

Szczepienia nastolatków w wieku od 14 do 18 lat

Polish translation of *Teenage immunisations for ages 14 to 18*

Wprowadzenie

Niniejszy przewodnik przeznaczony jest dla nastolatków w wieku od 14 do 18 lat i ich rodziców. Wyjaśnia:

- jakie szczepienia podawane są nastolatkom, zwykle kiedy chodzą jeszcze do szkoły;
- dlaczego szczepienia te są konieczne;
- jakie mogą być ich działania uboczne.

Przewodnik ten zawiera również odpowiedzi na niektóre z najczęściej zadawanych pytań na temat tych szczepień.

Jeżeli masz jakieś pytania lub potrzebujesz szerszych informacji, porozmawiaj z pielęgniarką szkolną lub lekarzem bądź pielęgniarką w przychodni. Możesz również odwiedzić strony www.immunisation.nhs.uk lub www.dhsspsni.gov.uk/phealth

Dlaczego potrzebujemy szczepień?

Krajowy program szczepień spowodował, iż niebezpieczne choroby takie jak tężec, błonica i polio praktycznie zniknęły z terenu Wysp Brytyjskich. Choroby te mogą jednak powrócić – nadal występują w Europie i na terenie całego świata. Dlatego ważne jest, aby się przed nimi zabezpieczyć. Wysoki

poziom stosowania szczepień sprawił, iż na większości obszaru Wysp Brytyjskich chorobom tym się zapobiega.

Jaki jest sposób działania szczepionki?

Szczepionki zawierają małą część bakterii lub wirusa powodującego chorobę lub drobne ilości wytwarzanych przez bakterie substancji chemicznych. Szczepionki działają poprzez pobudzenie układu odpornościowego organizmu do wytworzenia przeciwciał (substancji zwalczających infekcję i choroby). Dlatego też, jeżeli będziesz miał kontakt z infekcją, przeciwciała ją rozpoznają i ochronią Cię przed nią.

Szczepionka Td/IPV

Szczepionka Td/IPV, podawana jako jednorazowy zastrzyk, wzmacnia ochronę przeciwko tężcowi (T), błonicy (d) oraz polio (IPV – inaktywowana szczepionka przeciw polio), którą otrzymałeś jako dziecko.

Jakim chorobom zapobiega szczepionka Td/IPV?

Tężec

Tężec to bolesna choroba atakująca mięśnie i mogąca powodować problemy z oddychaniem. Wywołują ją zarazki znajdujące się w ziemi i nawozach,

gdy przedostają się do organizmu przez otwarte rany lub oparzenia. Tężec atakuje układ nerwowy i może spowodować śmierć. Nie przenosi się między ludźmi.

Błonica

Błonica to poważna choroba, która zwykle zaczyna się bólem gardła i może się szybko rozwinąć, powodując problemy z oddychaniem. Może uszkodzić serce oraz system nerwowy, a w poważnych przypadkach nawet spowodować śmierć.

Przed wprowadzeniem szczepionki przeciw błonicy, w Irlandii Północnej miało miejsce do 1500 przypadków zachorowań rocznie.

Polio

Polio to wirus atakujący system nerwowy, który może spowodować trwałe paraliż mięśni. Jeżeli polio zaatakuje mięśnie klatki piersiowej lub mózg, może to spowodować śmierć chorego. Przed wprowadzeniem szczepionki przeciw polio, w Irlandii Północnej miało rocznie miejsce 1500 przypadków paraliżu spowodowanego tą chorobą.

Często zadawane pytania

Jeżeli byłem szczepiony przeciwko tężcowi, błonicy oraz polio jako dziecko, czy jestem nadal chroniony?

Być może nadal masz pewną ochronę przed tymi chorobami. Jednak szczepionka przypominająca uzupełni rutynowe szczepienia i zapewni Ci długotrwałą ochronę.

Ile szczepionek przypominających muszę otrzymać?

W celu podniesienia i utrzymania wysokiego poziomu odporności, potrzebujesz łącznie pięć dawek szczepionek przeciw tężcowi, błonicy oraz polio. Powinieneś otrzymać:

- pierwsze trzy dawki jako dziecko;
- czwartą dawkę pomiędzy trzecim a piątym rokiem życia, zanim rozpocząłeś chodzić do szkoły;
- piątą dawkę teraz.

