

Inaktivirano sezonsko cjepivo protiv gripe - sezona 2014/2015

1. Zašto se cijepiti protiv gripe?

Gripa (influenca) je zarazna bolest

Gripu uzrokuje virus influence, koji se prenosi direktno kašljanjem, kihanjem i nosnim sekretom. Virus gripe se može prenijeti i indirektno kada kapljice ili sekret iz nosa ili grla dođu na ruke, a zatim se dodirnom može prenijeti na lice.

Svaka osoba može oboljeti od gripe, a najčešće obolijevaju djeca. Kod većine oboljelih simptomi traju pet do sedam dana, a uključuju: zimicu/tresavicu, grlobolju, bolove u mišićima, umor, kašalj, glavobolju, začepljen nos.

Brojne druge bolesti mogu imati iste simptome i često ih se može zamijeniti s gripom.

Osobe starije od 65 godina i osobe koje boluju od nekih kroničnih bolesti (srčane, plućne ili bubrežne bolesti, oslabljen imunološki sustav) mogu imati teži oblik bolesti. Komplikacije gripe mogu biti: upala pluća, upala uha, upala sinusa, dehidracija te pogoršanje postojeće kronične bolesti. Kod starijih osoba gripa može uzrokovati pogoršanje srčanih tegoba koje mogu rezultirati srčanim i moždanim udarom. Kod djece može uzrokovati proljev i konvulzije. Svake godine nekoliko desetaka ljudi u Hrvatskoj umre od gripe, a više stotina ljudi mora biti hospitalizirano.

Većina umrlih od gripe su osobe starije od 65 godina. Cijepljenjem protiv gripe možete zaštititi sebe od gripe i smanjiti mogućnost da prenesete gripu na druge osobe.

2. Što mogu učiniti da se zaštitim od gripe

- **Cijepiti se protiv gripe prije početka pojave sezone gripe**

Cijepljenje protiv gripe svake jeseni je najučinkovitiji način sprečavanja gripe. Smanjuje rizik od gripe ili ukoliko dobijete gripu, biti će značajno blaža. Osobito je važno da se cijepi protiv gripe ljudi pod povećanim rizikom jer su oni pod većim rizikom od razvoja teških komplikacija gripe.

Ostale preventivne mjere za sprječavanje širenja gripe su:

- **Perite ruke učestalo sapunom i tekućom vodom**
- **Prekrijte usta i nosa maramicom za jednokratnu upotrebu tijekom kašljanja i kihanja**
- **Bacite maramice nakon upotrebe**
- **Ukoliko maramice nisu pri ruci, kašljite i kišite pokrivajući nos i usta laktom**
- **Ostanite kod kuće ako se razbolite**
- **U slučaju pogoršanja potražite liječničku pomoć**

3. Inaktivirano cjepivo protiv gripe

Inaktivirano (mrtvo) cjepivo protiv gripe se primjenjuje u obliku injekcije.

Virusi gripe se trajno mijenjaju te je preporučeno cijepljenje svake godine. Na temelju praćenja kretanja virusa u populaciji, znanstvenici donose preporuke o sastavu cjepiva, tj. na temelju predviđanja koji će sojevi virusa gripe najvjerojatnije uzrokovati slijedeću epidemiju, daju se preporuke o tome koji sojevi se trebaju upotrijebiti za proizvodnju cjepiva. Cjepivo ne može spriječiti gripu uzrokovanu sojevima koji se bitno razlikuju od onih korištenih za proizvodnju cjepiva. Do dva tjedna je potrebno da cijepljena osoba razvije zaštitu nakon cijepljenja. Zaštita traje oko godinu dana. Cjepivo protiv gripe ne sadrži tiomersal.

4. Tko se treba cijepiti i kada?

Tko

Sve osobe koje imaju kroničnu bolest, koja se može pogoršati uslijed gripe:

- srčana insuficijencija, koronarna bolest,
- astma, plućni emfizem i druge plućne bolesti,
- dijabetes i druge metaboličke bolesti,
- neurološke i neuromuskularne bolesti koje utječu na disanje,
- bubrežne bolesti,
- bolesti koje suprimiraju imunološki sustav (maligne bolesti, HIV infekcija, prirođena oštećenja imunološkog sustava, dugotrajno liječenje kortikosteroidima);

Zdravstveni djelatnici i osobe koje skrbe o bolesnicima;

Osobe starije od 65 godina;

Bliski kontakti (obiteljski) djece mlađe od 6 mjeseci i bolesnika koji se ne smiju cijepiti protiv gripe.

Kada

Treba se cijepiti čim cjepivo postane dostupno. Na taj se način stigne postići zaštita na vrijeme čak i ako sezona gripe započne ranije.

