

Chrípka

Chráňte svojich pacientov!

Chráňte seba!

Dajte sa zaočkovať proti chrípke.



ÚRAD
VEREJNÉHO
ZDRAVOTNÍCTVA
SLOVENSKEJ
REPUBLIKY



www.uvzsr.sk

Chrípka

Vedeli ste, že očkovanie proti chrípke sa odporúča aj tým, ktorí pracujú v zdravotníckom zariadení ?

Každoročné očkovanie zdravotníckych pracovníkov proti chrípke je dôležité, aby chránili nielen seba, ale aj svojich kolegov a najmä pacientov, ktorí majú riziko zdravotných komplikácií spôsobených chrípkou.

Chrípka môže byť obzvlášť závažná najmä u pacientov, ktorí majú vyššie riziko komplikácií spôsobených chrípkou.

Komplikácie môžu vzniknúť u každého choreho na chrípku, častejšie sa však vyskytujú u pacientov rizikových skupín populácie.

Najčastejšie komplikácie chrípky sú pneumónia, otitída, sinusitída, dehydratácia a zhoršenie chronického ochorenia, ako sú kongestívne zlyhanie srdca, astma alebo diabetes. U starších osôb môže chrípka spôsobiť alebo zhoršiť kardiovaskulárne a cerebrovaskulárne ochorenia (infarkt a mozgová príhoda). Komplikácie chrípky môžu následne viesť k hospitalizácii pacientov (asi 5%¹) a k predčasnej smrti, najmä u starších osôb a osôb s inými pridruženými ochoreniami.

Rizikové skupiny populácie zahŕňajú staršie osoby / seniorov a ľudí s chronickými ochoreniami ako sú:

- astma a iné respiračné ochorenia
- kardiovaskulárne ochorenia
- diabetes a iné endokrinné ochorenia
- ochorenia pečene
- metabolické ochorenia
- neurologické a neuromuskulárne ochorenia postihujúce dýchacie funkcie
- ochorenia obličiek
- oslabený imunitný systém



Očkovanie je účinný prostriedok na kontrolu prenosu vírusov chrípky medzi zdravotníkmi a pacientmi.

Ďalšie účinné preventívne opatrenia na zníženie šírenia chrípky:

- Umývajte si ruky pravidelne mydlom a vodou
- Pri kýchaní si prikryte ústa a nos papierovou vreckovou
- Po použití vreckovku vyhodte do odpadkového koša
- Ak nemáte k dispozícii vreckovku, kýčajte do svojho rukáva, pričom si rukou úplne prekryte nos a ústa
- Ak ste chorí, zostaňte doma

Kto by mal byť zaočkovaný proti chrípke ?

Všetci zdravotníci a sociálni pracovníci zahrnutí do zdravotnej starostlivosti o pacientov v:

- ambulanciách všeobecných lekárov
- nemocniciach
- zdravotníckych zariadeniach
- zariadeniach sociálnych služieb

Týka sa to týchto profesií:

- administratívni pracovníci prichádzajúci do kontaktu s pacientmi
- vodiči sanitiek
- lekári / zdravotnícki pracovníci
- zdravotné sestry
- ďalší personál poskytujúci zdravotnú starostlivosť
- iné zdravotnícke profesie podieľajúce sa na zdravotnej starostlivosti
- lekárnici

1. Comparison of clinical features and outcomes of medically attended influenza A and influenza B in a defined population over four seasons: 2004-2005 through 2007-2008. Irving et al., Influenza and Other Respiratory Viruses. 2012 Jan;6(1):37-43. doi: 10.1111/j.1750-2659.2011.00263.x. Epub 2011 May 25.



Prečo by som sa mal dať zaočkovať proti chrípke ?

Chrípka môže postihnúť každého. Nakazený človek šíri vírus chrípky na iných aj vtedy, keď sa u neho neprejavujú klinické príznaky ochorenia, čo býva najmä u ľudí s miernym priebehom chrípky alebo u asymptomatických pacientov (až do 30 % chorých²). Zdravý dospelý človek infikovaný vírusom chrípky je nákazlivý jeden deň pred prejavom príznakov až do piateho až siedmeho dňa od vzniku ochorenia. Vyššia úroveň zaočkovanosti zdravotníckych pracovníkov prispieva k zníženiu chrípky podobných ochorení a dokonca aj úmrtí. Je to veľmi dôležité najmä v zariadeniach sociálnych služieb, v ktorých sú umiestnené osoby s vyšším rizikom zdravotných komplikácií spôsobených chrípkou a u ktorých môže byť nižšia imunitná odpoveď na očkovaciu látku.

„V porovnaní s inými profesiami sú zdravotnícki pracovníci vo výrazne vyššom riziku nákazy chrípkou.“³

„Zníženie šírenia chrípky v zariadeniach s poskytovaním zdravotnej starostlivosti je porovnateľné so zabránením piatich úmrtí, dvoch prijatí do nemocnice na chrípku podobné ochorenie, siedmich návštev u lekára z dôvodu chrípky podobných ochorení a deviatich prípadov na chrípku podobné ochorenie na 100 osôb umiestnených v zariadeniach sociálnych služieb.“⁴

Kedy sa mám dať zaočkovať proti chrípke?

Očkovanie je potrebné vykonať každý rok v polovici jesene, ideálne ešte pred tým, ako sa začne zvyšovať aktivita vírusov chrípky. Nie je možné presne predpovedať začiatok chrípkovej sezóny, môže začať hneď na začiatku októbra a trvať do konca mája. Asi dva týždne po očkovaní sa začínú vytvárať protilátky, ktoré zabezpečia ochranu proti chrípke.

Prečo sa mám dať očkovať proti chrípke každý rok?

Vírusy chrípky sa menia každý rok a to je dôvod, prečo je potrebné, dať sa zaočkovať aktuálnou očkovacou látkou každý rok. Očkovacia látka proti chrípke obsahuje aktuálne najčastejšie cirkulujúce vírusy chrípky.

Očkovacie látky proti chrípke sú bezpečné

Napriek tomu, že sa môžu objaviť určité riziká spojené s očkovaním, výhody očkovania ich výrazne prevyšujú. Účinnosť očkovacej látky proti chrípke môže byť z roka na rok iná v závislosti od toho, aké vírusy v danej chrípkovej sezóne cirkulujú.

Riziká spojené s chrípkou	Riziká spojené s očkovaním proti chrípke ⁵
Najčastejšie príznaky <ul style="list-style-type: none">• Horúčka, bolesť hrdla, nádcha, suchý kašeľ, únava, bolesť hlavy a bolesť svalov.• Sťaženie dýchanie a bronchiolitída, časté najmä u detí.	Bežné nežiadúce účinky po očkovaní (<1/100) <ul style="list-style-type: none">• Bolesť/bolesť, začervenanie a/alebo opuchnutie v mieste vpichu.• Krátkodobá horúčka (1–2 dni), môže byť vysoká (>39,0 °C) u detí.• Krátkodobá únava (1–2 dni).• Bolesť svalov (1–2 dni).• Nežiaduce účinky po očkovaní sa častejšie vyskytujú u detí, ktoré sú očkované prvýkrát alebo ešte neboli choré na chrípku, ako u dospelých.
Najčastejšie komplikácie <ul style="list-style-type: none">• Pneumónia.• Otitída.• Sinusitída.• Myokarditída.• Perikarditída.• Zhoršenie chronického ochorenia prítomného pred ochorením na chrípku (napr. kongestívne zlyhávanie srdca).	Zriedkavé nežiaduce účinky po očkovaní (<1/1 000) <ul style="list-style-type: none">• Urtikária (žihľavka).
Zriedkavé komplikácie <ul style="list-style-type: none">• Septikémia.• Encefalopatia.• Smrť.	Veľmi neobvyklé nežiaduce účinky po očkovaní (<1/10 000)v <ul style="list-style-type: none">• Anafylaxia (Anafylaktický šok).• Parestézia.• Guillain-Barré syndróm (<1/1.000.000).

2. H1N1 hemagglutinin-inhibition seroprevalence in Emergency Department Health Care workers after the first wave of the 2009 influenza pandemic. *Pediatr Emerg Care.* 2011 Sep;27(9):804-7. doi: 10.1097/PEC.0b013e31822c125e.

3. Incidence of Influenza in healthy adults and healthcare workers: a systematic review and meta-analysis - *PLoS One* 2011; 6 (10):e26239

4. Effectiveness of an influenza vaccine programme for care home staff to prevent death, morbidity and health service use among residents: cluster randomised controlled trial - *BMJ* 2006; 333:1241

5. Several types of vaccines are available on the European market. Reported risks refer to inactivated influenza vaccines commonly used in organised immunisation programmes in the European Union.

**Šírenie chrípky a jej dopady na zdravie v Európe
neustále monitorujú odborní pracovníci prostredníctvom
Európskej siete pre Surveillance Chrípky (EISN),
ktorá je koordinovaná
Európskym centrom pre prevenciu a kontrolu chorôb**



ÚRAD
VEREJNÉHO
ZDRAVOTNÍCTVA
SLOVENSKEJ
REPUBLIKY



www.uvzsr.sk