

Polish translation of:

Teenage immunisations for ages 14 to 18.

Szczepienia nastolatków w przedziale wiekowym 14 do 18 lat

Wstęp

Niniejszy informator przeznaczony jest dla młodzieży w wieku od 14 do 18 lat, oraz ich rodziców. Wyjaśniamy tu:

- jakie szczepionki podaje się nastolatkom, zwykle kiedy nadal chodzą do szkoły;
- dlaczego te szczepienia są potrzebne;
- jakie skutki uboczne mogą wystąpić.

Odpowiadamy tu także na niektóre najczęściej zadawane pytania dotyczące szczepień ochronnych.

Więcej informacji można uzyskać od pielęgniarki szkolnej, lekarza lub pielęgniarki z przychodni GP. Można także odwiedzić stronę www.immunisation.nhs.uk oraz www.dhsspsni.gov.uk/immunisation3

Dlaczego należy stosować szczepienia?

Dzięki krajowemu planowi szczepień ochronnych niektóre poważne choroby, takie jak tężec, błonica i choroba Heinego-Medina praktycznie zniknęły z terenu Zjednoczonego Królestwa. Jednak nawrót tych chorób jest nadal możliwy – panują jeszcze w Europie i na świecie. Dlatego też należy chronić się przed nimi. W UK niewielką liczbę zachorowań udaje się utrzymać dzięki wysokiemu odsetkowi szczepień.

Jak działa szczepienie?

Szczepionka zawiera niewielką część bakterii lub wirusów, które wywołują daną chorobę, lub też małą ilość związku chemicznego, produkowanego przez daną bakterię. Szczepionka stymuluje system odpornościowy organizmu do produkowania przeciwciał (czyli substancji, które zwalczają infekcje i choroby). W przypadku narażenia na infekcję, przeciwciała rozpoznają tę chorobę i będą chronić tę osobę.

Szczepionka Td/IPV

Szczepionka Td/IPV podawana w jednym zastrzyku, to dawka przypominająca szczepionki podawanej dzieciom na tężec (T), błonicę (d) i chorobę Heinego-Medina (IPV - inactivated polio vaccine).

Przed jakimi chorobami chroni Td/IPV?

Tężec

Tężec jest bolesną chorobą atakującą mięśnie, oraz wywołującą problemy z oddychaniem. Chorobę wywołują zarazki, które przenikają z ziemi lub nawozu do ciała przez rany otwarte i oparzenia. Tężec atakuje system nerwowy i może doprowadzić do śmierci. Nie można się nim zarazić od innej osoby.

Błonica

Błonica to poważna choroba, która może szybko spowodować problemy z oddychaniem. Może doprowadzić do uszkodzenia serca i układu nerwowego, a nawet, w poważnych przypadkach, wywołać śmierć. Zanim wprowadzono szczepienia na błonicę, w Irlandii Północnej notowano do 1500 przypadków zachorowań rocznie.

Choroba Heinego-Medina (Polio)

Chorobę Heinego-Medina wywołuje wirus, który atakuje układ nerwowy, co może doprowadzić do trwałego paraliżu mięśni. Jeśli choroba zaatakuje mięśnie klatki piersiowej lub mózg, może spowodować śmierć. Zanim wprowadzono szczepienia na chorobę Heinego-Medina, w Irlandii Północnej notowano do 1500 przypadków postaci porażennej tej choroby rocznie.

Częste pytania

Jeśli byłem zaszczepiony na tężec, błonicę i chorobę Heinego-Medina jako dziecko, to czy nadal jestem odporny na nie?

Być może w jakimś stopniu jesteś odporny, ale należy przyjąć dawkę przypominającą, aby dokończyć rutynowy plan szczepień i zapewnić sobie długoterminową ochronę.

Ile dawek przypominających muszę wziąć?

Aby wykształcić odporność należy przyjąć w sumie pięć dawek szczepionki na tężec, błonicę i chorobę Heinego-Medina. Porządek szczepień jest następujący:

- pierwsze trzy dawki podaje się niemowlakom;
- czwarta dawka między trzecim a piątym rokiem życia, przed rozpoczęciem szkoły;
- piąta dawka teraz.

Zazwyczaj w ciągu życia nie trzeba przyjmować więcej niż pięć dawek szczepionki na tężec, błonicę i chorobę Heineg-Medina. Jednak podróże do niektórych krajów mogą być wskazaniem do dodatkowych szczepień. Można o to zapytać pielęgniarkę w przychodni.

