (Baystate) को शेर्यर्ड डिसिजन-मेकिङ्ग – गर्भावस्थामा कोभिडको खोप (Shared Decision-Making: COVID Vaccination in Pregnancy) का विषयमा कार्यरत समूहले गरेको हो। यो समूहमा प्रसूति / स्त्रीरोग, मातृ-भ्रूण चिकित्सा, शेर्यर्ड डिसिजन-मेकिङ्ग तथा जोखिम सञ्चार, आकस्मिक चिकित्सा, र वर्तमान कोभिड-१९ अनुसन्धानको क्षेत्रका विज्ञहरू हुनुहुन्छ। प्रश्नहरू भए डा. एलिजावेथ सोएनफल्ड (Dr. Elizabeth Schoenfeld) लाई Elizabeth.Schoenfeld@bhs.org मा इमेल गर्नुपर्नेछ। उक्त निर्णय सहयोगीको उपयोगिताबारे प्रतिक्रिया सर्वेक्षणका माध्यमबाट दिन सकिनेछ। (पृष्ठ ४ को लिङ्क हेर्नुहोस्)।



यो निर्णय सहयोगी अतिरिक्त अनुमति बिना पुनःनिर्माण तथा वितरण गर्न सकिन्छ। सयानिशा तथा रूसी भाषाका संस्करणहरू

<http://foamcast.org/COVIDvacPregnancy> मा उपलब्ध छन्।

सन् २०२० डिसेम्बर २८ मा अद्यावधिक गरिएको

१. डे'बोल्ट सिए (DeBolt CA), र अरू। गर्भधारण नगरेका महिलाको तुलनामा उमेर आदि मिल्दो गम्भीर वा संकटपूर्ण कोभिड-१९ भएका गर्भवती महिलाको संयुक्त रूपमा अस्वस्थता देखिने संख्या बढेको छ। एम जे ओब्स्टेट २०२० नोभेम्बर, विद्युतीय वस्तु सूचक (doi): [10.1016/j.ajog.2020.11.022](https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.11.022)
२. अधिकारी इएच, र अरू। गम्भीर सख्त श्वास-प्रश्वासका लक्षणहरूसहितको कोरोनाभाइरस २ संक्रमण भएका वा नभएका गर्भवती महिलामा देखिने परिणामहरू। जेएएमए नेटवर्क ओपन २०२० नोभेम्बर ३(११):e2029256
३. डि'मास्सिओ डी (DiMascio D), कोभिड-१९ मा डब्ल्युएपिएम (WAPM) को कार्यरत समूह। सार्स – कोरोनाभाइरस -२ (SARS-coV-2) संक्रमण भएका गर्भवती महिलाहरूको मातृ तथा प्रसव समयमा देखिने परिणामहरू। अल्ट्रासाउन्ड प्रसूति स्त्रीरोग। २०२० सेप्टेम्बर, विद्युतीय वस्तु सूचक: 10.1002/uog.23107.
४. सेन्टर्स फर डिजिज कन्ट्रोल एन्ड प्रिभेसन (Centers for Disease Control and Prevention)। अद्यावधिक: गर्भवती स्थितिद्वारा प्रयोगशाला पुष्टि भएको सार्स – कोरोनाभाइरस-२ संक्रमण भएका प्रजनन-योग्य उमेरका लाक्षणिक महिलाहरूका लक्षणहरू - संयुक्त राज्य अमेरिका, जनवरी २२ – अक्टोबर ३, २०२०। नोभेम्बर २०२०: १-७।
५. अब्बासी जे. (Abbas J.)। कोभिड-१९ तथा एम'आरएनए खोपहरू – नयाँ सुगम्यता लागि पहिलो बृहत् परीक्षण। जेएएमए (JAMA)। २०२०;३२४(१२): ११२५-११२७। विद्युतीय वस्तु सूचक: 10.1001/jama.2020.16866
६. <https://www.fda.gov/media/144245/download>
७. <https://www.cdc.gov/vaccines/acip/recs/grade/covid-19-pfizer-biontech-etr.html> (सन् २०२० डिसेम्बर १४ मा प्रवेशित)
८. गर्भावस्थामा कोभिडको खोपसम्बन्धी एसएमएफएम (SMFM) को राय: <https://www.smfm.org/publications/339-society-for-maternal-fetal-medicine-smfm-statement-sars-cov-2-vaccination-in-pregnancy>
९. <https://www.acog.org/en/clinical/clinical-guidance/practice-advisory/articles/2020/12/vaccinating-Pregnant-and-Lactating-Patients-Against-COVID-19> (सन् २०२० डिसेम्बर १४ मा प्रवेशित)
१०. मुताम्बुदजी एम (Mutambudzi M), नियद्विदज सी (Niedwiedz C), म्याकडनल्ड इबी (Macdonald EB), र अरू। गम्भीर कोभिड-१९ को आक्रमण तथा जोखिम: १२० ०७५ संयुक्त अधिराज्य बायोबैंक सहभागीहरूको सम्भावित समूहगत अध्ययन। *व्यावसायिक तथा वातावरणिय चिकित्सा* अनलाइनमा पहिलोपटक प्रकाशित: ०९ डिसेम्बर २०२०। विद्युतीय वस्तु सूचक: 10.1136/oemed-2020-106731
११. <https://abm.memberclicks.net/abm-statement-considerations-for-covid-19-vaccination-in-lactation>