

Szczepionka przeciw grypie

Wprowadzenie

Grypa jest bardzo zakaźną chorobą, która atakuje zwykle w miesiącach zimowych i rozprzestrzenia się, kiedy osoby zarażone wirusem kaszlą i kichają.

Szczepionka przeciw grypie stanowi najlepszą ochronę przed wirusem. Zwykle dostępna jest jesienią (od września do listopada); produkuje się ją, wykorzystując szczep wirusa grypy, którego oczekuje się nadchodzącej zimy.

Bezpłatną szczepionkę przeciw grypie mogą otrzymać osoby powyżej 65. roku życia, opiekunowie osób, których byt byłby zagrożony w razie choroby opiekuna oraz mieszkańcy domów opieki społecznej lub domów opieki dla osób starszych. Do bezpłatnej szczepionki uprawnione są także osoby powyżej 6. miesiąca życia, cierpiące na choroby przewlekłe (chroniczne) lub mające osłabiony system odpornościowy wskutek zarażenia AIDS lub leczenia nowotworów.

Ważność szczepionki przeciw grypie trwa jeden rok. Aby zapewnić sobie ciągłość ochrony przed zachorowaniem, należy szczepić się przeciw grypie co roku.

Dlaczego szczepionka jest niezbędna

Grypa to poważniejsza choroba niż przeziębienie. Głównym celem szczepionki przeciw grypie jest ochrona osób, które są objęte największym ryzykiem powikłań. U niektórych osób grypa może prowadzić do poważnych chorób, takich jak zapalenie oskrzeli i zapalenie płuc. W przypadku ich wystąpienia niezbędna może być hospitalizacja. Każdej zimy na grypę umiera wiele starszych osób.

Przeciw grypie powinny zaszczepić się zwłaszcza osoby mające 65 lub więcej lat lub cierpiące na poważne (przewlekłe) schorzenia. Należą do nich niewydolność serca, choroby wątroby lub nerek, astma i cukrzyca.

Szczepionkę przeciw grypie powinny przyjąć także osoby, których układ odpornościowy jest osłabiony wskutek choroby (np. HIV lub AIDS) lub które są w trakcie leczenia (np. chemioterapii).

Jeśli Twoje dziecko (powyżej 6. miesiąca życia) cierpi na przewlekłą chorobę, porozmawiaj z lekarzem o szczepionce przeciw grypie. W razie zarażenia grypą choroba dziecka może się zaostrzyć.

Kiedy należy się zaszczepić

Najlepszą porą na szczepienie przeciw grypie jest jesień: między końcem września a początkiem listopada. Nie należy czekać do zimy, kiedy pojawia się epidemia grypy.

Wirusy grypy zmieniają się co roku, dlatego też co roku stosuje się inną szczepionkę. Dlatego właśnie należy stosować ją raz na rok.

Sytuację, w której wiele osób choruje na grypę w tym samym miejscu i czasie, określa się mianem epidemii. Czasem atak grypy obejmuje całe kontynenty. Taka sytuacja to pandemia.

Nie da się przewidzieć liczby zachorowań na grypę w danym roku. Jeśli obejmuje Cię ryzyko zarażenia, warto zaszczepić się przeciw grypie.

Jeśli uważasz, że potrzebujesz szczepionki przeciw grypie, skontaktuj się z lekarzem lub pielęgniarką w przychodni. Możesz także zwrócić się do lokalnego farmaceuty. Większość lekarzy organizuje jesienią specjalne sesje szczepień. Szczegółowe informacje o usługach lokalnej służby zdrowia możesz uzyskać w NHS Direct, dzwoniąc pod numer 0845 46 47 lub odwiedzając witrynę www.nhsdirect.nhs.uk.

Jak działa szczepionka?

W ciągu ~70 dni od przyjęcia szczepionki organizm zaczyna wytwarzać przeciwciała (komórki zwalczające infekcję). Pomagają one chronić Cię przed podobnymi wirusami, z którymi możesz mieć kontakt. Nie zabezpieczą Cię jednak przed wieloma innymi wirusami, które pojawiają się każdej zimy.

Szczepionkę przeciw grypie należy przyjmować co roku, aby zapewnić sobie ochronę przed najnowszą odmianą grypy.

Nowoczesne szczepionki przeciw grypie nie powodują zwykle żadnych problemów. Po zastrzyku może jednak wystąpić niewielka bolesność ramienia w miejscu wkłucia. Czasem szczepionka może spowodować łagodną gorączkę i niewielkie bóle mięśni, trwające przez mniej więcej jeden dzień.

Szczepionka nie zawiera aktywnego wirusa, nie może więc wywołać grypy. Czasem jednak zdarza się, że osoby zaszczepione zarażają się innymi wirusami podobnymi do wirusa grypy albo zarażają się grypą, zanim szczepionka zacznie działać. Reakcje alergiczne na szczepionkę są rzadkie.

Zagrożenia

Szczepionka przeciw grypie produkowana jest z jaj kurzych. Osoby z poważną alergią na jaja kurze (bardzo rzadką) nie powinny stosować szczepionki przeciw grypie. Należy także unikać szczepionki, jeśli w przeszłości szczepienia przeciw grypie powodowały reakcje alergiczne (także rzadkie).

Kobiety w ciąży i osoby z grup wysokiego ryzyka powinny omówić kwestię szczepionki z lekarzem ogólnym lub pielęgniarką. Nie zgłaszano jednak żadnych problemów dotyczących kobiet w ciąży, które przyjęły szczepionkę przeciw grypie.

Jeśli jesteś osobą zdrową i masz mniej niż 65 lat, nie musisz się szczepić (chyba że opiekujesz się osobą, której byt byłby zagrożony w razie Twojej choroby). U większości osób grypa powoduje dyskomfort, ale nie jest poważną chorobą.

Poufna usługa tłumaczenia

NHS Direct może zapewnić poufne usługi tłumaczy wielu języków w ciągu paru minut od wizyty pacjenta.

Wystarczy wykonać 3 proste kroki:

Krok 1 — Zadzwoń na numer NHS Direct, 0845 4647.

Krok 2 — Po odebraniu telefonu powiedz po angielsku, jakiego języka chce się używać. Poczekaj przy telefonie na połączenie z tłumaczem, który pomoże NHS Direct w podaniu niezbędnych informacji i porad medycznych.

Krok 3 — Można także poprosić osobę spokrewnioną lub znajomą o przeprowadzenie rozmowy w imieniu pacjenta. Przed objaśnieniem powodu rozmowy należy poczekać na połączenie z tłumaczem.