Jeśli myślisz, że opuściłeś któreś szczepienie, to zwróć się do pielęgniarki szkolnej lub swojego lekarza.

Jak podaje się dawkę przypominającą Td/IPV?

Otrzymasz jeden zastrzyk w górną część ramienia. Nikt nie lubi zastrzyków, ale to trwa bardzo krótko. Stosuje się bardzo małe igły i poczujesz tylko małe ukłucie. Jeśli denerwujesz się przed zastrzykiem, powiedz o tym lekarzowi lub pielęgniarce przed podaniem szczepionki.

Czy są jakieś przeciwwskazania do zaszczepienia?

Jest bardzo niewiele powodów, dla których nie należy się szczepić. Należy zgłosić lekarzowi/pielęgniarce lub pielęgniarce środowiskowej, jeśli:

- masz bardzo wysoką temperaturę;
- miałeś/aś konwulsje/dragawki;
- miałeś/aś wcześniej niepożądaną reakcję na jakiegokolwiek szczepienie;
- masz poważną alergię na coś; masz zaburzenia krzepliwości krwi;
- byłeś/aś poddany leczeniu na nowotwór;
- masz jakąkolwiek chorobę osłabiającą układ odpornościowy (np. białaczka, HIV lub AIDS);
- bierzesz leki wpływające na działanie układu odpornościowego (np. wysokie dawki sterydów lub też leki podawane po przeszczepie organów lub w leczeniu nowotworu);
- jesteś w ciąży;
- masz jakąkolwiek inną poważną chorobę.

Takie okoliczności nie zawsze oznaczają, że nie można otrzymać szczepionki. Wiedząc o nich, lekarz czy pielęgniarka mogą podjąć decyzję, jakie szczepionki najlepiej podać komuś, oraz jakich porad udzielić Państwu. Występowanie danej choroby w rodzinie nigdy nie jest przeciwwskazaniem do zaszczepienia się.

Czy są jakieś skutki uboczne?

Często zdarza się, że miejsce zastrzyku będzie trochę opuchnięte i zaczerwienione. Czasem pojawia się niewielki, bezbolesny guzek, który zwykle znika w ciągu kilku tygodni. Inne, bardziej poważne symptomy, takie jak gorączka, ból głowy, zawroty głowy, nudności i opuchnięte gruczoły występują rzadko.

Jeśli po zaszczepieniu źle się czujesz, możesz wziąć paracetamol lub ibuprofen. Przeczytaj instrukcje na opakowaniu, aby dawkę dostosować do swojego wieku. W razie konieczności, po czterech do sześciu godzinach możesz wziąć następną dawkę. Jeśli po drugim przyjęciu leku masz nadal wysoką temperaturę, to skontaktuj się z lekarzem.

Osoby poniżej 16 roku życia nigdy nie powinny brać leków zawierających aspirynę.

Jeśli masz jakieś problemy, które mogą być związane ze szczepieniem, powiedz o tym lekarzowi.

Czy wkrótce muszę przyjąć jakieś inne szczepienia?

Dziewczyny powinny otrzymać szczepienie na ludzki wirus brodawczaka (HPV) między 12 a 13 rokiem życia (klasa 9), co chroni na przyszłość przed rakiem szyjki macicy. Ta seria składa się z trzech szczepień w ciągu sześciu miesięcy. Obecnie prowadzi się kampanię, w której wszystkie dziewczyny, które obecnie są powyżej 9 klasy i nie mają jeszcze osiemnastu lat, a nie miały tego szczepienia, będą mogły z niego skorzystać do roku 2011. Więcej informacji na www.helpprotectyourself.info

Kiedy pójdziesz na szczepienie dawki przypominającej Td/IPV, możesz poprosić lekarza lub pielęgniarkę, żeby sprawdzili, czy miałeś/aś wszystkie wymagane do tej pory szczepienia, np. MenC i MMR.

Szczepionka MMR

Szczepionka MMR chroni przed odra (M), świnką (M) i różyczką (R).

Należy sprawdzić, czy dostałeś/aś wszystkie szczepienia MMR, ponieważ nie wszyscy młodzi ludzie mieli podane dwie dawki szczepionki. Szczepienie to wprowadzono w 1988 r., a drugą dawkę podaje się od 1996 r. Jeśli więc urodziłeś/aś się po przed rokiem 1992, zapewne miałeś/aś tylko jedną dawkę.

