

Očkovanie tínedžerov

vo veku 14 až 18 rokov



mmunisation

the safest way to protect yourself

Úvod

Táto príručka je určená pre tínedžerov vo veku 14 až 18 rokov a ich rodičov. Vysvetľuje:

- očkovanie tínedžerov, obvykle keď sú ešte v škole;
- prečo je očkovanie potrebné;
- aké vedľajšie účinky môžu mať.

Príručka tiež odpovedá na niektoré z najčastejších otázok o očkovaní.

Ak máš akékoľvek otázky alebo chceš získať viac informácií, obráť sa na svoju školskú zdravotnú sestru alebo na lekára či zdravotnú sestru v ambulancii tvojho všeobecného lekára. Navštív www.publichealth.hscni.net alebo www.nidirect.gov.uk/immunisation-vaccines



Prečo potrebujeme očkovanie?

Národný imunizačný program spôsobil, že nebezpečné choroby ako tetanus, záškrt a detská obrna v Spojenom kráľovstve prakticky vymizli. Ale tieto choroby sa môžu vrátiť – stále sa vyskytujú v Európe a po celom svete. Preto je pre teba také dôležité chrániť sa. Vo Veľkej Británii sa väčšina týchto chorôb drží na uzde vďaka vysokej miere zaočkovanosti.

Ako fungujú vakcíny?

Vakcíny obsahujú malú časť baktérií alebo vírusov, ktoré spôsobujú ochorenie, alebo malé množstvo chemických látok, ktoré baktérie vylučujú. Vakcíny podnietia imunitný systém k vytváraniu protilátok (látky, ktoré bojujú proti infekciám). Keď prídeš do kontaktu s infekciou, protilátky ju rozoznajú a budú ťa chrániť.

Chrániť seba znamená chrániť ostatných

Keď je dostatočný počet obyvateľov chránený pred špecifickou chorobou očkovaním, tým sa predchádza jej šíreniu v komunite. Toto sa nazýva hromadná ochrana. Keď sa dáš zaočkovať, prispieješ k ochrane svojich priateľov a rodiny, ktorí môžu byť zraniteľní alebo ktorí nemôžu byť zaočkovaní, a znížiš tak pravdepodobnosť prepuknutia choroby.

Vakcína proti tetanu, záškrtu a detskej obrne (Td/IPV)

Td/IPV, podaná v jednej injekcii, zvyšuje ochranu, ktorú si dostal/a ako dieťa proti tetanu (T), záškrtu (d) a detskej obrne (IPV – inaktivovaná vakcína proti detskej obrne).

Akým chorobám zabráni Td/ IPV?

Tetanus

Tetanus je bolestivé ochorenie, ktoré postihuje svaly a môže spôsobiť problémy s dýchaním. Ovplyvňuje nervový systém a môže viesť k smrti. Je spôsobený baktériami, ktoré sa do tela dostanú z pôdy a hnoja cez otvorené rany a popáleniny. Nemôže sa prenášať z človeka na človeka, ale je vždy prítomný v pôde.

Záškrt

Záškrt je vážna choroba, ktorá často začína bolesťou hrdla a rýchlo môže spôsobiť problémy s dýchaním. Môže poškodiť srdce a nervový systém a vo vážnych prípadoch je smrteľný. Pred zavedením očkovania proti záškrtu sa v Severnom Írsku vyskytovalo až 1 500 prípadov záškrtu ročne.

Detská obrna

Pólio je vírus, ktorý napáda nervový systém a môže natrvalo paralyzovať svaly. Ak detská obrna postihne hrudné svaly alebo mozog, môže byť smrteľná. Pred zavedením vakcíny proti detskej obrne sa v Severnom Írsku každoročne vyskytlo až 1 500 prípadov paralýzy spôsobenej detskou obrnou.

Ak som bol/a v detstve očkovaný/á proti tetanu, záškrtu a detskej obrne, som stále chránený/á?

Možno stále máš určitú ochranu, ale túto posilňovaciu dávku potrebuješ na dokončenie bežného očkovania a poskytnutie dlhodobej ochrany.

Koľko dodatočných dávok potrebujem?

Na vybudovanie a udržanie imunity potrebuješ celkovo päť dávok vakcín proti tetanu, záškrtu a detskej obrne. Mal/a si mať:

- prvé tri dávky ako dojča;
- štvrtú predškolskú dávku vo veku tri až päť rokov;
- a teraz, piatu dávku.

Počas života by si zvyčajne nemal/a potrebovať viac ako päť dávok vakcíny proti tetanu, záškrtu alebo detskej obrne, ale ak navštíviš určité krajiny, môžeš potrebovať ďalšie dávky vakcín. Over si to u zdravotnej sestry v ambulancii všeobecného lekára.

