

Zdrowa jesień

Jesienią warto pomyśleć o szczepieniach ochronnych, żeby zminimalizować ryzyko zachorowań. Na co się zaszczepić, żeby zapewnić sobie zdrową jesień? – radzi ekspert dr n. med. Izabela Banaś, lekarz internista, członek Prezydium ORL w Łodzi.

Joanna Barczykowska

Epidemia COVID-19 zdecydowanie zwiększyła świadomość na temat szczepień ochronnych. Szczepimy się dziś nie tylko przeciw COVID-19, ale także przeciw sezonowej grypie czy bakteriom wywołującym choroby układu oddechowego. Powstał nawet kalendarz szczepień dla osób dorosłych i warto z niego skorzystać – mówi dr Izabela Banaś.

Na jakie szczepienia postawić jesienią, żeby ochronić nasz organizm przed zachorowaniami?

Grypa

Zalecanym szczepieniem każdego roku jest to przeciw grypie. Zachorowania występują od października do maja, przy czym szczyt przypada na styczeń, luty, marzec. Najlepiej zaszczepić się przed sezonem, żeby zbudować odpowiednią odporność. W Polsce szczepionki na dany rok pojawiają się zwykle w drugiej połowie września. Kto powinien z nich skorzystać?

Każdy. Szczepienie przeciw grypie jest dla każdego i na szczęście po pandemii wyszczepialność wzrosła znacząco. Oczywiście w grupie ryzyka zawsze są osoby starsze, z obniżoną odpornością i chorobami przewlekłymi, małe dzieci, a także lekarze i pracownicy ochrony zdrowia, którzy są narażeni na częsty kontakt z wirusem – podkreśla dr I. Banaś.

RSV

RSV może powodować poważne infekcje dróg oddechowych, szczególnie u niemowląt i osób starszych. W Polsce dostępna jest już szczepionka dla dorosłych.

RSV jest nową szczepionką. Jest to szczepienie nieobowiązkowe, wykonywane tylko komercyjnie. Szczepionka przeciw RSV dostępna jest jedynie dla dorosłych, a nie dla dzieci. Zalecana szczególnie dla osób po 65 roku życia oraz pacjentów z zaburzeniami

odporności – zaznacza dr I. Banaś.

Krztusiec

W ostatnich miesiącach w Polsce coraz częściej pojawiają się przypadki zachorowań na krztusiec. To choroba bakteryjna, która może być szczególnie niebezpieczna dla małych dzieci i osób starszych, dlatego lekarze rodzinni zalecają ponowne wykonanie tego szczepienia. Szczepienie jest bowiem ważne ok. 10 lat, a większość dorosłych była szczepiona w dzieciństwie.

Szczepienie przeciw krztuścowi można oczywiście wykonywać przez cały rok, ale warto dodać je do kalendarza jesiennego. Zaleca się wykonanie jej szczególnie osobom, które mają kontakt z małymi dziećmi w wieku przedszkolnym, czyli rodzicom i dziadkom, którzy opiekują się wnukami. Grupą szczególnie narażoną są też kobiety w ciąży, dlatego warto zaszczepić się w momencie planowania ciąży lub w trzecim trymestrze. Bardzo ważne jest też zaszczepienie osób, które mają kontakt z noworodkiem. Ostatnią grupą są pacjenci przewlekle chorzy, którzy ze względu na choroby współistniejące są narażeni na trudniejszy przebieg choroby – mówi dr I. Banaś.

Pneumokoki

Kolejnym zalecanym szczepieniem jest to, przeciw pneumokokom. Pneumokoki są bakteriami, które mogą powodować ciężkie infekcje, takie jak zapalenie płuc, zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, czy sepsę. Wskazania do szczepienia przeciwko pneumokokom stanowią dwa kryteria: wiek oraz choroby przewlekłe, które zwiększają ryzyko ciężkich zakażeń pneumokokowych.

W grupie ryzyka są przede wszystkim osoby przewlekle chore, o obniżonej odporności. Zalecamy je też wszystkim pacjentom po 65 roku życia, ponieważ są one narażone na cięższy przebieg choroby – podkreśla dr I. Banaś.

Szczepienie przeciw COVID-19

W sezonie jesienno-zimowym wzrasta nie tylko liczba zachorowań na grypę, ale również COVID-19. W ostatnich dwóch latach zmalała znacząco liczba przyjęć szpitalnych czy zaostrzonych stanów związanych z COVID-19, a część pacjentów została w pełni zaszczepiona. Jesienią ma być dostępna kolejna szczepionka przeciw COVID-19. Czy warto z niej skorzystać? – Szczepienie przeciw COVID-19 nie jest już obowiązkowe jak w poprzednich latach. Zaleca się je jednak szczególnie osobom z niedoborami immunologicznymi oraz chorobami współistniejącymi – przypomniana Doktor.

Dofinansowanie do szczepień dla lekarzy:

– członkom Okręgowej Izby Lekarskiej w Łodzi po 65 roku życia przysługuje dofinansowanie na:

- szczepionkę przeciwko meningokokom na kwotę nie większą niż 350 zł (nie więcej niż jedna dawka),
- szczepionkę przeciwko RSV na kwotę nie większą niż 350 zł (nie więcej niż jedna dawka);

– dzieciom do 18 roku życia, których przynajmniej jedno z rodziców jest członkiem OIL w Łodzi na:

- szczepionkę przeciwko pneumokokom na kwotę nie większą niż 250 zł (nie więcej niż jedna dawka),
- szczepionkę przeciwko meningokokom na kwotę nie większą niż 350 zł (nie więcej niż jedna dawka),
- szczepionkę przeciwko HPV na kwotę nie większą niż 450 zł (nie więcej niż jedna dawka).

Panaceum 9/2024