Jeśli myślisz, że znajdujesz się w tej grupie, to drugą dawkę zapewne otrzymasz w tym samym czasie co szczepienie Td/IPV. Jeśli nie, zapytaj o to lekarza GP lub pielęgniarkę.

Jeśli nigdy nie miałeś/aś szczepienie MMR, to powinieneś/powinnaś przyjąć jedną dawkę teraz, a drugą za miesiąc.

Odra, świnka i różyczka mogą powodować bardzo poważne komplikacje.

- Odra może powodować infekcje ucha, problemy układu oddechowego, oraz zapalenie opon mózgowych/zapalenie mózgu. W jednym na 2500 – 5000 przypadków dochodzi do śmierci.
- Świnka może spowodować głuchotę, częściowo lub całkowicie odwracalną, oraz opuchliznę i bolesność jąder u starszych chłopców i mężczyzn. Choroba ta była najczęstszą przyczyną wirusowego zapalenia opon mózgowych u dzieci.
- Różyczka może także wywołać zapalenie mózgu oraz powodować komplikacje w krzepliwości krwi. U kobiet w ciąży może dojść do poronienia lub poważnych problemów u dziecka, takich jak ślepotą, głuchota, problemy z sercem lub uszkodzenia mózgu.

Czy istnieją jakieś powody, dla których nie powinno się przyjąć szczepionki na MMR?

Jest bardzo niewiele przeciwwskazań do przyjęcia szczepienia MMR, ale jeśli masz jakieś objawy, z listy wymienionej powyżej, to powiedz o tym lekarzowi lub pielęgniarce.

Czy szczepionka MMR ma jakieś skutki uboczne?

Skutki uboczne szczepionki MMR są bardzo rzadkie. Około 10 dni po podaniu, niektórzy gorączkują, mają wysypkę przypominającą odrę, oraz tracą apetyt, ponieważ wtedy zaczyna działać szczepionka na odrę. Można też odczuwać bóle w stawach.

Bardzo rzadko zdarza się, że w około dwa tygodnie po zaszczepieniu wystąpi wysypka małych, sinych krostek, co wynika z rozpoczęcia działania szczepionki na różyczkę. Zwykle te objawy przechodzą same, ale taką wysypkę należy pokazać lekarzowi.

Około trzech tygodni od zastrzyku, czasami dzieci przechodzą łagodną formę świnki, ponieważ wtedy uaktywnia się szczepionka na świnkę.

Porównując skutki uboczne szczepionki MMR ze skutkami zachorowania na odrę, świnkę czy różyczkę, szczepienie jest dużo bardziej bezpieczne. W ostatnich latach w mediach było dużo doniesień o rzekomym związku szczepionki MMR z autyzmem. Jednakże, badania prowadzone w ogromnym zakresie nie wykazują żadnego związku. Więcej informacji uzyskasz na www.immunisation.nhs.org.uk lub www.dhsspsni.gov.uk/immunisation

Co należy wiedzieć o zapaleniu opon mózgowych i sepsie

Zapalenie opon mózgowych to opuchlizna wyściółki mózgu. Te same zarazki, które powodują zapalenie opon mózgowych, mogą też wywołać sepsę (zakażenie krwi). Zarówno zapalenie opon mózgowych jak i sepsa to bardzo poważne choroby – mogą spowodować stałe kalectwo lub śmierć. Symptomy mogą zacząć rozwijać się bardzo szybko, a więc leczenie trzeba podjąć niezwłocznie. Jeśli nie miałeś/aś do tej pory szczepienia na zapalenie opon mózgowych typu C, to powinieneś przyjąć je teraz. Szczepionka MecC chroni tylko przed jednym typem zapalenia opon mózgowych i sepsy, a więc nadal powinieneś wiedzieć jakie są symptomy tej choroby.

No co trzeba zwracać uwagę?

U starszych dzieci, nastolatków i dorosłych, symptom zapalenia opon mózgowych to głównie:

- sztywność szyi (sprawdź, czy ta osoba może pocałować się w kolana lub dotknąć czołem kolan);
- bardzo dotkliwy ból głowy (jeśli występuje tylko ten symptom, to nie ma potrzeby konsultować się z lekarzem);
- nadwrażliwość na jasne światło;
- wymioty;
- gorączka;
- senność, zmniejszone reakcje lub dezorientacja;
- wysypka.