Možete se cijepiti i tijekom trajanja sezone gripe. Gripa se može pojaviti bilo kada, ali najčešće se javlja od listopada do svibnja. Posljednjih sezona, najviše oboljelih od gripe bilo je u siječnju i veljači. Cijepljenje tijekom prosinca ili čak i kasnije će također većinom biti korisno.

Djeca mlađa od 9 godina, koja se prvi put cijepi protiv gripe, trebaju biti cijepljena s dvije doze cjepiva da bi bila zaštićena, a kasnije jednom dozom.

Starija djeca i odrasli se cijepi jednom dozom.

Cjepivo protiv gripe može se primiti u isto vrijeme kad i ostala cjepiva.

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

5. Neki ljudi ne smiju primiti cjepivo protiv gripe ili trebaju pričekati

- Recite svom liječniku ukoliko ste imali ozbiljne (po život opasne) alergijske reakcije, uključujući i teške alergijske reakcije na jaja. Teške alergijske reakcije na bilo koju komponentu cjepiva mogu biti razlog da se ne cijepite. Alergijske reakcije na cjepivo protiv gripe su rijetke.
- Recite svom liječniku ako ste ikada imali tešku alergijsku reakciju na cjepivo protiv gripe.
- Recite svom liječniku ako ste ikada imali sindrom Guillain-Barré (teški oblik paralize, koji se još naziva GBS). Vaš liječnik će procijeniti da li se trebate cijepiti.
- Osobe koje su bolesne trebaju pričekati sa cijepljenjem protiv gripe dok se ne oporave. Ako ste bolesni, savjetujte se s Vašim liječnikom o cijepljenju. Osobe koje imaju blagu bolest najčešće se mogu cijepiti.

6. Koji su rizici od inaktiviranog cjepiva protiv gripe?

Cjepivo, kao i bilo koji lijek može uzrokovati ozbiljne poteškoće, kao što su teške alergijske reakcije. Rizik od ozbiljnog oštećenja zdravlja ili rizik od smrti zbog cijepljenja je ekstremno nizak.

Ozbiljne reakcije na inaktivirano cjepivo protiv gripe su vrlo rijetke. Virusi su u inaktiviranom cjepivu protiv gripe mrtvi pa ne možete dobiti gripu radi cijepljenja. Cjepiva koja se u Hrvatskoj koriste ne sadrže cijele mrtve viruse, već samo površinske antigene virusa (glikoproteine).

Blage poteškoće:

- Bolnost, crvenilo ili oteklina na mjestu cijepljenja
- Promuklost; bolnost, crvenilo ili svrbež očiju; kašalj
- Vrućica
- Bolovi
- Glavobolja
- Svrbež
- Umor

Ukoliko se pojave ove poteškoće, započeti će ubrzo nakon cijepljenja i trajati će 1-2 dana.

Umjerene poteškoće

Malena djeca koja su istovremeno cijepljena protiv gripe i protiv pneumokoka su pod povećanim rizikom za febrilne konvulzije. Pitaite svog liječnika za dodatne informacije. Recite svom liječniku ako je Vaše dijete koje cijepite protiv gripe ikada imalo konvulzije.

Teške poteškoće

- Po život opasne alergijske reakcije na cjepiva su izuzetno rijetke. Ako se dogode, to je obično nekoliko minuta nakon cijepljenja, prije nego što cijepljena osoba napusti ordinaciju.
- 1976. cjepivo protiv svinjske gripe bilo je povezano s Guillain-Barré sindromom (GBS). Nakon toga nikada nije nedvosmisleno dokazana povezanost cijepljenja protiv gripe s nastankom GBS. Procjenjuje se da, ukoliko bi postojao rizik od GBS nakon sezonskog cijepljenja, taj bi rizik bio 1 do 2 slučaja na milion cijepljenih osoba. To je značajno niže no što je rizik od teške gripe koja se može spriječiti cijepljenjem.

Sigurnost cjepiva se trajno nadzire. Za dodatne informacije pogledajte

<http://hzjz.hr/wp-content/uploads/2013/11/nuspojave-2013zlvvv-bk.pdf>

7. Što učiniti ako se pojavi ozbiljna reakcija?

Na što treba obratiti pažnju?

- Svako neuobičajeno stanje, kao što je visoka tjelesna temperatura ili neuobičajeno ponašanje. Znakovi teške alergijske reakcije su otežano disanje, promuklost, pištanje, koprivnjača, bljedilo, slabost, ubrzano lupanje srca ili vrtoglavica.

Što treba napraviti?

- Zovite liječnika
- Recite svom liječniku što se dogodilo, datum i vrijeme kad se dogodilo i kad ste primili cjepivo.
- Zatražite od svog liječnika da ispuni prijavu nuspojave.

Hrvatski zavod za javno zdravstvo