Zwykle nie powinieneś w życiu potrzebować więcej niż pięć dawek szczepionki przeciwko tężcowi, błonicy lub polio, jednak może być konieczne otrzymanie dodatkowych dawek jeżeli zamierzasz odwiedzić pewne kraje. Możesz to sprawdzić u pielęgniarki w przychodni.

Jeżeli wydaje Ci się, że nie otrzymałeś którejs z dawek szczepionek, porozmawiaj z pielęgniarką szkolną lub lekarzem.

W jaki sposób podana mi zostanie szczepionka przypominająca Td/IPV?

Otrzymasz jednorazowy zastrzyk w górne ramię. Nikt nie lubi zastrzyków, jednak trwa to bardzo krótko. Użyta zostanie mała cienka igła i powinieneś poczuć tylko delikatne ukłucie. Jeżeli jesteś trochę zdenerwowany z powodu zastrzyku, przed jego otrzymaniem powiedz o tym lekarzowi lub pielęgniarce.

Czy istnieją jakieś przeciwwskazania do otrzymania przeze mnie szczepienia?

Istnieje niewiele przyczyn, dla których nie powinieneś otrzymać szczepienia. Poinformuj pielęgniarkę lub lekarza ogólnego, jeżeli:

- masz bardzo wysoką temperaturę lub gorączkę;
- miałeś kiedyś drgawki lub napad drgawek;
- źle wcześniej reagowałeś na szczepienia;
- masz poważną alergię;
- masz zaburzenia krzepliwości krwi;
- byłeś poddany leczeniu nowotworu;
- przebyłeś chorobę mającą wpływ na układ odpornościowy (np. białaczkę, HIV lub AIDS);
- zażywasz lekarstwa mające wpływ na układ odpornościowy (np. bierzesz dużą dawkę sterydów lub jesteś poddany leczeniu po transplantacji organu bądź leczeniu nowotworu);
- jesteś w ciąży;
- cierpisz na poważną chorobę.

Powyższe przypadki nie zawsze oznaczają, iż nie będziesz mógł otrzymać szczepienia, jednak informacje o nich pomogą lekarzowi lub pielęgniarce zdecydować o szczepionkach najbardziej dla Ciebie korzystnych oraz o konieczności udzielenia dodatkowych porad. Historia choroby w rodzinie nigdy nie stanowi przyczyny, dla której nie mógłbyś zostać zaszczepiony.

Czy istnieją jakieś działania uboczne?

W miejscu otrzymania zastrzyku często występuje obrzęk i zaczerwienienie. Czasami pojawia się mała, bezbolesna grudka, która zwykle znika w ciągu kilku tygodni. Poważniejsze działania uboczne występują rzadko i mogą obejmować gorączkę, ból głowy, zawroty głowy, nudności oraz powiększone gruczoły.

Jeżeli po szczepieniu nie będziesz się czuł zbyt dobrze, weź paracetamol lub ibuprofen. Dokładnie zapoznaj się z instrukcjami na opakowaniu i weź dawkę odpowiednią dla Twojego wieku. Konieczne może być zażycie drugiej dawki cztery do sześciu godzin później. Jeżeli po zażyciu drugiej dawki nadal utrzymuje się wysoka temperatura, skontaktuj się z lekarzem.

Pamiętaj – poniżej 16 roku życia nie powinieneś zażywać leków zawierających aspirynę.

Jeżeli masz jakiegokolwiek dolegliwości, które mogą być związane ze szczepieniem, powinieneś powiedzieć o tym lekarzowi.

Czy są to jedyne szczepienia jakie muszę teraz otrzymać?

Po otrzymaniu szczepionki przypominającej Td/IPV, dobrze byłoby sprawdzić u pielęgniarki lub lekarza, czy otrzymałeś wszystkie inne wymagane szczepienia, np. MenC i MMR.

Szczepionka MMR

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

Szczególnie ważne jest sprawdzenie, czy otrzymałeś wszystkie szczepienia MMR, ponieważ niektórzy nastolatki nie otrzymali dwóch dawek szczepionki MMR. Szczepionka MMR została wprowadzona w 1988 roku, a drugą dawkę wprowadzono w 1996 roku. Dlatego też, jeżeli urodziłeś się przez 1992 rokiem, prawdopodobnie otrzymałeś tylko jedną dawkę szczepionki MMR.

