



ДЛЯ ПАЦІЄНТІВ • ГРУДЕНЬ 2021

ЗДОРОВА УКРАЇНА

НАЙАКТУАЛЬНІШЕ ПРО ЗДОРОВ'Я В УКРАЇНІ

ЩЕПЛЕННЯ – ВАШ ЗАХИСТ: ЯКИХ ХВОРОБ МОЖНА УНИКНУТИ

Щеплення захищають людство від багатьох інфекційних захворювань. Держава забезпечує громадян безоплатними вакцинами проти найбільш небезпечних хвороб. Ці вакцини внесено до Календаря профілактичних щеплень.

В Україні Календар профілактичних щеплень передбачає вакцинацію проти:

- туберкульозу,
- поліомієліту,
- дифтерії,
- кашлюка,
- правця,
- кору,
- гепатиту В,
- гемофільної інфекції,
- краснухи,
- епідемічного паротиту.

За вакцинацією дитини згідно з Календарем профілактичних щеплень стежить сімейний лікар або педіатр, з яким батьки підписали декларацію про обслуговування дитини. Втім, не зашкодить самим стежити за наявністю всіх необхідних щеплень відповідно до віку.

Дорослі, які не отримали необхідних щеплень у дитинстві або в яких інформація про отримані щеплення неточна чи не збереглася, можуть виправити це зараз.

Порадьтеся зі своїм сімейним лікарем, як це краще зробити!

Окрім того, дорослим необхідно проводити ревакцинацію від дифтерії та правця кожні десять років.

Також є **рекомендовані щеплення**, що не входять до обов'язкового переліку, але можуть захистити від небезпечних хвороб. Такі вакцини можна придбати власним коштом в аптеці або зробити щеплення у приватній клініці.

Вітряна віспа

Вітряна віспа є однією з найпоширеніших інфекцій у світі. Вірус передається повітряно-крапельним шляхом та є надзвичайно заразним.

В Україні щеплення проти цієї недуги рекомендовано тим, хто належить до групи ризику, а також жінкам, які

планують вагітність і раніше не хворіли на вітряну віспу, оскільки вірус здатний проникнути через плаценту до плода і викликати негативні наслідки.

Для забезпечення раннього захисту від інфекції достатньо двох доз вакцини.

Щодо того, чи належите ви до групи ризику і чи не маєте протипоказань до цієї вакцини, — запитайте у свого сімейного лікаря.

Папіломавірус

Причиною 70% випадків раку шийки матки є папіломавірус. Він передається під час статевого контакту, зокрема контакту «шкіра до шкіри» в інтимних зонах. Більшість людей заражаються вірусом папіломи людини (ВПЛ) невдовзі після початку статевого життя. Інфіковані не мають ніяких специфічних симптомів, однак вірус зумовлює зміни в клітинах слизової оболонки шийки матки, що може призвести до розвитку раку.

ПЕРЕВІРТЕ,
чи ваша дитина
має всі необхідні щеплення
за Календарем профілактичних
щеплень.



Запобігти інфікуванню ВПЛ можна щепленням, що на 90% зменшує імовірність новоутворень.

Вакцинацію краще робити до початку статевого життя. Рекомендований вік для імунізації проти папіломавірусу — 9–14 років.

Ефективність і безпечність вакцин проти ВПЛ підтверджено численними міжнародними дослідженнями.

Гепатит

Гепатит А — вірусне захворювання печінки. В Україні трапляються його спалахи через забруднення води. Щеплення від вірусного гепатиту А рекомендовано дітям і дорослим.

Вакцина від вірусного гепатиту В для дітей безкоштовна. Для дорослих ця вакцина входить до переліку рекомендованих. Імунізація проти гепатиту В захистить людину від небезпечних наслідків вірусної інфекції — цирозу і раку печінки.

Схему вакцинації і дозування препарату підбирає лікар (залежно від віку та медичної історії пацієнта).

Пневмококова інфекція

Пневмокок є збудником багатьох захворювань: бактеріємії, сепсису, менінгіту, пневмонії, бронхіту, гострого середнього отиту. Ті, хто хворів на пневмококовий менінгіт у дитинстві, часто мають довгострокові неврологічні наслідки: втрату слуху, психічні порушення, порушення рухової активності та судоми.