Ak si myslíš, že si vynechal/a niektorú z dávok, obráť sa na školskú zdravotnú sestru alebo na svojho lekára.

Vakcína MenACWY

Čo je meningokokové ochorenie?

Meningokoková choroba je zriedkavá, ale život ohrozujúca a je spôsobená meningokokovými baktériami, ktoré sa delia na niekoľko skupín. Najbežnejšie sú A, B, C, W a Y. Dojčatá, malé deti, tínedžeri a mladí dospelí sú najviac ohrození meningokokovou chorobou. Meningokoková choroba môže spôsobiť meningitídu a sepsu.

Čo je meningitída a sepsa?

Meningitída je nebezpečný opuch mozgovej výstelky a miechy. Môže to byť v dôsledku zranenia alebo bakteriálnej alebo vírusovej infekcie. Sepsa je stav, keď baktérie vstúpia do krvného obehu a spôsobia otravu krvi. Oba tieto stavy môžu vyvolať sepsu. Sepsa je závažná a život ohrozujúca imunitná reakcia na akúkoľvek infekciu a môže viesť k poškodeniu tkaniva, zlyhaniu orgánov a smrti.

Prečo mi teraz ponúkajú vakcínu MenACWY?

Vakcína MenACWY chráni pred chorobami meningokokovej skupiny A, C, W a Y. Nedávno sme v Spojenom kráľovstve zaznamenali veľký nárast ochorenia meningokokovej skupiny W, čo viedlo k niekoľkým úmrtiam medzi dojčatami a tínedžermi. Ako starší tínedžer si vystavený väčšiemu riziku, že sa nakazíš meningokokovým ochorením skupiny W, takže sa potrebuješ dať zaočkovať, aby si sa ochránil/a.

Odkedy sa v roku 1999 začalo očkovať s MenC, meningokokové ochorenie skupiny C sa stalo zriedkavým. Avšak ochrana z dávky MenC podaná dojčatám v čase dospievania klesá, a preto potrebuješ posilňovaciu dávku. Vakcína MenACWY ti poskytne ochranu pred meningokokom skupín A, W a Y a zvýši tvoju ochranu pred ochorením MenC. Očkovanie tiež znižuje riziko prenosu baktérií, a tým chráni ostatných ľudí v tvojom okolí.



Časté otázky

Ako mi budú podané vakcíny?

Dostaneš jednu injekciu z každej vakcíny do hornej časti ramena. Nikto nemá rád injekcie, ale sú veľmi rýchle. Používame malé ihly a mal/a by si cítiť iba malé bodnutie. Ak máš z injekcie trochu obavy, povedz to zdravotnej sestře alebo lekárovi pred očkovaním.

Existujú nejaké dôvody, pre ktoré by som sa nemal/a dať očkovať?

Je veľmi málo dôvodov, pre ktoré by si nemal/a byť očkovaný/á. Mal/a by si informovať svojho všeobecného lekára alebo zdravotnú sestru, ak:

- máš veľmi vysokú teplotu alebo horúčku;
- mal/a si kŕče alebo záchvaty;
- mal/a si zlú reakciu na akékoľvek očkovanie;
- mal/a si silnú alergiu na čokoľvek;
- máš poruchu zrážanlivosti krvi;
- u teba prebieha liečba rakoviny;
- máš akékoľvek ochorenie, ktoré ovplyvňuje imunitný systém (napríklad leukémiu, HIV alebo AIDS);
- užívaš lieky, ktoré ovplyvňujú imunitný systém (napríklad vysoké dávky steroidov alebo liečbu po transplantácii orgánov alebo pri rakovine);
- si tehotná;
- máš iné vážne ochorenie.

To nemusí nevyhnutne znamenať, že nemôžeš byť zaočkovaný/á, ale pomáha to lekárovi alebo zdravotnej sestře rozhodnúť, ktoré očkovania sú pre teba najlepšie a či ti potrebujú poskytnúť nejaké ďalšie rady. Rodinná anamnéza ochorenia nikdy nie je dôvodom na to, aby si nebolo zaočkovaný/á.

Existujú nejaké vedľajšie účinky?

V mieste vpichu injekcie sa bežne objaví opuch a začervenanie. Niekedy sa vytvorí malá bezbolestná hrčka, ale tá zvyčajne zmizne do niekoľkých týždňov. Vážnejšie účinky sú zriedkavé, ale zahŕňajú horúčku, bolesť hlavy, závraty, nevoľnosť a opuchnuté uzliny.

Ak sa po očkovaní necítiš dobre, môžeš užiť paracetamol. Pozorne si prečítaj pokyny na balení a vezmi si správnu dávku podľa veku. Ak je potrebné, daj si druhú dávku štyri až šesť hodín neskôr. Ak máš po druhej dávke stále vysokú teplotu, poraď sa so svojím lekárom.