Jeżeli sądzisz, iż stało się tak w Twoim przypadku, powinna być Tobie zaoferowana druga dawka tej szczepionki w czasie podawania szczepionki Td/IPV. Jeśli nie, poproś o nią lekarza lub pielęgniarkę.

Jeżeli nigdy nie otrzymałeś szczepionki MMR, powinieneś teraz otrzymać pierwszą jej dawkę, a za trzy miesiące drugą.

Odra, świnka i różyczka mogą powodować poważne powikłania.

- Odra może powodować infekcje ucha, problemy układu oddechowego oraz zapalenie opon mózgowych/zapalenie mózgu. W 1 na 2500-5000 przypadków może dojść do zgonu.
- Świnka może powodować głuchotę, zwykle z częściowym lub pełnym powrotem do zdrowia, bolesne obrzmienie jąder u nastoletnich chłopców i mężczyzn, a także zapalenie jajników u nastoletnich dziewcząt i kobiet. Była ona również najczęstszą przyczyną wirusowego zapalenia opon mózgowych u dzieci.

- Różyczka może również powodować zapalenie mózgu i mieć wpływ na krzepliwość krwi. U kobiet w ciąży może ona wywołać poronienie lub poważne problemy zdrowotne u ich dzieci, np. ślepotę, głuchotę, problemy z sercem lub uszkodzenie mózgu.

Czy istnieją jakieś powody, dla których nie powinienem otrzymać szczepionki MMR?

Istnieje niewiele przyczyn, dla których nie powinieneś otrzymać szczepionki MMR, jednak powinieneś poinformować lekarza lub pielęgniarkę jeżeli masz którąś z chorób lub dolegliwości wymienionych powyżej.

Czy szczepionka MMR ma jakieś działania uboczne?

Działania uboczne po zastosowaniu szczepionki MMR są bardzo rzadkie. Około tygodnia do 10 dni po podaniu szczepionki MMR, kiedy część szczepionki chroniąca przed odra zaczyna działać, możesz dostać gorączki i wysypki jak przy odrze, a także stracić apetyt. Możesz mieć również bóle stawów.

W bardzo rzadkich przypadkach, około dwóch tygodni po otrzymaniu szczepienia, możesz dostać wysypki o wyglądzie sinych plamek, wskutek działania części szczepionki chroniącej przed różyczką. Poprawa zwykle następuje samoistnie, jednak jeżeli zaobserwujesz takie plamki, pokaż je lekarzowi.

Około trzech tygodni po zastrzyku, możesz mieć łagodną formę świnki, gdy zacznie działać część

szczepionki MMR odpowiedzialna za ochronę przed tą chorobą.

Porównanie działań ubocznych szczepionki MMR oraz działań ubocznych odry, świnki lub różyczki wykazuje, że szczepionka jest dużo bezpieczniejsza niż te choroby.

W ostatnich latach krążyło w mediach wiele historii na temat związku między szczepionką MMR a autyzmem u dzieci. Jednakże istnieje masa dowodów na to, że nie ma takiego związku. W celu uzyskania szerszych informacji, odwiedź stronę www.mmrthefacts.nhs.uk.

Rozpoznawanie zapalenia opon mózgowych i posocznicy

Zapalenie opon mózgowych to obrzmienie błon osłaniających mózg. Te same zarazki mogą wywołać posocznicę. Zapalenie opon mózgowych oraz posocznica są bardzo poważnymi chorobami – mogą spowodować trwałe inwalidztwo i śmierć. Ich objawy pojawiają się szybko, dlatego natychmiast należy rozpocząć ich leczenie. Jeżeli nie byłeś szczepiony przeciwko zapaleniu opon mózgowych C, powinieneś się teraz zaszczepić. Szczepionka MenC chroni tylko przed jednym rodzajem zapalenia opon mózgowych i posocznicy, dlatego należy znać objawy tych chorób.

Na co należy zwracać uwagę?

U starszych dzieci, nastolatków i dorosłych główne objawy **zapalenia opon mózgowych** mogą obejmować:

- sztywność szyi (sprawdź czy chory może pocałować swoje kolana lub dotknąć ich czołem);
- bardzo silny ból głowy (wystąpienie tylko tego objawu nie stanowi podstawy do wezwania pomocy medycznej);
- światłowstręt ;
- wymioty;
- gorączkę;
- ospałość, mniejszą reaktywność lub dezorientację;
- wysypkę.

natomiast główne objawy **posocznicy** obejmują:

- ospałość, mniejszą reaktywność, apatię, dezorientację (późny objaw posocznicy);
- silne bóle rąk, nóg i stawów;
- bardzo zimne ręce i stopy;
- dreszcze;
- przyspieszony oddech;
- czerwone lub fioletowe krosty, które nie znikają pod wpływem ucisku (zrób test z użyciem szklanki);
- wymioty;
- gorączkę;
- biegunkę i skurcze brzucha.

Pamiętaj, że nie u każdego występują wszystkie wymienione powyżej objawy. Jeżeli u kogoś wystąpią niektóre z wymienionych

powyżej objawów, zwłaszcza czerwone lub fioletowe krosty, należy **niewłócznie** wezwać pomoc lekarską. Jeżeli nie możesz skontaktować się z lekarzem lub po uzyskaniu porady nadal masz obawy, zaufaj swojemu instynktowi i zabierz chorego do oddziału pomocy doraźnej w najbliższym szpitalu.

Jeżeli do wysypki spowodowanej posocznicą mocno przyciśniemy szklankę, wysypka nie znika i nadal pozostaje widoczna przez szkło. Jeżeli taki przypadek ma miejsce, natychmiast zwróć się po pomoc lekarską.

Gdzie mogę uzyskać więcej informacji?

Zarówno *the Meningitis Research Foundation*, jak i *the Meningitis Trust* udzielają informacji na temat zapalenia opon mózgowych.

Zadzwoń na bezpłatną całodobową infolinię *the Meningitis Research Foundation* pod numer telefonu 080 8800 3344 lub odwiedź stronę internetową www.meningitis.org

Zadzwoń na bezpłatną całodobową infolinię *the Meningitis Trust* pod numer telefonu 0800 028 18 28 lub odwiedź stronę internetową www.meningitis-trust.org

Możesz również zasięgnąć porady lekarza, pielęgniarki lub pielęgniarki środowiskowej.

Program rutynowych szczepień dla dzieci

Kiedy szczepić	Choroby, przed którymi chroni szczepionka	Sposób podawania szczepionki
2 miesiące	Błonica, tężec, krztusiec Polio i Hib	Jeden zastrzyk
	Infekcja pneumokokowa	Jeden zastrzyk
3 miesiące	Błonica, tężec, krztusiec, Polio i Hib	Jeden zastrzyk
	Zapalenie opon mózgowych C	Jeden zastrzyk
4 miesiące	Błonica, tężec, krztusiec, Polio i Hib	Jeden zastrzyk
	Zapalenie opon mózgowych C	Jeden zastrzyk
	Infekcja pneumokokowa	Jeden zastrzyk
12 miesięcy	Hib i zapalenie opon mózgowych C	Jeden zastrzyk
15 miesięcy	Odra, świnka i różyczka	Jeden zastrzyk
	Infekcja pneumokokowa	Jeden zastrzyk
3 do 5 lat	Błonica, tężec, krztusiec i polio	Jeden zastrzyk
	Odra, świnka i różyczka	Jeden zastrzyk
14 do 18 lat	Tężec, błonica, i polio	Jeden zastrzyk

Jeżeli nie otrzymałeś któregoś z tych szczepień, nigdy nie jest za późno, aby nadrobić zaległości. Przede wszystkim upewnij się, iż otrzymałeś szczepionkę MenC oraz dwie dawki szczepionki MMR. Jeżeli nie otrzymałeś wszystkich szczepień lub nie masz co do tego pewności, porozmawiaj z lekarzem ogólnym lub pielęgniarką szkolną.

W celu zasięgnięcia szerszych informacji o szczepieniach, odwiedź stronę internetową DHSSPS
www.dhsspsni.gov.uk/phealth lub

krajową stronę szczepień
www.immunisation.nhs.uk lub
www.mmrthefacts.nhs.uk



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

02/07