



Szczepionka przeciwko COVID-19

Ochrona pracowników służby zdrowia i opieki społecznej

Wszystkim pracownikom służby zdrowia i opieki społecznej na pierwszej linii walczących z pandemią koronawirusa zapewnia się szczepionkę chroniącą przed COVID-19.

Możliwie najszybsze przyjęcie takiej szczepionki ochroni ich, ich rodziny, pacjentów i podopiecznych.

Szczepionka przeciwko COVID-19 może pomóc w ograniczeniu ryzyka poważnej choroby i uratowaniu życia. W ten sposób zmniejszy się obciążenie systemu opieki zdrowotnej i społecznej.

Dlaczego zaszczepienie się przeciwko COVID-19 jest ważne?

Pracownicy służby zdrowia i opieki społecznej walczący z pandemią na pierwszej linii są bardziej narażeni na zachorowanie na COVID-19 w pracy. Dla takich pracowników, zwłaszcza pracujących w domach opieki społecznej, ryzyko wielokrotnego kontaktu z zakażonymi osobami jest znacznie wyższe.

Choroba COVID-19 może mieć poważny przebieg i prowadzić do długotrwałych komplikacji zdrowotnych. Są one częściej spotykane u pracowników starszych z podstawowymi klinicznymi czynnikami ryzyka.

Choroba COVID-19 może przebiegać bezobjawowo, co oznacza niebezpieczeństwo zarażenia członków rodziny, znajomych i pacjentów, z których większość może znajdować się w grupie podwyższonego ryzyka.

Bycie zdrowym nie gwarantuje obniżonego ryzyka zakażenia wirusem wywołującym COVID-19 czy zakażenia nim kogoś innego.

Przy wysokiej liczbie zakażeń szczególnie ważne staje się zatrzymanie rozprzestrzeniania się wirusa, aby

odciążyć system opieki zdrowotnej i społecznej oraz zapewnić zdrowie pracownikom.

Czy szczepionka mnie ochroni?

Szczepionka przeciw COVID-19 ograniczy ryzyko zachorowania na tę chorobę. Żadna szczepionka nie jest całkowicie skuteczna, co dotyczy wszystkich leków, a budowanie odporności po jej przyjęciu trwa kilka tygodni. Możliwe jest zachorowanie na COVID-19 pomimo przyjęcia szczepionki, jednak powinna ona ograniczyć nasilenie infekcji.

Szczepionka okazała się skuteczna w badaniach ponad 20 000 osób. Nie stwierdzono żadnych obaw dotyczących jej bezpieczeństwa.

Jak to możliwe, że szczepionkę przeciwko COVID-19 opracowano tak szybko?

Technologie tworzenia szczepionek udoskonalano wraz z upływem czasu. Od rozpoczęcia globalnej pandemii rządy zapewniły firmom farmaceutycznym wsparcie w postaci finansowania, procesów badawczych i procesów produkcyjnych mających przyspieszyć utworzenie i wyprodukowanie szczepionki. Jednak surowe testy bezpieczeństwa i skuteczności pozostają dokładnie takie same, jak w przypadku wszystkich innych szczepionek, w tym tych, których nie wyprodukowano w reakcji na pandemię.

Czy szczepionka ochroni pacjentów i podopiecznych?

Dowody na to, czy szczepionka przeciwko COVID-19 ogranicza ryzyko zakażenia innych osób, nie są jasne. Większość szczepionek obniża ogólne ryzyko zakażenia, ale niektóre zaszczepione osoby mogą przejść infekcję łagodnie lub bezobjawowo, a to oznacza, że mogą zakażać innych. Wysoce prawdopodobne jest to, że u osoby zaszczepionej infekcja będzie przebiegała łagodniej, a okres wydzielania wirusa będzie krótszy. Dlatego oczekujemy, że zaszczepieni pracownicy systemu opieki zdrowotnej i społecznej z mniejszym prawdopodobieństwem będą zarażać znajomych i rodziny oraz pacjentów i podopiecznych.

Czy szczepionka będzie miała skutki uboczne?

Szczepionki mają skutki uboczne podobnie jak wszystkie inne leki. Większość działań niepożądanych ma łagodny i krótki przebieg. Nie występują one u wszystkich zaszczepionych osób. Nawet w przypadku pojawienia się skutków ubocznych po pierwszej dawce konieczne będzie przyjęcie drugiej dawki. Mimo że pierwsza dawka może zapewnić pewien stopień ochrony, dopiero przyjęcie drugiej dawki zapewni możliwie najlepszą ochronę.