Pamätaj, že ak máš menej ako 16 rokov, nemal/a by si užívať lieky, ktoré obsahujú aspirín.

Ak trpíš akýmkoľvek problémom, ktorý by mohol súvisieť s očkovaním, mali by si to povedať svojmu lekárovi.



Sú toto jediné očkovania, ktoré teraz potrebujem?

Od roku 2019 vakcína proti ľudskému papilomavírusu (HPV) sa ponúka všetkým mladým ľuďom vo veku 12 až 13 rokov (9. ročník) na ochranu pred rakovinou súvisiacou s HPV, vrátane rakoviny krčka maternice (u dievčat) a rakoviny úst, hrdla, konečníka a pohlavných orgánov (u chlapcov a dievčat) a genitálnych bradavíc. Ďalšie informácie nájdeš na www.nidirect.gov.uk/articles/hpv-vaccine-adolescents-aged-12-13-years-old

Je dobré overiť si u zdravotnej sestry alebo lekára, či máš všetky očkovania aktuálne, napr. MMR vakcínu.

Vakcína MMR

Vakcína MMR chráni pred osýpkami (M), mumpsom (M) a rubeolou (R; nemeckými osýpkami).

Je dôležité, aby si dostal/a dve dávky MMR na kompletnú ochranu pred osýpkami, mumpsom a rubeolou.

Ak si myslíš, že sa ťa to týka, mali by ti ponúknuť druhú dávku súčasne s Td/IPV a MenACWY. Ak nie, opýtaj sa na to svojho všeobecného lekára alebo zdravotnej sestry.

Ak si nikdy nedostal/a vakcínu MMR, mal/a by si dostať jednu dávku teraz a ďalšiu o mesiac.

Osýpky, mumps a rubeola môžu priniesť vážne komplikácie.

- Osýpky môžu spôsobiť infekcie uší, respiračné problémy a meningitídu/encefalitídu (zápal mozgu). Spôsobí smrť u 1 z 2 500 až 5 000 ľudí.
- Mumps môže spôsobiť hluchotu, zvyčajne s čiastočným alebo úplným zotavením. Môže tiež spôsobiť opuchnuté, bolestivé semenníky u dospievajúcich chlapcov a mužov a zápal vaječníkov u dospievajúcich dievčat a žien. Pred zavedením vakcíny MMR bol mumps najčastejšou príčinou vírusovej meningitídy u detí.
- Rubeola môže tiež spôsobiť zápal mozgu a môže ovplyvniť zrážanlivosť krvi. U tehotných žien môže spôsobiť potrat alebo závažné zdravotné problémy pre ich deti, ako je slepota, hluchota, srdcové problémy alebo poškodenie mozgu.

Existujú nejaké dôvody, pre ktoré by som sa nemal/a dať zaočkovať vakcínou MMR?

Existuje len veľmi málo dôvodov, prečo by si sa nemal/a dať zaočkovať MMR vakcínou, ale mal/a by si informovať lekára alebo zdravotnú sestru, ak máš niektorý zo stavov uvedených na strane 6.

Má MMR nejaké vedľajšie účinky?

Vedľajšie účinky po očkovaní MMR sú veľmi zriedkavé. Približne 7 až 10 dní po očkovaní sa môže objaviť horúčka, vyrážka podobná osýpkam a prestane ti chutiť, pretože začne účinkovať zložka vakcíny proti osýpkam. Môžeš tiež pociťovať bolesti kĺbov.

Približne dva týždne po podaní MMR vakcíny sa môže veľmi zriedkavo objaviť vyrážka s modrinami v podobe škvŕn v dôsledku zložky vakcíny proti rubeole. Toto sa zvyčajne samo od seba zlepšuje, ale ak uvidíš takéto škvŕny, ukáž ich svojmu lekárovi.

Približne tri týždne po očkovaní sa môže vyskytnúť mierna forma mumpsu, keďže začne účinkovať zložka MMR vakcíny proti mumpsu.

Porovnanie medzi vedľajšími účinkami MMR vakcíny a vedľajšími účinkami osýpok, mumpsu alebo rubeoly ukazujú, že vakcína je oveľa bezpečnejšia ako samotné ochorenia.

Kde nájdem viac o vakcínach?

V letáku sme sa snažili pokryť najdôležitejšie body o vakcínach, ktoré ponúkame. Ak však chceš viac informácií, kópiu písomnej informácie pre používateľa alebo príbalový leták si môžeš stiahnuť z oficiálnej webovej stránky o liekoch. Navštív www.medicines.org.uk/emc a napíš názov vakcín. V Severnom Írsku sa používajú dve rôzne vakcíny proti MMR, takže tu uvádzame názvy oboch, obe poskytujú rovnakú ochranu:

- posilňovacia vakcína proti tetanu, záškrtu a detskej obrne: Revaxis
- MenACWY vakcína: MenQuadfi
- MMR vakcína : MMR VaxPRO¹ alebo Priorix

Môžeš sa tiež obrátiť na školskú zdravotnú sestru a prediskutovať s ňou akékoľvek obavy.