Саме ця інфекція провокує розвиток бактеріальних пневмоній, що під час пандемії COVID-19 є критичним чинником.

Ризик виникнення пневмококової інфекції найвищий у перші роки життя дитини.

Захиститися від захворювання можна, отримавши дозу відповідної вакцини. Щепитися можливо в будь-якому віці.

Менінгококова інфекція

Менінгококова інфекція — гостре інфекційне захворювання, що викликається менінгококами і може спричинити від назофарингіту до менінгококцемії, менінгіту, менінгоенцефаліту.

Можливі наслідки менінгококової інфекції — загальна слабкість, періодичні головні болі, млявість, втрата пам'яті, проблеми з концентрацією уваги, неадекватна поведінка, порушення настрою, підвищення внутрішньочерепного тиску, зниження гостроти слуху, проблеми із зором, розвиток епілепсії, паралічі. Хвороба часто завершується інвалідизацією або летальними наслідками.

До груп ризику належать діти, люди з ослабленим імунітетом, вагітні, мікробіологи, які працюють у лабораторіях з патогенними бактеріями.

Ротавірусна інфекція

Ротавіруси є найбільш поширеною причиною важких діарейних захво-

рювань у дітей молодшого віку в усьому світі.

Майже кожна дитина у світі до досягнення нею п'ятирічного віку принаймні один раз заражається ротавірусом.

Основними методами профілактики ротавірусної інфекції є щеплення та дотримання правил особистої гігієни. Вакцина захищає від ротавірусних гастроентеритів і розвитку тяжких форм захворювання.

Для забезпечення раннього захисту від інфекції достатньо двох доз. Першу дозу ротавірусної вакцини рекомендовано вводити якомога швидше після 6-тижневого віку.

Грип

Грип — це високозаразне вірусне захворювання з можливістю тяжких ускладнень та ризиком смерті. Найчастішим ускладненням хвороби є пневмонія, яка іноді може лише за 4–5 днів призвести до летальних наслідків.

Захистити себе і своїх дітей від грипу допоможе вакцинація. Це найефективніший та найбільш безпечний метод протистояти цій хворобі.

Вакцинуватися краще до початку циркуляції вірусу грипу. Проте зробити щеплення від грипу не пізно упродовж усього сезону активності захворювання. Захисні антитіла у щепленої людини виробляються від 7 до 14 днів. Вакцинуватися від грипу необхідно щороку.

ЯК ЩЕПЛЮВАТИСЯ ВАКЦИНАМИ, ЩО НЕ ВХОДЯТЬ ДО КАЛЕНДАРЯ ПРОФІЛАКТИЧНИХ ЩЕПЛЕНЬ

- ☑ **Зверніться до свого сімейного лікаря.** Він огляне вас, визначить, чи немає протипоказань, а також надасть поради щодо транспортування вакцини, адже вона вимагає збереження холодового ланцюга.
- ☑ **Придбайте вакцину в аптеці чи безпосередньо у клініці.** Від часу придбання вакцини до її введення має пройти не більше двох годин, інакше є ризик, що вакцина втратить свої захисні властивості. Тому важливо зберегти чек для визначення точної дати й часу придбання вакцини.
- ☑ **Доставити вакцину до кабінету щеплень важливо без порушень холодового ланцюга.** Інакше вакцина може втратити свої якості. У пригоді стане спеціальна сумка з холододим елементом, яку можна придбати або отримати під заставу в аптеці. Також деякі аптеки надають послугу безкоштовної доставки вакцини.
- ☑ **Отримайте щеплення** Вакцинацію здійснюють у кабінетах щеплень або в кабінеті сімейного лікаря, якщо він облаштований для цього.

ДИФТЕРІЯ І ПРАВЕЦЬ: МІСІЯ – РЕВАКЦИНАЦІЯ

Імунітет проти деяких захворювань зберігається не на все життя, тому періодично необхідне повторне введення вакцин — **ревакцинація**.

До таких захворювань належать **дифтерія і правець**. Проти цих захворювань використовують комплексну вакцину. Діти отримують щеплення у 2, 4, 6, 18 місяців, 6 років та 16 років, а дорослі — кожні десять років. Саме стільки зберігається імунітет до цих недуг.

Тож першу планову ревакцинацію дорослих, яких раніше було щеплено, проводять у віці **26 років** з подальшою плановою ревакцинацією з мінімальним інтервалом десять років від попереднього щеплення.

Такі щеплення в комунальних закладах охорони здоров'я проводять безоплатно.

Що робити, якщо не вакцинувалися в дитинстві

Якщо в дитинстві вам не робили щеплення від дифтерії та правця або невідомо, вакциновані ви чи ні, варто негайно отримати необхідний захист від цих небезпечних хвороб!

Для цього необхідно отримати як мінімум три дози вакцини: спочатку першу дозу, за місяць — другу, через шість місяців після другої — третю.

В усіх областях України є безоплатна і якісна вакцина для профілакти-

ки дифтерії та правця зі зменшеним вмістом антигена, яку застосовують для дорослих.

Якщо у вашому медзакладі кажуть, що вакцини немає, зверніться до головного лікаря медзакладу для з'ясування причини.

Перед щепленням повідомте лікаря, якщо:

- у вас є алергія на ліки або їжу;
- у вас була реакція на попереднє щеплення;
- зараз приймаєте ліки або маєте серйозні захворювання серця, легенів, нирок тощо;
- проходили курс хіміотерапії, гормональної терапії, отримували стероїди або ліки, що пригнічують імунітет.

Кожен пацієнт має право оглянути флакон з вакциною, спитати або самостійно перевірити термін придатності вакцини. На ваше прохання медичний працівник має надати ампулу з вакциною, на якій зазначено термін придатності та серію.

Крім того, на вакцинах є термоіндикатор — спеціальний елемент маркування, за допомогою якого можна пересвідчитись, що вакцину зберігали за правильної температури і вона не втратила своїх властивостей. Зазвичай термоіндикатор виглядає як круг темного кольору, всередині якого розміщено невеликий квадрат світлого кольору (зауважте, що квадрат ніколи не буває сніжно-білим, а завжди має відтінок). Доки квадрат є світлішим за круг — вакцина є ефективною і

може бути використана для щеплення. Якщо квадрат не видно взагалі або він є темнішим за круг навколо — вакцина вже не є ефективною, тож використовувати її не варто.

Водночас вакцина, що втратила ефективність, не спричиняє додаткових реакцій, проте вона не забезпечує захисту.

Чим небезпечні

Дифтерія

Проявляється у вигляді ангіни, коли у горлі утворюються плівки, що можуть ускладнювати дихання та ковтання. Внаслідок дифтерії може виникнути блокування дихальних шляхів, інфекційно-токсичний шок, пошкодження серцевого м'яза та інші ушкодження, іноді летальні.

Правець

Можна інфікуватися при потрапінні бруду в рану або поріз, внаслідок укусів тварин чи травмування гострими предметами, уламками деревини. Збудник правця виробляє надпотужний нейротоксин, що уражає нервову систему. Це призводить до судом скелетних м'язових волокон і викликає спазми м'язів обличчя, судоми м'язів спини, раптові судоми всього тіла, спазми голосової щілини, зупинку дихання та смерть. Такі клінічні прояви у невакцинованих людей. У вакцинованих спостерігається в місці проникнення збудника лише посмикування м'язів.

Без госпіталізації та інтенсивного лікування смерть від правця настає у 100% випадків.



**ЯКЩО В ПОЛІКЛІНІЦІ
ВІДМОВЛЯЮТЬСЯ ВАС
РЕВАКЦИНУВАТИ, ЗВЕРНІТЬСЯ
ДО ДЕПАРТАМЕНТУ/УПРАВЛІННЯ
ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я У ВАШІЙ
ОБЛАСТІ:**



ПИТАННЯ/ВІДПОВІДІ

? Які вакцини безкоштовні для дорослих?

Дорослі безвідносно до їхнього віку можуть отримати безкоштовне щеплення проти дифтерії та правця. А безоплатно щепитися проти кору зможуть дорослі будь-якого віку, які контактували з хворими, не хворіли на кір, не мають підтверджених даних про щеплення в медичній карті або за результатами аналізів на наявність антитіл IgG не мають імунітету проти кору. Медики, освітяни та військові також можуть вакцинуватися безкоштовно, тому що вони належать до групи ризику.

? Чи перевантажує вакцинація імунну систему?

Вакцинація не може перевантажити імунну систему. При перенесенні захворювання навантаження на імунітет у кількох разів вище, ніж при вакцинації. Необхідно також пам'ятати, що наша імунна система пристосована до контактів з величезною кількістю мікроорганізмів. Наприклад, дитина в момент народження переходить від стерильних умов життя в організмі матері до існування у світі, населеному мікроорганізмами, контакт із багатьма з яких відбувається вже в перші години життя.

? Чи потрібно вакцинувати дітей, які перебувають на грудному вигодовуванні?

Грудне вигодовування є дуже важливим для здоров'я дитини. Але воно не здатне захистити її від інфекцій, проти яких проводиться вакцинація. Наприклад, дитина, яка перебуває на грудному вигодовуванні, при ін-

фікуванні кашлюком може тяжко захворіти і навіть померти.

Також не відповідає дійсності теорія, що дитина в перші місяці життя захищена від інфекцій «імунітетом», отриманим від матері в утробі (материнськими антитілами). На жаль, імунітет матері не завжди здатен захистити дитину від інфекційних захворювань та їхнього тяжкого перебігу. Саме тому і проводиться вакцинація, покликана захистити вашу дитину з перших днів життя.

? Чи можуть вакцини викликати тяжкі захворювання — цукровий діабет, бронхіальну астму, розсіяний склероз, рак, тиреоїдит — через багато років після введення або аутизм у дітей?

Наукові дослідження спростовують зв'язок між вакцинацією та цими захворюваннями. Наприклад, щойно з'явилася підозра, нібито вакцина проти гепатиту В збільшує ризик захворювання щитоподібної залози, як було проведено спеціальне дослідження, котре не виявило збільшення ризику розвитку захворювань щитоподібної залози після введення вакцини проти гепатиту В.

Інформація про те, що вакцинація призводить до аутизму, також не відповідає дійсності. Так, у 1998 році у відомому британському медичному журналі було опубліковано статтю про зв'язок між вакциною проти кору, краснухи, паротиту та аутизмом. Але пізніше з'ясувалося, що автор статті — лікар Ендрю Вейкфілд — сфальшував усі факти. Дослідження, проведені після цієї публікації Центром контролю та профілактики за-

хворювань США, медичним інститутом Національної академії наук Великої Британії та британською Національною службою охорони здоров'я, спростували будь-який зв'язок між вакциною та виникненням аутизму. Проведено понад десяток досліджень, і їхні результати підтверджують відсутність зв'язку між вакцинацією та розвитком аутизму.

? Чи можна робити щеплення людям із хронічними захворюваннями?

Людям із хронічними захворюваннями можна і потрібно робити щеплення. Вони вразливі до інфекційних захворювань, котрі протікають у них значно важче і призводять до серйозніших ускладнень. Тому такі люди потребують також вакцинації від інфекцій, не включених до Календаря щеплень України. Наприклад, дітей з бронхіальною астмою та цукровим діабетом необхідно вакцинувати проти пневмококової інфекції та щорічно — проти грипу. Люди з хронічними захворюваннями печінки потребують додаткової вакцинації від гепатиту А.

? Чи потрібно робити щеплення людям, які живуть з ВІЛ?

ВІЛ-позитивні люди дуже вразливі до інфекційних захворювань і потребують особливого захисту. Тому їм потрібна вакцинація навіть від інфекцій, не вказаних у Календарі обов'язкових щеплень, — ідеться про грип, вітряну віспу і пневмококову інфекцію. Вакцинація таких людей проводиться при певних лабораторних показниках стану імунної системи.