Bardzo częste skutki uboczne to m.in.:

- bolesność ramienia w miejscu wkłucia, uczucie ciężkości w ramieniu i nadwrażliwość ramienia, zwykle objawy te najdotkliwiej będą odczuwane po 1–2 dniach po przyjęciu szczepionki;
- zmęczenie;
- bóle głowy;
- ból całego ciała lub łagodne objawy podobne do grypy.

Mimo że dość często występuje stan podgorączkowy trwający 2–3 dni, bardzo wysoka temperatura pojawia się rzadko i może być objawem choroby COVID-19 lub innej infekcji.

Wówczas można przyjąć dopuszczalną dawkę paracetamolu (według instrukcji na opakowaniu) i odpocząć, aby poczuć się lepiej. Nie należy przekraczać zalecanej dawki.

Objawy te zwykle trwają krócej niż tydzień. Jeśli zwiększy się ich natężenie lub pojawią się obawy co do stanu zdrowia, zadzwoń do lekarza rodzinnego lub innego specjalisty.

Lekarzowi lub pielęgniarce należy przekazać informacje o przyjęciu szczepienia (pokazać kartę

szczepień), aby mogli oni dokonać odpowiedniej oceny.

Jeśli podejrzewasz u siebie skutki uboczne szczepionki i leków, zgłoś je w ramach programu Yellow Card. Informacje na temat Coronavirus Yellow Card można znaleźć w Internecie. Można też pobrać aplikację Yellow Card.

Czy szczepionkę może przyjąć kobieta w wieku rozrodczym? W ciąży? Planująca ciążę? Karmiąca piersią?

Szczepionki nie przetestowano jeszcze u kobiet w ciąży, co dzieje się w przypadku wszystkich nowych leków. Kobietom w ciąży lub podejrzewającym ciążę zaleca się przyjęcie szczepionki po rozwiązaniu.

Jeśli przyjął pierwszą dawkę i zaszłaś w ciążę, odłóż w czasie przyjęcie drugiej dawki. Porozmawiaj ze swoim pracodawcą na temat innych sposobów ograniczania ryzyka zachorowania na COVID-19.

Jeśli o ciąży dowiesz się po przyjęciu szczepionki, możesz mieć pewność, że nie zawiera ona organizmów namnażających się w ciele, zatem nie może ona spowodować zakażenia COVID-19 u nienarodzonego dziecka. Jak w przypadku innych szczepionek Public Health England ustanawia system monitorowania przeznaczony dla kobiet, które przypadkowo zostały zaszczepione w okresie ciąży.

U większości kobiet, które w ciąży zachorują na COVID-19, choroba nie przebiega ciężiej niż w przypadku kobiet nieciążarnych, co oznacza możliwość urodzenia zdrowego dziecka.

Więcej informacji dla kobiet w wieku rozrodczym, w ciąży, planujących ciążę lub karmiących piersią znajduje się na stronie nhs.uk/covidvaccination.

Jednak mogą się zdarzyć sytuacje, w których specjalista zaleci przyjęcie szczepionki kobiecie znajdującej się w wysokiej grupie ryzyka i będącej w ciąży.

Niniejsze porady mogą się zmienić wraz z pojawianiem się dalszych danych dotyczących bezpieczeństwa szczepionki.

Kto nie może przyjąć szczepionki?

Szczepionki nie zawierają żywych organizmów, zatem są bezpieczne dla osób z zaburzeniami funkcji układu odpornościowego. Takie osoby mogą nie zareagować dobrze na szczepionkę. Szczepionki przeciwko COVID-19 nie może przyjąć niewielka liczba osób cierpiących na ciężkie alergie, a będących w grupie ryzyka zachorowania.

Czy mogę się zarazić wirusem wywołującym COVID-19 w wyniku przyjęcia szczepionki?

Nie ma takiego ryzyka. Jednak możliwe jest zakażenie się koronawirusem wywołującym COVID-19 i wystąpienie objawów dopiero po przyjęciu szczepionki. Z tego względu warto nadal przechodzić regularne testy przesiewowe ustalone przez pracodawcę.

Osoby z objawami COVID-19 powinny pozostać w domu na kwarantannie i zadzwonić na infolinię dotyczącą koronawirusa **01534 445566** w celu umówienia się na test.

Więcej informacji na temat objawów znajduje się na stronie gov.je/symptoms.

Jak zarezerwować wizytę?

Od swojego bezpośredniego przełożonego otrzymasz wiadomość e-mail ze szczegółami dotyczącymi rezerwacji terminu. Na wizytę zabierz dokument tożsamości i identyfikator służbowy. Pamiętaj, aby wziąć ze sobą maskę.