¹ Obsahuje bravčovú želatínu. Existuje alternatíva – ďalšie informácie ti poskytne tvoj lekár alebo zdravotná sestra.



Informácie o meningitíde a sepsy

Meningokokové baktérie môžu spôsobiť meningitídu (zápal mozgovej výstelky) a sepsu (otravu krvi). Meningitída a sepsa sú veľmi závažné – môžu spôsobiť trvalé postihnutie a smrť – a príznaky sa môžu objaviť rýchlo, preto musíš okamžite vyhľadať pomoc. Posilňovacia dávka MenACWY opísaná vyššie ochráni iba pred niektorými baktériami, ktoré spôsobujú meningitídu a sepsu, ale nie pred všetkými, takže stále potrebuješ poznať prejavy a príznaky.

Na čo si dať pozor?

U starších detí, dospievajúcich a dospelých hlavné príznaky meningitídy môžu zahŕňať:

- stuhnutý krk (skontroluj, či si môžu pobožkať kolená alebo sa kolenami dotknúť čela);
- veľmi silná bolesť hlavy (samotná táto bolesť nie je dôvodom na vyhľadanie lekárskej pomoci);
- nepríjemný pocit pri jasnom svetle;
- vracanie;
- horúčka;
- ospalosť, znížená citlivosť alebo zmätenosť;
- vyrážka;
- kŕče alebo záchvaty;



a hlavné príznaky sepsy môžu zahŕňať:

- ospalosť, spomalené reakcie, duchom neprítomný alebo zmätený (neskorý príznak sepsy);
- silné bolesti v rukách, nohách a kĺboch;
- veľmi studené ruky a nohy;
- triaška;
- rýchle dýchanie;
- červené alebo fialové škvrny, ktoré pod tlakom nevyblednú (urob test s pohárom, ktorý je vysvetlený nižšie); Toto je ťažšie vidieť na tmavej pokožke, skontroluj vnútornú stranu očných viečok alebo podnebia, kde môžu byť škvrny viditeľnejšie;
- vracanie;
- horúčka;
- hnačka a žalúdočné kŕče.

Je dôležité mať na pamäti, že nie u každého sa objavia všetky uvedené príznaky. Ak sa u jednotlivca objavia niektoré z uvedených príznakov, najmä červené alebo fialové škvrny, **ihneď** vyhľadaj lekársku pomoc. Ak sa ti nepodarí spojiť so svojim lekárom alebo máš po poradenstve stále obavy, dôveruj svojim inštinktom a vezmi osobu na pohotovosť do najbližšej nemocnice.

Pevne pritlač pohár na vyrážku. Ak vyrážku stále vidíš cez sklo, okamžite vyhľadaj lekársku pomoc.



Obrázok poskytl Nadácia na výskum meningitídy meningitis.org



Obrázok poskytl organizácia Meningitída teraz meningitisnow.org

Kde môžem získať viac informácií?

Nadácia pre výskum meningitídy a Meningitída teraz poskytujú informácie o meningitíde.

Zavolaj na bezplatnú linku pomoci Meningitis Now na číslo 0808 80 10 388 (9:00 – 16:00 od pondelka do štvrtku a v piatok 9:00 – 13:00) alebo navštív webovú stránku www.meningitisnow.org

Zavolaj na bezplatnú linku pomoci Nadácie pre výskum meningitídy na číslo 080 8800 3344 od pondelka do piatku, od 9:00 do 17:00, pošli e-mail na adresu helpline@meningitis.org alebo navštív stránku www.meningitis.org

Môžeš sa tiež obrátiť na svojho lekára, zdravotnú sestru alebo terénneho zdravotného pracovníka.



Viac informácií o všetkých očkovaníach ponúkaných v Severnom Írsku nájdeš na

[www.nidirect.gov.uk/
immunisation-vaccines](http://www.nidirect.gov.uk/immunisation-vaccines)

Toto je aktuálny program a môže sa mierne líšiť od toho, aký bol, keď si bol/a mladší. V letáku nájdeš podrobnosti o tom, ktoré očkovania by si mal/a dohnať, ak si ich zmeškal/a. Toto sa dá dohodnúť s lekárom.

Ak chceš získať ďalšie informácie o očkovaní, navštív www.publichealth.hscni.net alebo www.nhs.uk/vaccinations



Public Health Agency

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

Find us on:



Táto publikácia je adaptáciou informácií pôvodne vypracovaných Agentúrou pre zdravotnú bezpečnosť v Spojenom kráľovstve a používa sa na základe licencie Open Government Licence v 3.0.