

Latvian translation of Teenage immunisations for ages 14 to 18

Pusaudžu vakcinācija

14 līdz 18 gadu vecumā



immunisation

the safest way to protect your child

Ievads

Šis buklets ir paredzēts 14–18 gadus veciem pusaudžiem un to vecākiem. Tajā paskaidrots:

- kas ir pusaudžu vakcinācija, kas parasti notiek vēl skolā;
- kādēļ vakcinācija nepieciešama;
- kāpēc tagad pusaudži tiek vakcinēti ar MenACWY vakcīnu;
- kādas ir vakcinācijas iespējamās blaknes.

Bukletā arī sniegtas atbildes uz visbiežāk uzdotajiem jautājumiem par vakcināciju.

Ja jums ir kādi jautājumi vai vēlaties saņemt sīkāku informāciju, konsultējieties ar savu skolas medmāsu vai ārstu, vai ārstu un medmāsu ģimenes ārsta praksē. Jūs varat arī apmeklēt www.publichealth.hscni.net vai www.nhs.uk/vaccinations.



Kādēļ nepieciešama vakcinācija?

Pateicoties valsts vakcinācijas programmai, Apvienotajā Karalistē ir praktiski izskaustas tādas bīstamas slimības kā stingumkrampji, difterija un poliomieliīts. Taču šīs slimības var atgriezties – tās joprojām ir izplatītas Eiropā un citur pasaulē. Tāpēc ir svarīgi pasargāt sevi. Augstā Apvienotās Karalistes vakcinācijas aptvere neļauj vairumam šo slimību izplatīties tālāk.

Kā vakcinācija darbojas?

Vakcīnas satur nelielu daudzumu slimību izraisīto baktēriju vai vīrusu, vai nelielu daudzumu baktēriju sintezēto ķīmisko vielu. Vakcīnas iedarbojas, stimulējot organisma imūnsistēmu ražot antivielas (vielas, kas apkaro infekcijas un slimības). Tāpēc, nonākot saskarsmē ar infekciju, antivielas to atpazīst un aizsargā jūs.

Td/IPV vakcīna

Td/IPV vakcīna, kas tiek injicēta ar vienu dūrienu, aktivizē jau bērnībā izveidoto aizsardzību pret stingumkrampjiem (T), difteriju (D) un poliomieliītu (IPV – inaktivēta poliomieliīta vakcīna).

Kādas slimības novērš TD/IPV?

Stingumkrampji

Stingumkrampji ir sāpīga slimība, kas ietekmē muskuļus un var izraisīt elpošanas problēmas. Tā ietekmē nervu sistēmu un var būt nāvējoša. Stingumkrampjus, iekļūstot organismā caur vaļējām brūcēm vai apdegumiem, izraisa baktērijas, kas atrodas augsnē un kūtsmēslos. Nav iespējams inficēties, pārnesot baktērijas no viena cilvēka citam, tomēr baktērijas vienmēr atrodas augsnē, pat šajā valstī.

Difterija

Difterija ir nopietna slimība, kas parasti sākas kā iekaisis kakls, bet var ātri progresēt un izraisīt elpošanas problēmas. Slimība var bojāt sirdi un nervu sistēmu, un smagos gadījumos var arī būt nāvējoša. Pirms difterijas vakcīnas ieviešanas Ziemeļīrijā katru gadu tika konstatēti līdz 1500 saslimšanas ar difteriju gadījumiem.

Poliomieliīts

Poliomieliīts ir vīruss, kas bojā nervu sistēmu un var neatgriezeniski paralizēt muskuļus. Ja tas ietekmē krūšu muskuļus vai smadzenes, poliomieliīts var būt nāvējošs. Ziemeļīrijā pirms poliomieliīta vakcīnas ieviešanas katru gadu tika konstatēti ap 1500 paralītiskā poliomieliīta gadījumi.

Ja bērniņā es tiku vakcinēts/-a pret stingumkrampjiem, difteriju un poliomiēlītu, vai joprojām esmu pasargāts/-a?

Jums joprojām var būt saglabājusies zināma aizsardzība. Taču jums nepieciešama revakcinācija, lai pabeigtu vakcinācijas kursu un iegūtu ilgtermiņa aizsardzību.

Cik daudz revakcinācijas devu man nepieciešams?

Lai izveidotu noturīgu imunitāti, jums nepieciešamas kopā piecas stingumkrampju, difterijas un poliomiēlīta vakcīnu devas. Jums jāsaņem šādas vakcīnas:

- pirmās trīs vakcīnas devas zīdaiņa vecumā;
- ceturrtā deva trīs līdz piecu gadu vecumā, pirms uzsākt skolas gaitas;
- piektā deva tagad.

Parasti dzīves laikā nav vajadzīgs vairāk par piecām stingumkrampju, difterijas vai poliomiēlīta vakcīnu devām, taču, ja plānojat apmeklēt noteiktas valstis, var būt nepieciešamas vakcīnas papilddevas. Sazinieties ar medmāsu ģimenes ārsta praksē.

Ja domājat, ka esat izlaidis/-usi kādu vakcīnas devu, konsultējieties ar skolas medmāsu vai savu ārstu.

MenACWY vakcīna

Kas ir meningokoku ierosināta slimība?

Meningokoku izraisītas saslimšanas ir retas, bet dzīvībai bīstamas slimības, ko izraisa vairākās grupas iedalītās meningokoku baktērijas. Visbiežāk sastopamās ir A, B, C, W un Y grupu infekcijas. Zīdaiņiem, maziem bērniem, pusaudžiem un jauniešiem ir vislielākais risks inficēties ar meningokoku izraisītām slimībām.

Kāpēc MenACWY vakcīna tiek piedāvāta tieši tagad?

MenACWY vakcīna aizsargā pret A, C, W un Y grupas meningokoku infekcijām. Nesen Lielbritānijā bija liels meningokoku W grupas infekciju uzliesmojums, kā rezultātā bija vairāki zīdaiņu un pusaudžu nāves gadījumi. Vēlākajos pusaudža gados jums ir lielāks risks saslimt ar meningokoku W grupas infekciju, tāpēc, lai sevi pasargātu, jums jāvakcinējas. Meningokoku C grupas infekcijas kopš MenC vakcīnas ieviešanas 1999. gadā ir kļuvušas retas. Tomēr zīdaiņa vecumā saņemto MenC vakcīnu nodrošinātā aizsardzība pusaudža gados mazinās,

tāpēc ir nepieciešama revakcinācija. MenACWY vakcīna nodrošinās aizsardzību pret meningokoku A, W un Y grupu infekcijām un stiprinās aizsardzību pret meningokoku C grupas izraisītajām slimībām. Vakcinācija arī samazina baktēriju pārnēsāšanas risku, tādējādi pasargājot apkārtējos cilvēkus.

Biežākie jautājumi

Kā vakcinācija notiek?

Jūs saņemsit vienu vakcīnas injekciju augšdelmā. Nevienam nepatīk injekcijas, bet tā ilgst tikai vienu mirkli. Šļirces adata ir smalka, un jums vajadzētu just tikai nelielu dūrienu. Ja pirms injekcijas uztraucaties, pasakiet to medicīnas māsei vai ārstam.

Vai ir kādi iemesli, kāpēc mani nedrīkst vakcinēt?

Ir ļoti maz iemeslu, kuru dēļ nedrīkst vakcinēties. Informējiet savu ģimenes ārstu vai medmāsu, ja jums:

- ir ļoti augsta temperatūra vai drudzis;
- ir bijušas konvulsijas vai krampju lēkmes;
- ir bijusi slikta reakcija uz kādu no vakcīnām;
- ir bijusi smaga alerģija pret kaut ko;
- ir koagulācijas traucējumi;
- ārstēts vēzis;
- ir jebkāda slimība, kas ietekmē imūnsistēmu (piemēram, leikēmija, HIV vai AIDS);
- nozīmēti medikamenti, kas ietekmē imūnsistēmu (piemēram, lielas steroīdu devas, nozīmēta medikamentozā terapija pēc orgānu transplantācijas vai medikamenti vēža ārstēšanai);
- konstatēta grūtniecība;
- ir kādas citas nopietnas saslimšanas.

Tas ne vienmēr automātiski nozīmē, ka nedrīkst vakcinēties, taču tas palīdz ārstam vai medicīnas māsei izlemt, kāda būtu jums vispiemērotākā vakcinācija, un vai ārstam jūs papildus jākonsultē. Ģimenes slimības vēsture nekad nav iemesls nevakcinēties.

Vai vakcinācijai ir blaknes?

Injekcijas vietā bieži rodas pietūkums un apsārtums. Dažkārt izveidojas neliels, nesāpīgs satūkums, bet tas parasti pazūd pāris nedēļu laikā. Nopietnākas blaknes vērojamas reti, un tās var izpausties kā drudzis, galvassāpes, reibonis, slikta dūša un palielināti limfmezgli.

Ja pēc vakcinācijas nejutaties labi, varat ieņemt paracetamolu vai ibuprofēnu. Uzmanīgi izlasiet instrukciju uz iepakojuma, un ieņemiet savam vecumam atbilstošu zāļu devu. Ja nepieciešams, ieņemiet otru devu pēc četrām līdz sešām stundām. Ja jums joprojām ir augsta temperatūra arī pēc otrās devas, konsultējieties ar savu ārstu.

Atcerieties, ja esat jaunāks/-a par 16, jūs nedrīkstat lietot aspirīnu saturošas zāles.

Jums jāinformē ārsts, ja jums rodas kādas veselības problēmas, kas varētu būt saistītas ar vakcināciju.



Vai šīs ir vienīgās vakcīnas, kas man tagad jāsaņem?

Ja jūs esat meitene, jums 12–13 gadu vecumā jāsaņem cilvēka papilomas vīrusa (HPV) vakcīna (9. klasē), kas jūs pasargās no dzimumorgānu kaudilomām un dzemdes kakla vēža. Kopš 2014. gada tas ietver divas vakcīnas apmēram sešu mēnešu laikā. Sīkāk informācija pieejama www.helpprotectyourself.info.

Ieteicams pavaicāt medicīnas māsai vai ārstam, vai esat saņēmis/-usi visas vajadzīgās vakcīnas, piemēram MMR.

MMR vakcīna

MMR aizsargā pret masalām (m), cūciņām (epidēmisko parotītu – M) un masaliņām (R).

Īpaši svarīgi ir pārbaudīt, vai ir pabeigts MMR vakcinācijas kurss, jo daži jaunieši nav saņēmuši divas MMR devas.

Ja domājat, ka tas attiecas uz jums, jums jāsaņem otra MMR deva vienlaicīgi ar TD/IPV un MenACWY vakcīnām. Ja ne, jautājiet savam ģimenes ārstam vai medicīnas māsai.

Ja nekad neesat saņēmis/-usi MMR vakcīnu, jums jāsaņem viena deva tagad, bet otra pēc mēneša.

Masalām, cūciņām un masaliņām var būt nopietnas komplikācijas.

- Masalas var izraisīt ausu infekcijas, elpošanas problēmas un meningītu / encefalītu (galvas smadzeņu iekaisumu). Vienā gadījumā no 2500–5000 sekas ir letālas.
- Cūciņas var izraisīt kurlumu, kas parasti ir daļēji vai pilnīgi ārstējams. Pusaugu zēniem un pieaugušiem vīriešiem tās var izraisīt sāpīgu sēklinieku pietūkumu, pusaugu meitenēm un sievietēm – olnīcu iekaisumu. Bērniem tas ir biežākais vīrusu izraisītā meningīta iemesls.
- Masaliņas arī var izraisīt galvas smadzeņu iekaisumu un var ietekmēt asins recēšanu. Grūtniecēm tas var izraisīt spontāno abortu vai nopietnus veselības traucējumus bērniem, piemēram, aklumu, kurlumu, sirds vai smadzeņu defektus.

Vai ir kādi iemesli, kāpēc mani nedrīkst vakcinēt ar MMR?

Ir ļoti maz iemeslu, kāpēc jums nevajadzētu vakcinēties ar MMR, bet jums noteikti jāinformē ārsts vai medmāsa, ja uz jums attiecas kāds no 5. lapā minētajiem iemesliem.

Vai MMR vakcīnai ir blaknes?

MMR blaknes ir ļoti retas. Apmēram 7–10 dienas pēc vakcinācijas, kad sāk iedarboties vakcīnas masalu komponente, var paaugstināties temperatūra, veidoties masalām līdzīgi izsitumi un pazust ēstgriba. Jums var arī sākt sāpēt locītavas.

Aptuveni divas nedēļas pēc MMR vakcīnas saņemšanas masaliņu komponentes dēļ ļoti reti var veidoties sasitumiem līdzīgi izsitumi. Tie parasti pāriet paši no sevis, taču, ja konstatējat tādus izsitumus, parādiet tos savam ārstam.

Aptuveni trīs nedēļas pēc vakcinācijas, kad sāk iedarboties vakcīnas cūciņu komponente, jums vieglā formā var izpausties cūciņas.

Salīdzinot MMR vakcīnas blaknes un masalu, epidēmiskā parotīta (cūciņu) vai masaliņu blaknes, jāsecina, ka vakcinēties ir daudz drošāk nekā slimot.



Esiet informēti par meningīta un septicēmijas risku

Meningokoku baktērijas var izraisīt meningītu (smadzeņu apvalka iekaisumu) un septicēmiju (asins saindēšanos). Meningīts un septicēmija abas ir ļoti nopietnas saslimšanas – tās var izraisīt neatgriezenisku invaliditāti un nāvi, turklāt simptomi var parādīties ātri, tāpēc ārstēšana jāsāk nekavējoties. Iepriekš aprakstītā revakcinācija ar MenACWY pasargā tikai no dažām baktērijām, kas izraisa meningītu un septicēmiju, taču ne no visām, tāpēc jums jābūt informētiem par simptomiem un pazīmēm.

Kas man jāievēro?

Vecākiem bērniem, pusaudžiem un pieaugušajiem galvenie **meningīta** simptomi var būt:

- stīvs kakls (pārbaudiet, vai viņi spēj ar lūpām pieskarties ceļgaliem vai aizskart ar ceļgaliem pieri)
- ļoti spēcīgas galvassāpes (galvassāpes vien nav iemesls vērsties pēc medicīniskās palīdzības)
- nepatika pret spilgtu gaismu
- vemšana
- drudzis
- miegainība, vāja reakcija vai apjukus
- izsitumi
- konvulsijas vai lēkmes



un galvenie **septicēmijas** simptomi var būt:

- miegainība, vāja reakcija, apātija vai apjukums (septicēmijas vēlinais simptoms)
- spēcīgas roku, kāju un locītavu sāpes
- ļoti aukstas rokas un kājas
- drebuļi
- ātra elpošana
- sarkani vai purpursārti plankumi, kas nepazūd spiediena ietekmē (veikt pārbaudi ar glāzi, kas aprakstīta zemāk)
- vemšana
- drudzis
- caureja un vēdera krampji

Jāatceras, ka ne visiem slimniekiem būs visi nosauktie simptomi. Ja personai ir daži no nosauktajiem simptomiem, īpaši sarkanie vai purpursārtie plankumi, **steidzami** vērsieties pēc medicīniskās palīdzības. Ja nevarat sazināties ar savu ārstu vai pēc konsultācijas joprojām uztraucaties, uzticieties saviem instinktiem un vediet personu uz tuvākās slimnīcas neatliekamās palīdzības nodaļu.

Ja ar stikla glāzi stingri uzspiež sārtajam plankumam, tas nepazūd. Caur glāzi varēsīt saskatīt sārtu plankumu. Ja tā ir, nekavējieties vērsieties pēc ārsta palīdzības.



Kur es varu iegūt vairāk informācijas?

Meningīta Izpētes fonds un organizācija "Meningīts tagad" abi sniedz informāciju par meningītu.

Piezvaniet uz "Meningīts tagad" pa diennakts bezmaksas palīdzības telefonu 0808 80 10 388 vai apmeklējiet vietni www.meningitisnow.org.

Piezvaniet uz "Meningīta Izpētes fondu" pa diennakts bezmaksas palīdzības telefonu 080 8800 3344 vai apmeklējiet vietni www.meningitis.org.

Jūs varat lūgt padomu arī savam ārstam, medmāsai vai patronāžas māsai.



Vakcinācijas kalendārs

Kad vakcinēt	Slimības, no kurām pasargā vakcīna	Vakcinēšanas veids
2 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus, poliomiēlīts un Hib Pneimokoku infekcija Rotavīruss Meningokoku B infekcija	Viena injekcija Viena injekcija Perorāli Viena injekcija
3 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus, poliomiēlīts un Hib Meningokoku C infekcija Rotavīruss	Viena injekcija Viena injekcija Perorāli
4 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus, poliomiēlīts un Hib Pneimokoku infekcija Meningokoku B infekcija	Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija
Uzreiz pēc pirmās dzimšanas dienas	Masalas, cūciņas un masaliņas Pneimokoku infekcija Hib un meningokoku C infekcija Meningokoku B infekcija	Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija
Katru gadu no 2 gadiem līdz P7	Gripa	Nazālais aerosols vai injekcija
3 gadu un 4 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus un poliomiēlīts Masalas, cūciņas un masaliņas	Viena injekcija Viena injekcija
12–13 gadus vecas meitenes	Dzemes kakla vēzis, ko izraisa cilvēka papilomas vīrusa 16. un 18. tips, un dzimumorgānu kondilomas, ko izraisa 6. un 11. tips	Divas injekcijas sešu mēnešu laikā
14 līdz 18 gadu vecumā	Stingumkrampji, difterija un poliomiēlīts Meningokoku infekcija ACWY	Viena injekcija Viena injekcija

Šis ir aktuālais vakcinācijas kalendārs, un tas var nedaudz atšķirties no agrākā vakcinācijas kalendāra. Bukletā jūs atradīsiet informāciju par to, kādas vakcīnas jums jāsaņem, ja esat tās izlaiduši. To var organizēt jūsu ģimenes ārsts.

Sīkāka informācija par imunizāciju pieejama vietnē www.publichealth.hscni.net vai www.nhs.uk/vaccinations

Adaptēts no Public Health England publicēta teksta un reproducēts ar atļauju.



Public Health Agency
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.
Tel: 0300 555 0114 (local rate).
www.publichealth.hscni.net

Find us on:

