

## SZCZEPIENIA DOROSŁYCH

### 1. Czym jest grypa?

Grypa jest szeroko rozpowszechnioną chorobą zakaźną wywołowaną przez wirus grypy. Typowymi objawami grypy są gorączka, ból głowy, dreszcze, suchy i męczący kaszel, ból mięśni, uczucie zimna, rozbicia i ogólnego złego samopoczucia. Wirus ten atakuje przede wszystkim układ oddechowy, jednak w razie powikłań może również wpływać na inne narządy, takie jak serce, nerki, mięśnie oraz układ nerwowy.

#### Zakażenie

Do zakażenia dochodzi drogą kropelkową od osób zakażonych wirusem grypy w czasie kichania, kaszlu czy nawet podczas rozmowy. Możliwe jest również zakażenie przez kontakt bezpośredni z zakażoną osobą oraz przedmiotami zanieczyszczonymi przez chorego.

#### Epidemiologia

Na grypę według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) choruje co roku około 5-10% dorosłych oraz 20-30% dzieci, głównie w okresie od października do kwietnia - w czasie tzw. sezonu grypowego dla półkuli północnej. W Polsce co roku stwierdza się 3 - 4,5 mln zachorowań na grypę i zakażenia grypopodobne, a od 10 do 30 tysięcy z tych osób wymaga leczenia szpitalnego. Co roku odnotowuje się również od kilkunastu do nawet ponad stu zgonów, głównie wśród osób starszych.

#### Walka z grypą

Grypa jest chorobą wirusową, więc w jej leczeniu antybiotyki nie są skuteczne. Najskuteczniejszym sposobem zapobiegania grypie i jej powikłaniom są szczepienia, które są zalecane wszystkim, którzy chcą uniknąć zachorowania i nie mają przeciwwskazań oraz w grupach ryzyka: kobiety w ciąży, dorośli po 65. roku życia, dzieci do 5. roku życia, pacjenci z chorobami przewlekłymi oraz personel medyczny.

### 2. Dlaczego warto się szczepić przeciw grypie?

Przede wszystkim dlatego, że zgodnie ze starą maksymą, lepiej jest zapobiegać niż leczyć. Ponadto szczepienia przeciw grypie są skuteczną i bezpieczną metodą zapobiegającą zachorowaniu i powikłaniom tej choroby.

#### Powikłania

Choć większość zachorowań na grypę przebiega łagodnie, możliwe są ciężkie powikłania, takie jak:

- zapalenie płuc
- zapalenia gardła, zatok, oskrzeli
- zapalenie mięśnia sercowego
- zapalenie mięśni
- zapalenie nerek
- zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych
- zaostrzenie chorób przewlekłych (np. przewlekłej niewydolności serca, astmy oskrzelowej, POChP, cukrzycy)



Ponadto grypa może zwiększać aż 8-krotnie ryzyko udaru mózgu.

W wyniku powikłań grypy może dojść do znacznego pogorszenia stanu zdrowia, a nawet zgonu. Szczepienie zwiększa zdolność organizmu do walki z chorobą i zmniejsza ryzyko wystąpienia powikłań.

### Ochrona innych

Szczepienie chroni nas również jako zbiorowość, hamując rozprzestrzenianie się wirusa grypy wśród społeczeństwa. Warto więc zaszczepić się także z myślą o dobru naszych bliskich, do których należą małe dzieci, osoby starsze i schorwane, szczególnie narażone na ciężki i powikłany przebieg grypy.

### 3. Dla kogo szczepienie przeciw grypie jest szczególnie ważne?

Szczególnie narażeni na powikłania grypy są:

- dzieci (poniżej 5. roku życia)
- osoby powyżej 55. roku życia
- kobiety w ciąży
- osoby otyłe
- osoby cierpiące na choroby przewlekłe, takie jak:
  - niewydolność układu oddechowego
  - astma oskrzelowa
  - przewlekła obturacyjna choroba płuc (POCHP)
  - choroby układu sercowo-naczyniowego
  - choroby nerek
  - cukrzyca
  - choroby wątroby
  - choroby neurologiczne i neurodegeneracyjne
  - choroby układu krwiotwórczego



W związku z tym szczepienia są szczególnie zalecane:

- dzieciom od ukończenia 6. miesiąca życia
- osobom w wieku powyżej 55 lat
- dzieciom (od ukończenia 6. miesiąca życia) i dorosłym cierpiącym na choroby przewlekłe
- pensjonariuszom domów opieki
- osobom mającymi zawodowy lub rodzinny kontakt z dziećmi, osobami w podeszłym wieku lub chorymi na choroby przewlekłe
- kobietom w ciąży
- osobom w stanach obniżonej odporności
- osobom związanym zawodowo z ochroną zdrowia, funkcjonariuszom publicznym (policji, wojska, straży pożarnej), pracownikom szkół, handlu i transportu
- osobom po transplantacji narządów



## SZCZEPIENIA DOROSŁYCH

### 4. Czy szczepionki przeciw grypie są bezpieczne?

Tak, szczepionka przeciw grypie jest bezpieczna i dobrze tolerowana przez pacjentów. Niepożądane odczyny poszczepienne, wymienione poniżej, zazwyczaj są bardzo łagodne i ustępują szybko.

Warto zaznaczyć, że szczepienie z użyciem szczepionek inaktywowanych, podawanych domięśniowo nie może wywołać grypy. Klasyczna szczepionka przeciw grypie zawiera „zabite” wirusy grypy, niezdolne do namnażania w organizmie człowieka.



### 5. Czy szczepionki przeciw grypie są skuteczne?

Szczepionka przeciw grypie jest najskuteczniejszym dostępnym sposobem zapobiegania grypie, jej powikłaniom i hospitalizacji z jej powodu. Skuteczność szczepienia zależy od stanu zdrowia osoby zaszczepionej i waha się pomiędzy 50-95% skuteczności w zmniejszaniu liczby zachorowań, powikłań i zgonów. Skuteczność szczepionki zależy od wieku oraz stanu układu odpornościowego zaszczepionej osoby, wykazuje także zmienność w poszczególnych sezonach grypowych, ponieważ wirus grypy bardzo szybko się zmienia poprzez mutacje. Szczepionki są ważne tylko jeden sezon epidemiczny, a ich skład jest zmieniany co roku według zaleceń Światowej Organizacji Zdrowia.

### 6. Jak wygląda szczepienie?

Szczepionkę przeciw grypie podaje się w jednej dawce i nie przewiduje się dawek przypominających w czasie sezonu epidemicznego. Wyjątkiem jest pierwsze w życiu szczepienie dziecka w wieku od ukończenia 6. miesiąca życia do 9. roku życia, kiedy to podaje się dwie dawki szczepionki w odstępie 4 tygodni. Szczepionki zazwyczaj podaje się domięśniowo lub głęboko podskórnice. Obecna jest na rynku również szczepionka donosowa przeznaczona dla dzieci w wieku 2-18 lat.

### 7. Refundacja

W celu uzyskania refundacji wymagana jest odpowiednio wypisana recepta od lekarza. W sezonie 2023/2024 objęte są refundacją dwie szczepionki przeznaczone do wstrzyknięcia: Influvac Tetra oraz Vaxigrip Tetra. Zasady refundacji dla obu preparatów są następujące:

#### Influvac Tetra oraz Vaxigrip Tetra

bezpłatnie	odpłatność 50%
<ul style="list-style-type: none"><li>kobiety w ciąży</li><li>osoby w wieku powyżej 65 lat</li><li>dzieci po ukończeniu 6. miesiąca do 18 lat</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>wszyscy dorośli 18-64 lat</li></ul>

## SZCZEPIENIA DOROSŁYCH

### 8. Możliwe działania niepożądane

Jak w przypadku stosowania każdego leku czy szczepionki po otrzymaniu szczepienia przeciw grypie mogą pojawić się działania niepożądane. Najczęściej należą do nich łagodne objawy w miejscu wkłucia, takie jak ból, obrzęk, zaczerwienienie. Ustępują one na ogół do 2 dni po szczepieniu. Niekiedy mogą pojawić się również objawy ogólne, podobne do objawów samej grypy, takie jak ból głowy, mięśni, stawów czy podwyższona temperatura. Zwykle mają niewielkie nasilenie, ustępują bez leczenia lub wymagają krótkotrwałego podawania leków przeciwbólowych i przeciwgorączkowych.

W przypadku wystąpienia zaburzeń stanu zdrowia po szczepieniu mówimy o niepożądanych odczynach poszczepiennych (NOP). NOP to nadmierna reakcja organizmu na podaną szczepionkę, która wystąpiła w okresie 4 tygodni po jej podaniu. W szczególnych przypadkach możliwe jest wystąpienie reakcji alergicznej na któryś ze składników szczepionki.



### Źródła:

1. Program Szczepień Ochronnych 2024 [link: <https://dziennikmz.mz.gov.pl/legalact/2023/100/>]
2. Rekomendacje profilaktyki, diagnostyki i leczenia grypy u dorosłych dla lekarzy podstawowej opieki zdrowotnej: FLU KOMPAS POŻ – ADULTS
3. Wakcynologia praktyczna; red. Ciechanowski P, Mrożek-Budzym D; wyd. Alfamedica press, 2023
4. Obwieszczenie Ministra Zdrowia z dnia 20 października 2023 r. w sprawie wykazu refundowanych leków, środków spożywczych specjalnego przeznaczenia żywieniowego oraz wyrobów medycznych na 1 listopada 2023 r. [link: <https://dziennikmz.mz.gov.pl/legalact/2023/97/>]
5. Charakterystyka produktów leczniczych Influvac Tetra, Vaxigrip Tetra, Fluenza Tetra.