

Lithuanian translation of Teenage immunisations for ages 14 to 18

Skiepai paaugliams

14-18 m. amžiaus



immunisation

the safest way to protect your child

Įvadas

Šis vadovas skirtas 14-18 m. amžiaus paaugliams ir jų tėvams. Jame aiškinama:

- apie skiepus mokykloje besimokantiems paaugliams;
- kodėl reikia skiepytis;
- kodėl vakcina nuo A, C, W ir Y tipų meningokoko dabar skiriama ir paaugliams;
- koks gali būti šalutinis poveikis.

Čia taip pat atsakoma į kelis dažniausiai užduodamus klausimus apie skiepus.

Jeigu turite kokių nors klausimų arba norėtumėte gauti išsamesnės informacijos, pasikalbėkite su mokyklos medicinos seserimi arba savo šeimos gydytoju. Taip pat galite apsilankyti www.publichealth.hscni.net arba www.nhs.uk/vaccinations



Kodėl reikia skiepytis?

Nacionalinė skiepų programa prisidėjo prie to, kad Jungtinėje Karalystėje tokios pavojingos ligos kaip stabligė, difterija ir poliomielitas praktiškai išnyko. Tačiau šios ligos gali sugrįžti, nes jomis vis dar sergama tiek Europoje, tiek ir visame pasaulyje. Dėl didelio pasiskiepijusių žmonių skaičiaus Jungtinėje Karalystėje šiomis ligomis sergama retai.

Kaip veikia skiepai?

Vakcinose yra nedidelis, tam tikrą ligą sukeliančių bakterijų, virusų arba cheminių medžiagų, kurias generuoja tos bakterijos, kiekis. Vakcinos sužadina organizmo imuninę sistemą ir ją skatina gaminti antikūnus, kurie kovoja su infekcijomis ir ligomis. Todėl, jei užsikrėsite, antikūnai atpažins infekciją ir jus apsaugos.

Vakcina nuo stabligės, difterijos ir poliomielito (Td / IPV)

Td / IPV – tai viena injekcija suleidžiami skiepai, kurie stiprina vaikystėje įgytą apsaugą nuo stabligės (T), difterijos (D) ir poliomielito (IPV – inaktyvuota poliomielito vakcina).

Nuo kokių ligų apsaugo Td/IPV vakcina?

Stabligė

Stabligė - tai skausminga liga, veikianti raumenis ir sukianti kvėpavimo sutrikimų. Ji pažeidžia centrinę nervų sistemą ir gali būti mirtina. Stabligė susergama, kai dirvoje arba organinėse trąšose esantys mikrobai patenka į organizmą per atviras žaizdas arba nudegimus. Tai neužkrečiama liga, tačiau dirvoje visuomet yra jos sukėlėjų, net ir šioje šalyje.

Difterija

Difterija - tai sunki liga, kuri pirmiausia pasireiškia gerklės skausmu ir gali sukelti kvėpavimo problemų. Ji gali pažeisti širdį ir nervų sistemą, o itin sunkiais atvejais gali būti ir mirtina. Prieš pradėdant skiepyti nuo difterijos, Šiaurės Airijoje kasmet ja susirgdavo apie 1500 žmonių.

Poliomielitas

Poliomielitas - tai virusas, kuris pažeidžia nervų sistemą ir gali visam laikui paralyžuoti raumenis. Jeigu paveikiami krūtinės raumenys arba smegenys, ši liga gali būti mirtina. Kol nebuvo skiepijama nuo poliomielito, kiekvienais metais Šiaurės Airijoje paralyžiniu poliomielitu susirgdavo apie 1500 žmonių.

Jeigu nuo stabligės, difterijos ir poliomieličio buvau skiepytas vaikystėje, ar vis dar turiu imunitetą?

Gali būti, kad vis dar esate saugūs, tačiau, jei norite šį atsparumą sustiprinti, turite užbaigti skiepų programą pakartotinai pasiskiepydami.

Kiek kartų reikia skiepytis?

Kad pilnai susiformuotų imunitetas nuo stabligės, difterijos ir poliomieličio, reikia skiepytis penkis kartus. Turite būti paskiepyti:

- pirmosiomis trimis dozėmis dar kūdikystėje;
- ketvirtąja doze, kai jums buvo 3-5 metai, dar nepradėjus lankyti mokyklos;
- penktąja doze - dabar.

Per visą gyvenimą paprastai pakanka penkių šios vakcinos dozių, tačiau, jei vyktumėte į tam tikras šalis, gali prireikti pasiskiepyti papildoma. Apie tai informacijos teiraukitės pas šeimos gydytoją.

Jeigu manote, kad praleidote kurį nors skiepą, kreipkitės į mokyklos medicinos seserį arba savo šeimos gydytoją.