Co mam zrobić później?

Po przyjęciu pierwszej dawki musisz uwzględnić w planach drugą wizytę. Otrzymasz potwierdzenie w postaci karty ewidencyjnej lub wiadomości e-mail z terminem przyjęcia drugiej dawki (który przypadnie po 3–12 tygodniach). Ważne jest przyjęcie obu dawek szczepionki, aby zapewnić sobie najlepszą ochronę.

Kartę ze szczegółami dotyczącymi szczepionki należy przechowywać w bezpiecznym miejscu.



Co mam zrobić, jeśli przed kolejną wizytą zachoruję?

W przypadku złego samopoczucia lepiej jest poczekać na poprawę stanu zdrowia, a szczepionkę przyjąć w późniejszym terminie, jednak wówczas trzeba ją przyjąć możliwie najszybciej. Na umówione szczepienie nie powinny zgłaszać się osoby, które odbywają kwarantannę, czekają na wynik testu na COVID-19 lub nie czują się dobrze.

Czy po przyjęciu szczepionki nadal muszę przestrzegać wszystkich obostrzeń mających na celu kontrolowanie zakażeń?

W wyniku przyjęcia szczepionki nie można zarazić się koronawirusem wywołującym COVID-19, a przyjęcie dwóch dawek ograniczy ryzyko zapadnięcia na ciężką chorobę. Żadna szczepionka nie jest całkowicie skuteczna, a budowanie odporności przez organizm po przyjęciu szczepionki trwa kilka tygodni.

Zatem w miejscu pracy nadal konieczne będzie przestrzeganie obowiązujących w nim wytycznych, w tym noszenie sprzętu ochrony osobistej i uczestnictwo w programie testowania pracowników.

Aby móc nadal chronić siebie, pacjentów, rodzinę, znajomych i współpracowników, należy przestrzegać ogólnych zaleceń w pracy, domu i miejscach publicznych:

- przestrzegać zasad dystansowania społecznego;
- nosić maskę;
- dokładnie i często myć dłonie;
- przestrzegać bieżących wytycznych: gov.je/coronavirus

Czy po przyjęciu szczepionki mogę wrócić do pracy?

Tak, dopóki pozwala na to samopoczucie. Jeśli po szczepionce szczególnie obolałe jest ramię, trudne może się okazać podnoszenie ciężkich przedmiotów. W przypadku złego samopoczucia lub dużego zmęczenia należy odpocząć i unikać obsługi maszyn czy jazdy samochodem.

Zaszczepiłem/-am się przeciwko grypie. Czy muszę się także szczepić przeciwko COVID-19?

Szczepionka przeciwko grypie nie chroni przed chorobą COVID-19. Ponieważ kwalifikujesz się do przyjęcia obu szczepionek, przyjmij je z przerwą wynoszącą co najmniej siedem dni.



Chroń siebie, swoją rodzinę, znajomych i współpracowników

Nawet po przyjęciu szczepionki konieczne będzie dalsze przestrzeganie wytycznych dotyczących zdrowia publicznego, aby chronić siebie i innych.

Budowanie odporności po przyjęciu szczepionki trwa kilka tygodni. Żadna szczepionka nie jest całkowicie skuteczna, co dotyczy wszystkich leków, zatem zalecane jest dalsze przestrzeganie zalecanych obostrzeń w celu uniknięcia infekcji.

Niektórzy ludzie mogą zachorować na COVID-19 pomimo przyjęcia szczepionki, ale ryzyko ciężkiego przebiegu tej choroby

powinno być wówczas niższe.

Koronawirus wywołujący COVID-19 przenosi się drogą kropelkową: jest wydychany przez nos i usta podczas mówienia czy kaszlu.

Można się również zarazić po dotknięciu oczu, nosa i ust dłońmi po kontakcie ze skażonymi obiektami i powierzchniami.

Musisz nadal:

- przestrzegać zasad dystansowania społecznego;
- nosić maskę;
- dokładnie i często myć dłonie;
- przestrzegać bieżących wytycznych gov.je/coronavirus

Zaleca się przeczytanie ulotki informacyjnej szczepionki, w którym znajduje się więcej szczegółów na jej temat, w tym na temat możliwych skutków ubocznych. Wystarczy wyszukać hasło „coronavirus yellow card”.

Podejrzenia wystąpienia skutków ubocznych można również zgłosić na tej samej stronie internetowej lub po pobraniu z niej aplikacji Yellow Card. coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk