

Portal Województwa Lubuskiego



Zaszczep się na grypę, bo warto!



Kategoria - Zdrowie

Data publikacji -17 grudnia 2020 godz. 10:43

Świat walczy z pandemią COVID-19 i czeka na rozpoczęcie szczepień. Warto jednak zaszczepić się na grypę, aby zmniejszyć ryzyko zakażenia koronawirusem lub uchronić nas przed ciężkim przebiegiem choroby.

Na COVID-19 nie ma leku, szczepionka też jeszcze nie jest dostępna. Jednak przed gripą możemy się ochronić. Jednym ze sposobów jest szczepionka!

Dlaczego warto się szczepić przeciw grypie?

- Szczepienie pozwoli uniknąć wizyty u lekarza związanej z zakażeniem grypą, co spowoduje zmniejszenie szansy na zakażenie wirusem SRAS COV
- Szczepienie pozwoli lekarzom szybciej postawić diagnozę w przypadku SARS-Cov-2
- Szczepienie wzmocni nasz organizm. Może być tak, że spotkają się dwa wirusy w organizmie, co może spowodować znacznie cięższy przebieg choroby lub najpierw grypa wyniszczy nasz organizm, a później pojawi się SARS-Cov-2.
- Szczepienie chroni przed ciężkim przebiegiem COVID-19
- Szczepienie może pomóc w redukcji ciężkiego przebiegu grypy i uniknąć powikłań skutkujących hospitalizacją i zgonem
- Szczepienie może pomóc uniknąć obciążeń systemu ochrony zdrowia z powodu kumulacji zakażeń wirusem SAR Cov-2
- Szczepienie pozwoli na zmniejszenie zachorowalności na grypę i reedukacja powikłań
- Krótko mówiąc na grypę warto się szczepić! – mówi prof. Maria Gańczak, kierownik Katedry Chorób Zakaźnych Collegium Medicum UZ.

Jak często się szczepić

Zgodnie z zaleceniami Komitetu Doradczego ds. Szczepień (ACIP), należy zaoferować szczepienia wszystkim chętnym. Szczepienie powinno się powtarzać co sezon epidemiczny, ponieważ wirusy grypy podlegają bardzo częstym zmianom genetycznym. Zmienność wirusa grypy powoduje, że skład szczepionki na każdy kolejny sezon epidemiczny musi być sprawdzany i uaktualniany. Od sezonu epidemicznego 2019/2020 mamy na rynku polskim trzy rodzaje, czteroskładnikowych szczepionek przeciwko grypie, w tym z inaktywowanych: typu split, czyli z rozszczepionym wirionem oraz subunit, czyli podjednostkowa, które podawane są domięśniowo. Dostępna jest również szczepionka żywa, donosowa, utworzona z tzw. cold adapted mutantów, czyli z wirusów przystosowanych do namnażania się w obniżonej temperaturze. Szczepionka ta rekomendowana jest dla dzieci po ukończeniu 2 r.ż. do poniżej 18 r.ż.

Pamiętaj też, że poziom przeciwciał, które powstają w wyniku szczepienia, spada wraz z upływem czasu. Może więc nie być wystarczająco wysoki, aby zabezpieczyć cię przed zachorowaniem w kolejnym sezonie epidemicznym.

Kto kwalifikuje do szczepienia

Do szczepienia zakwalifikuje cię lekarz, który wystawia też receptę na szczepionkę. Szczepienie może wykonać wyłącznie lekarz lub pielęgniarka.

Kto powinien się zaszczepić

Każdy, kto chce uniknąć zachorowania na grypę, a w szczególności:

- zdrowe dzieci od 6 miesiąca do 18 roku życia,
 - zwłaszcza od 6 do 60 miesiąca życia,
- osoby z grup podwyższonego ryzyka bez względu na wiek,
- osoby w podeszłym wieku (powyżej 55 lat),
- chorzy na astmę i inne przewlekłe schorzenia układu oddechowego,
- osoby z chorobami układu krążenia i nerek, o obniżonej odporności (np. po przeszczepach, zakażeni HIV) i chorzy na nowotwory układu krwiotwórczego,
- osoby chore na cukrzycę,
- kobiety w ciąży lub planujące ciążę,
- pracownicy ochrony zdrowia.

Zaszczepić powinny się również osoby, które mogą przenosić grypę na osoby z grup wysokiego ryzyka oraz osoby zdrowe mogące stanowić źródło zakażenia dla tych osób. Są to m.in. pracownicy ochrony zdrowia, szkół, handlu, transportu, osoby opiekujące się małymi dziećmi, które nie mogą być zaszczepione oraz inne osoby narażone na kontakty z dużą liczbą ludzi.

Kiedy się szczepić

Zwłaszcza osoby z grup podwyższonego ryzyka powinny zaszczepić się przeciwko grypie przed sezonem epidemicznym, gdy tylko szczepionka będzie dostępna w aptekach. Jeżeli nie zdążyłeś zaszczepić się przed sezonem, możesz to zrobić w trakcie jego trwania, między listopadem a kwietniem.

O czym pamiętać kupując szczepionkę

- Pamiętaj, że wszystkie inaktywowane szczepionki przeciwko grypie zarejestrowane w Polsce są równoważne immunologicznie – od ciebie zależy, którą wybierzesz (np. dostępną w twojej aptece).
- Wirus zawarty w tych szczepionkach nie rozmnoży się w twoim organizmie i nie wywoła choroby, lecz wytworzy przeciwciała ochronne (tzw. szczepionki inaktywowane).
- Kupując szczepionkę koniecznie sprawdź, czy jest ona ważna w aktualnym sezonie epidemicznym.
- Zakupioną szczepionkę należy transportować w torebkach termicznych.

Bezpłatne szczepienia w samorządach

W Polsce w wielu województwach samorządy lokalne przeznaczają środki na bezpłatne szczepienia przeciwko grypie dla osób po 50 – 65 roku życia, które niejednokrotnie są w grupie wysokiego ryzyka.

Przedział wiekowy w jakim oferowane są darmowe szczepienia przeciwko grypie zależy od decyzji wydziału zdrowia i spraw społecznych danego urzędu miasta i różni się w zależności od województwa.

Kto nie powinien szczepić się przeciwko grypie

Nie każdy może zaszczepić się przeciwko grypie. Do najważniejszych przeciwwskazań należą:

- ostre choroby gorączkowe,
- udokumentowane uczulenie na białko jaja kurzego (każdy gabinet musi mieć zestaw antywstrząsowy),
- uczulenie na śladowe ilości antybiotyku zawarte w szczepionce (split-neomycyna, subunit-gentamycyna),
- zespół Guillaina-Barrégo, stwierdzony w okresie 6 tygodni od poprzedniego szczepienia przeciwko grypie.

Skuteczność szczepień

Liczne badania wykazują, że skuteczność szczepionek przeciwko grypie wynosi:

- od 70% do 90% – w przypadku ludzi zdrowych poniżej 65 roku życia,
- od 50% do 70% – w grupach podwyższonego ryzyka.

Źródło: Ministerstwo Zdrowia