Meningokokinė A, C, W ir Y vakcina

Kas yra meningokokinė infekcija?

Meningokokinė infekcija yra reta, bet gyvybei labai pavojinga liga, kurią sukelia kelių grupių meningokoko bakterijos. Dažniausiai pasitaiko A, B, C, W ir Y tipo meningokokinė infekcija. Naujagimiai, maži vaikai, paaugliai ir jaunuoliai ja užsikrėsti rizikuoja labiausiai.

Kodėl ši vakcina man siūloma būtent dabar? Ši vakcina apsaugo nuo grupės A, C, W ir Y meningokoko bakterijų. Pastaruoju metu Jungtinėje Karalystėje padaugėjo susirgimų, kuriuos sukelia W grupės meningokokas, nuo kurių mirė keli kūdikiai ir paaugliai. Kaip vyresnio amžiaus paaugliui jums gresia didelė rizika užsikrėsti W grupės meningokoko infekcija, todėl, norint apsisaugoti, reikėtų pasiskiepyti.

C grupės meningokoko infekcija dabar užsikrečiama retai, nes nuo 1999 m. skiepijama meningokoko C vakcina. Tačiau šios vakcinos apsauga, įgyjama

skiepijant kūdikius, paauglystės metais susilpnėja, todėl reikia pakartotinės skiepų dozės. Meningokoko A, C, W ir Y vakcina apsaugo nuo grupės A, W ir Y meningokoko bakterijų ir sustiprina apsaugą nuo C grupės meningokoko sukeltų ligų. Be to, pasiskiepijus sumažėja rizika tapti bakterijos nešiotu, todėl tuo pačiu apsaugote ir kitus žmones.

Bendrieji klausimai

Kaip vakcina administruojama?

Kiekviena vakcinos dozė leidžiama į ranką, žasto srityje. Injekcijos niekam nepatinka, bet tai atliekama labai greitai. Naudojama maža adata, todėl turėtumėte jausti tik lengvą bakstelėjimą. Jeigu dėl injekcijos jaudinatės, apie tai pasisakykite gydytojui arba medicinos seseriai.

Dėl kokių priežasčių neturėčiau skiepytis? Skiepų atsisakyti patariama dėl labai nedaugelio priežasčių. Praneškite gydytojui arba medicinos seseriai, jeigu:

- karščiuojate;
- jums būna konvulsijos arba priepuoliai;
- jums yra pasireiškusi stipri reakcija į skiepus;
- esate labai alergiškas;
- buvo sutrikęs kraujo krešėjimas;
- buvote gydyti nuo vėžio;
- sergate kokia nors liga, veikiančia imuninę sistemą (pvz., leukemija, ŽIV arba AIDS);
- vartojate vaistus, veikiančius imuninę sistemą (pvz., dideles dozes steroidų arba gydymas, skiriamas po organų transplantavimo arba sergant vėžiu);
- esate nėščia;
- sergate kokia nors kitokia sunkia liga.

Tai ne visada reiškia, kad negalite skiepytis, tačiau ši informacija padės gydytojui arba medicinos seseriai nuspręsti, kurie skiepai jums tinka ir ar jums reikia kokių nors patarimų. Šeimoje pasitaikę susergimai nėra priežastis atsisakyti skiepų.

Ar yra kokių nors šalutinių poveikių?

Įprasta, kad injekcijos vieta patinsta ir parausta. Retais atvejais atsiranda neskaausmingas sukietėjimas, kuris paprastai pranyksta per kelias savaites. Sunkesnis poveikis pasitaiko retai - karščiavimas, galvos skausmas, svaigulys, pykinimas, patinusios liaukos.

Jeigu pasiskiepiję pasijustumėte blogai, galite išgerti paracetamolio arba ibuprofeno. Atidžiai perskaitykite nurodymus ant pakuotės ir vartokite jūsų amžiui tinkamą dozę. Jeigu reikia, po 4-6 valandų išgerkite dar vieną dozę. Jeigu temperatūra nenukris ir po antrosios dozės, kreipkitės į gydytoją.

Atminkite – jei esate jaunesni nei 16 metų, neturėtumėte vartoti vaistų, kurių sudėtyje yra aspirino.

Pasakykite gydytojui, jeigu turite kokių nors sveikatos problemų, kurios gali būti susijusios su skiepais.



Ar tai vieninteliai skiepai, kurie šiuo metu man rekomenduojami?

Jeigu esate mergaitė, sulaukus 12-13 metų (9 klasės) turėjote būti paskiepyta vakcina nuo žmogaus papilomos viruso, kad apsisaugotumėte nuo genitalijų karpų ir gimdos kaklelio vėžio. Nuo 2014 m. šia vakcina skiepijama du kartus per maždaug šešių mėnesių laikotarpį. Daugiau informacijos ieškokite www.helpprotectyourself.info

Pasiteiraukite pas savo gydytoją ar medicinos seserį, ar esate paskiepyti visais reikalingai skiepais, pvz., MMR.

Vakcina nuo tymų, epideminio parotito ir raudonukės (MMR)

MMR vakcina apsaugo nuo tymų, epideminio parotito (dar vadinamo kiaulyte) ir raudonukės.

Būtina išsiaiškinti, ar esate paskiepyti visomis MMR vakcinų dozėmis, nes kai kurie jaunuoliai nebuvo skiepyti dviem MMR dozėmis.

Jeigu manote, kad jūs esate vienas iš jų, antroji MMR vakcinų dozė jums turėtų būti paskirta jus skiepijant Td/IPV ir meningokoko A, C, W ir Y vakcinomis. Jeigu ji jums nebūtų paskirta, teiraukitės apie tai savo šeimos gydytojo arba slaugės.

Jeigu MMR vakcina apskritai nebuvo skiepyti, viena doze turėtumėte būti paskiepyti dabar, antra - po mėnesio.

Tymai, epideminis parotitas ir raudonukė gali sukelti rimtų komplikacijų.

- Tymai gali sukelti ausų uždegimą, kvėpavimo sutrikimus ir meningitą ar encefalitą (smegenų uždegimą). 1 iš 2500–5000 atvejų baigiasi mirtimi.
- Kiaulytė gali sukelti kurtumą, po kurio klausa paprastai visiškai arba iš dalies atsistato. Paaugliams berniukams ir suaugusiems vyrams sergant šia liga gali patinti ir skaudėti sėklidės, o paauglėms mergaitėms ir suaugusioms moterims ji gali sukelti kiaušidžių uždegimą. Anksčiau kiaulytė buvo viena iš dažniausiai pasitaikančių vaikų virusinio meningito priežasčių.
- Raudonukė taip pat gali sukelti smegenų uždegimą ir sutrikdyti kraujo krešėjimą. Nėščiomoms moterims ji gali sukelti persileidimą arba rimtą sveikatos sutrikimą vaisiui, tokių kaip aklumas, kurtumas, širdies problemos arba pakenkti smegenims.

Dėl kokių priežasčių neturėčiau skiepytis MMR vakcina?

Yra labai nedaug atvejų, kai skiepytis MMR vakcina nerekomenduojama, tačiau turite pasakyti gydytojui arba slaugytojai, jei turite 5 p. išvardytų sveikatos sutrikimų.

Ar MMR vakcina sukelia kokį nors šalutinį poveikį?

MMR vakcina šalutinį poveikį sukelia labai retai. Nuo skiepijimosi praėjus maždaug 7-10 dienų, kai pradeda veikti vakcinos dalis, jums gali pakilti temperatūra ir atsirasti tymus primenantis bėrimas. Be to, gali atsirasti sąnarių skausmai ir maudimas.

Praėjus maždaug dviem savaitėms nuo skiepijimosi MMR vakcina, labai retais atvejais gali atsirasti mėlynės primenančių dėmių (raudonukės vakcinos poveikis). Paprastai jos išnyksta savaime, bet jeigu jų atsirastų, parodykite jas savo gydytojui.

Praėjus maždaug trimis savaitėmis nuo injekcijos galite susirgti lengva kiaulytės forma, nes būtent tada pradės veikti epideminio parotito vakcina.

Palyginus MMR vakcinos šalutinį poveikį ir tymų, kiaulytės bei raudonukės šalutinį poveikį matyti, kad vakcina už ligas yra kur kas saugesnė.



Ką reikėtų žinoti apie meningitą ir sepsį

Meningokoko bakterija gali sukelti meningitą (smegenų minkštųjų dangalų uždegimą) ir sepsį (kraujo užkrėtimą). Ir meningitas, ir kraujo užkrėtimas yra labai sunkios ligos, galinčios sukelti nepagydomus sveikatos sutrikimus ir net baigtis mirtimi. Jų simptomai pasireiškia labai greitai, todėl labai svarbu pradėti gydytis nedelsiant. Papildoma meningokoko A, C W ir Y vakcinės dozė apsaugos tik nuo kai kurių meningitą ir kraujo užkrėtimą sukeliančių bakterijų, todėl būtina žinoti šių ligų požymius ir simptomus.

Į kokius požymius reikia atkreipti dėmesį?