A przy **sepsie**, główne objawy to:

- senność, zmniejszone reakcje, apatyczność lub dezorientacja (późny objaw);
- mocne bóle ramion, nóg i stawów;
- bardzo zimne ręce i stopy;
- dreszcze;
- przyspieszony oddech;
- czerwone lub fioletowe krostki, które nie bledną przy nacisku (wykonaj test ze szklanką, wyjaśniony poniżej);

- wymioty;
- gorączka;
- rozwolnienie i skurcze żołądka.

Należy pamiętać, że nie każdy chory będzie miał wszystkie wymienione objawy. Jeśli ktoś będzie miał kilka z wymienionych symptomów, szczególnie czerwone lub fioletowe krostki, to należy **pilnie** zwrócić się o pomoc medyczną. Jeśli nie można skontaktować się z lekarzem, lub też po uzyskaniu porady medycznej nadal są powody do niepokoju, to należy zaufać swojemu instyngtowi i pojechać na pogotowie w najbliższym szpitalu.

Przyciskając szklankę do wysypki wywołanej sepsą, krosty nie bledną. Można to zobaczyć przez szklankę. W takim przypadku należy niezwłocznie skontaktować się z lekarzem.

Gdzie można uzyskać więcej informacji?

Informacje o zapaleniu opon mózgowych można uzyskać od The Meningitis Research Foundation oraz the Meningitis Trust.

The Meningitis Research Foundation prowadzi bezpłatną, całodobową infolinię pod numerem 080 8800 3344 oraz stronę internetową www.meningitis.org
The Meningitis Trust także oferuje bezpłatną, całodobową infolinię pod numerem 0800 028 1828 oraz stronę internetową www.meningitis-trust.org

Rutynowy program dziecięcych szczepień ochronnych

Okres szczepienia	Choroby, przed którymi chroni szczepionka	Sposób podawania
2 miesiąc życia	Błonica, tężec, krztusiec (koklusz), choroba Heinego-Medina oraz Hib	Jeden zastrzyk
	Infekcja pneumokokowa	Jeden zastrzyk
3 miesiąc życia	Błonica, tężec, krztusiec, choroba Heinego-Medina oraz Hib	Jeden zastrzyk
	Zapalenie opon mózgowych C	Jeden zastrzyk
4 miesiąc życia	Błonica, tężec, krztusiec, choroba Heinego-Medina oraz Hib	Jeden zastrzyk
	Zapalenie opon mózgowych C	Jeden zastrzyk
	Infekcja pneumokokowa	Jeden zastrzyk
12 miesiąc życia	Hib oraz zapalenie opon mózgowych C	Jeden zastrzyk
15 miesiąc życia	Odra, świnka różyczka	Jeden zastrzyk
	Infekcja pneumokokowa	Jeden zastrzyk
Między 3 a 5 rokiem życia	Błonica, tężec, krztusiec oraz choroba Heinego-Medina	Jeden zastrzyk
	Odra, świnka różyczka	Jeden zastrzyk
Dziewczęta między 12 a 13 rokiem życia	Rak szyjki macicy typu 16 i 18 wywołwany przez ludzki wirus brodawczaka	Trzy zastrzyki w ciągu sześciu miesięcy
Między 14 a 18 rokiem życia	Tężec, błonica oraz choroba Heinego-Medina	Jeden zastrzyk

Jeśli nie otrzymałeś/aś któregoś z wymienionych szczepień, to zawsze można to nadrobić. Szczególnie ważne są MecC oraz dwie dawki MMR. Jeśli nie

otrzymałeś/aś jeszcze wszystkich szczepień, umów się na wizytę u lekarz GP lub z pielęgniarką szkolną.

Więcej informacji na temat szczepień znajdziesz na stronie the DHSSPS:
www.dhsspsni.gov.uk/immunisation lub też w krajowym portalu szczepień:
www.immunisation.nhs.uk a informacje na temat HVP na
www.helpprotectyourself.info



Produced by the **Public Health Agency** on behalf of the Department of Health, Social Services and Public Safety. Crown Copyright material reproduced with the permission of the Controller of HMSO and the Queen's Printer for Scotland.

02/10