

SZCZEPIENIA DLA DOROSŁYCH



W Wielkiej Brytanii szczepienie to element codzienności. Szczepionki ratują miliony istnień na całym świecie, a choroby takie jak ospa prawdziwa i polio, które dawniej wywoływały śmierć lub niepełnosprawność u milionów ludzi, teraz zniknęły lub występują bardzo rzadko.

Większość szczepionek podaje się w dzieciństwie, jednak dorosłym w określonym wieku, spełniającym warunki kwalifikacji proponuje się trzy rutynowe szczepionki. Są to szczepionki przeciwko **półpaścowi**, **RSV** lub **pneumokokom**. Co roku możesz otrzymać propozycję szczepienia przeciwko **grypie** i **Covid-19**.



RUTYNOWE SZCZEPIENIA

SZCZEPIONKA	KTO SIĘ KWALIFIKUJE	CHOROBY, PRZED KTÓRYMI CHRONI
Półpasiec	<ul style="list-style-type: none"> Kiedy osiągniesz wiek 65 lat Dla każdego w wieku od 70 do 79 lat, kto nie zaszczepił się w wieku 65 lat. Ludzie w wieku od 50 lat, o osłabionym układzie odpornościowym. 	Półpasiec
Pneumokoki	<ul style="list-style-type: none"> Ludzie w wieku od 65 lat wzwyż Dorośli w grupie podwyższonego ryzyka poważnej choroby 	Zapalenie opon mózgowych (infekcja mózgu i rdzenia kręgowego) Sepsa (zagrożająca życiu reakcja na infekcję) Zapalenie płuc (infekcja płuc)
Syncytialny wirus oddechowy (RSV)	<ul style="list-style-type: none"> Osoby w wieku 75 do 79 lat Kobiety w ciąży 	Syncytialny wirus oddechowy (RSV) , mogący wywoływać poważne infekcje, takie jak zapalenie płuc i zapalenie oskrzeli .

JAK PRZYJĄĆ RUTYNOWĄ SZCZEPIONKĘ

- Gabinet twojego lekarza rodzinnego zwykle skontaktuje się z Tobą, kiedy zakwalifikujesz się do szczepienia przeciwko półpaścowi, RSV lub pneumokokom. Kontakt zazwyczaj będzie odbywał się drogą listowną, eśemesową, telefoniczną lub mailową.
- Czasami możesz otrzymać propozycję szczepienia podczas wizyty u lekarza rodzinnego, jeżeli przyjdiesz w innej sprawie w terminie szczepienia.
- Jeżeli jesteś w ciąży, szczepionka przeciwko RSV powinna zostać zaproponowana mniej więcej w czasie wizyty przedporodowej w dwudziestym ósmym tygodniu ciąży. Jeżeli jesteś co najmniej w dwudziestym ósmym tygodniu ciąży i jeszcze nie zaproponowano Ci szczepionki, skontaktuj się z gabinetem położniczym lub lekarzem rodzinnym.

SKONSULTUJ SIĘ Z LEKARZEM RODZINNYM, JEŻELI:

- sądysz, że kwalifikujesz się do powyższych szczepionek, ale nikt się z Tobą nie skontaktował.
- nie otrzymałeś/otrzymałaś szczepionki, gdy skontaktowano się z Tobą w tej sprawie i wciąż masz mniej niż 80 lat, w przypadku szczepionki na półpaśca (wyłącznie osoby o poważnie osłabionym układzie odpornościowym mogą się zaszczepić powyżej osiemdziesiątego roku życia). Możesz zaszczepić się przeciwko pneumokokom w dowolnym wieku powyżej sześćdziesiątego piątego roku życia, a przeciwko RSV od siedemdziesiątego piątego roku życia.
- szczepiłeś/szczepiłaś się wcześniej przeciwko półpaścowi, jednak obecnie twój układ odpornościowy jest znacznie osłabiony – w zależności od rodzaju szczepionki na półpaśca, możesz potrzebować kolejnego szczepienia.
- zbliżył się termin szczepienia, jednak źle się czujesz – być może będziesz musiał/a poczekać, aż poczujesz się lepiej, zanim przyjmiesz szczepionkę.
- musisz przetożyc wizytę w sprawie szczepienia.

Jeżeli jesteś spawaczem lub pracownikiem przemysłu metalowego, porozmawiaj z pracodawcą o szczepieniu przeciwko **pneumokokom**.



SZCZEPIENIA SEZONOWE

Zima

Grypa i Covid-19 mogą zagrażać życiu i szerzą się łatwiej zimą, kiedy przebywamy wspólnie w pomieszczeniach.

Jak wskazują badania, zachorowanie jednocześnie na grypę i Covid-19 zwiększa prawdopodobieństwo poważnego przebiegu choroby. Jeżeli spełniasz warunki kwalifikacji, szczepienie przeciwko grypie

i Covid-19 zapewni ochronę Tobie i osobom z Twojego otoczenia.

Ważne jest, by zwiększać poziom ochrony, nawet jeżeli już wcześniej przyjęto się szczepionkę lub chorowało się na grypę bądź Covid-19, ponieważ odporność z czasem słabnie, a wirusy mutują każdego roku.

Kto się kwalifikuje

SZCZEPIONKA PRZECIWKO GRYPIE

- Wszystkie osoby dorosłe w wieku od **65 lat**
- Osoby w wieku od **6 miesięcy do 64 lat** w **grupie podwyższonego ryzyka**
- Kobiety w **ciąży**
- Osoby mieszkające w **domu opieki**
- Osoby otrzymujące **zasitek opiekuńczy**, lub będące **głównym opiekunem** osoby starszej lub niepełnosprawnej.
- Ludzie mieszkający z osobą o **ostabionym układzie odpornościowym**

Dowiedz się więcej:

 www.nhs.uk/flu vaccine

SZCZEPIONKA PRZECIWKO COVID-19

- Wszystkie osoby dorosłe w wieku od **65 lat**
- Rezydenci **domów opieki dla osób starszych**
- Ludzie w wieku od **6 miesięcy do 64 lat** w **grupie podwyższonego ryzyka**, w tym kobiety w **ciąży**
- **Pracownicy** służby zdrowia i opieki społecznej mający bezpośredni kontakt z klientami
- Personel **domów opieki dla starszych dorosłych**



Dowiedz się więcej:

 www.nhs.uk/covid-vaccination

Jak dokonać rezerwacji

SZCZEPIONKA PRZECIWKO GRYPIE

Jeśli kwalifikujesz się do szczepienia przeciwko grypie, możesz zarezerwować swoją szczepionkę poprzez:

- Gabinet Twojego lekarza
- Twoją lokalną aptekę
-  **Aplikację NHS**
-  www.nhs.uk/bookflu

Wiele lokalnych aptek oferuje usługę na miejscu, bez konieczności rezerwacji.

Aby uzyskać więcej informacji, odwiedź stronę:

 northeastlondon.icb.nhs.uk/vaccinations

SZCZEPIONKA PRZECIWKO COVID-19

Jeśli kwalifikujesz się do szczepienia przeciwko Covid-19, możesz zarezerwować swoją szczepionkę poprzez:

- Twoją lokalną aptekę
-  **Aplikację NHS**
-  www.nhs.uk/bookcovid
-  **119**

Wiele lokalnych aptek oferuje usługę na miejscu, bez konieczności rezerwacji.