Vyresnio amžiaus vaikams, paaugliams ir suaugusiesiems gali pasireikšti tokie meningito požymiai:

- sustingęs kaklas (patikrinkite, ar ligonis gali lūpomis pasiekti savo kelį arba kakta paliesti savo kelius)
- labai stiprus galvos skausmas (vien dėl šios priežasties į gydytoją kreiptis nebūtina)
- erzina ryški šviesa
- vėmimas
- karščiavimas
- mieguistumas, sulėtėjusi reakcija ar orientacijos sutrikimas
- bėrimas
- traukuliai arba konvulsijos



Pagrindiniai **kraujo užkrėtimo** simptomai:

- mieguistumas, sulėtėjusi reakcija, išsiblaškyimas, vangumas (vėlyvas kraujo užkrėtimo simptomas)
- stiprus rankų, kojų ir sąnarių skausmas
- labai šaltos rankos ir pėdos
- drebulys
- padažnėjęs kvėpavimas
- raudonos arba violetinės dėmės, kurios paspaudus neišnyksta (atlikite toliau aprašytą bandymą su stikline)
- vėmimas
- karščiavimas
- viduriavimas ir skrandžio spazmai

Atkreipkite dėmesį į tai, kad gali pasireikšti ne visi išvardyti simptomai. Pasireiškus keletui išvardytų simptomų, ypač jei pasirodo raudonos arba violetinės dėmės, **skubiai** kreipkitės į gydytoją. Jeigu negalite susisiekti su gydytoju arba pasikonsultavę vis dar nerimaujate, pasikliaukite savo nuojauta ir vežkite ligonį į artimiausios ligoninės skubiosios pagalbos skyrių.

Jeigu stipriai prispaudus stiklinę prie sepsinio bėrimo, bėrimas neišnyksta, ir jį matote pro stiklą, nedelsdami kreipkitės į gydytoją.



Kur galima gauti daugiau informacijos?

Informaciją apie meningitą teikia Meningito tyrimų fondas (angl. *Meningitis Research Foundation*) ir „Meningitis Now“.

Į „Meningitis Now“ galima skambinti ištisą parą nemokamu telefono numeriu 0808 80 10 388 arba apsilankyti jų interneto svetainėje www.meningitisnow.org

Į Meningito tyrimų fondą galima skambinti ištisą parą nemokamu telefono numeriu 080 8800 3344 388 arba apsilankyti jų interneto svetainėje www.meningitis.org

Taip pat, patarimo galite kreiptis ir į savo gydytoją, medicinos seserį arba bendruomenės slaugytoją.



Įprastinė vaikų skiepijimo programa

| Kada skiepytis | Ligos, nuo kurių apsaugo vakcina | Kaip ji |
|---|---|--|
| 2 mėnesių amžiaus | Difterija, stabligė, kokliušas, poliomielitas ir <i>haemophilus influenzae</i> Pneumokokinė infekcija Rotavirusas B tipo meningokoko infekcija | Viena injekcija Viena injekcija Per burną Viena injekcija |
| 3 mėnesių amžiaus | Difterija, stabligė, kokliušas, poliomielitas ir <i>haemophilus influenzae</i> C tipo meningokoko infekcija Rotavirusas | Viena injekcija Viena injekcija Per burną |
| 4 mėnesių amžiaus | Difterija, stabligė, kokliušas, poliomielitas ir <i>haemophilus influenzae</i> Pneumokokinė infekcija B tipo meningokoko infekcija | Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija |
| Sulaukus vienerių metų | Tymai, epideminis parotitas ir raudonukė Pneumokokinė infekcija <i>Haemophilus influenzae</i> ir C tipo meningokoko infekcija B tipo meningokoko infekcija | Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija |
| Kasmet nuo 2 metų amžiaus iki 7 pradinės | Gripas | Purškiant į nosį arba injekcija |
| 3 metų 4 mėnesių amžiaus | Difterija, stabligė, kokliušas ir poliomielitas Tymai, epideminis parotitas ir raudonukė | Viena injekcija Viena injekcija |
| 12-13 metų amžiaus mergaitės | Gimdos kaklelio vėžys, kurį sukelia 16 ir 18 tipų žmogaus papilomos virusas, ir genitalijų karpos, kurias sukelia 6 ir 11 tipų virusas. | Dvi injekcijos kas šešis mėnesius |
| 14-18 metų amžiaus | Stabligė, difterija ir poliomielitas Meningokokinė infekcija (A, C, W, Y) | Viena injekcija Viena injekcija |

Tai šiuo metu galiojanti programa, kuri gali skirtis nuo tos, kuri galiojo, kai buvote jaunesni. Šiame informaciniame lapelyje rasite informacijos apie tai, kuriomis vakcinomis turėtumėte pasiskiepyti, jeigu praleidote kurią nors jų dozę. Apie tai galite pasitarti su šeimos gydytoju.

Daugiau informacijos galite rasti internetu
www.publichealth.hscni.net arba
www.nhs.uk/vaccinations

Adapted from text published by Public Health England and reproduced with permission.



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

Find us on:

