



# Czego można się spodziewać po szczepieniu na COVID-19?

## Szczepienie przeciwko COVID-19

Szczepionkę przeciwko COVID-19 proponuje się osobom, które są najbardziej narażone na powikłania związane z COVID-19.

Niniejsza ulotka informuje o tym, czego należy się spodziewać po szczepieniu.

Po szczegółowej analizie wyników szeroko zakrojonych badań nad bezpieczeństwem i skutecznością szczepionki, Agencja Regulacyjna ds. Leków i Produktów Ochrony Zdrowia (MHRA) zatwierdziła obecnie kilka różnych rodzajów szczepionki COVID-19 do stosowania w Wielkiej Brytanii.

Niezależna grupa ekspertów zaleciła udostępnienie tych szczepionek osobom, które są narażone na ryzyko złapania infekcji i wystąpienia poważnych powikłań.

Obecnie ze względu na zwiększoną dostępność szczepionek możemy zaoferować ochronę wszystkim osobom dorosłym zgodnie z zaszerogowaniem do grup ryzyka.

### Jakie są skutki uboczne?

Jak wszystkie leki, szczepionka może spowodować pewne skutki uboczne. Większość z nich jest łagodna oraz krótkoterminowa i nie występuje u każdej osoby. Nawet jeśli po pierwszej dawce pojawią się jakieś objawy, nadal konieczne jest przyjęcie drugiej dawki. Mimo że pierwsza dawka zapewnia już pewną ochronę, dopiero druga dawka zagwarantuje najlepszą ochronę przed wirusem.

### Najczęściej występujące skutki uboczne w pierwszym lub drugim dniu po szczepieniu to:

- bolesność, uczucie ciężkości i wrażliwość ramienia, w które podano zastrzyk
  - uczucie zmęczenia;
- ból głowy, inne rodzaje bólów i dreszcze.

Możliwe są również objawy łagodnej grypy z epizodami dreszczy lub drżenia trwające jeden dzień lub dwa dni. Niemniej jednak wysoka temperatura może też wskazywać na zakażenie COVID-19 lub inną chorobą (por. porada na str. 3). Aby poczuć się lepiej, można odpocząć i zażyć zwykłą dawkę paracetamolu (zgodnie z zaleceniami podanymi na opakowaniu).

Rzadko występującym skutkiem ubocznym jest obrzęk węzłów chłonnych pod pachą lub na szyi po tej samej stronie co ręka, w którą podano szczepionkę. Może się to utrzymywać przez około 10 dni, ale jeśli utrzymuje się dłużej, należy skontaktować się z lekarzem.

### **Co powinienem zrobić, jeśli niepokoją mnie objawy?**

Wymienione objawy zwykle mijają przed upływem tygodnia. Jeśli stan zaszczepionego się pogarsza lub ma on obawy, powinien zadzwonić do swojego lekarza rodzinnego. Szukając porady u lekarza lub pielęgniarki, należy pamiętać, aby powiedzieć im o szczepieniu (pokazać kartę szczepień, jeśli to możliwe), aby mogli pacjenta właściwie zbadać. Można także zgłosić podejrzaną skutki uboczne na szczepienie i leki za pośrednictwem programu Yellow Card. Można to zrobić online, wyszukując w Internecie frazę Coronavirus Yellow Card lub pobierając aplikację Yellow Card.

Ostatnio pojawiły się doniesienia o niezwykle rzadkim schorzeniu pod postacią powstawania zakrzepów krwi i nietypowych krwawień po szczepieniu szczepionką firmy AstraZeneca (AZ).

Trwają analizy tego zagadnienia, ale czynniki ryzyka tego stanu nie są jeszcze jasne. Ze względu na duże ryzyko powikłań i zgonu w związku z zainfekowaniem COVID-19 MHRA, Światowa Organizacja Zdrowia i

Europejska Agencja Leków stwierdziły, że bilans strat i zysków przemawia za zdecydowaniem na korzyść szczepienia.

Obecnie JCVI zaleca, aby zdrowym osobom poniżej 40. roku życia podawać szczepionkę inną niż firmy AstraZeneca (AZ).

### **Jeśli w okresie od około 4 dni do 4 tygodni po szczepieniu wystąpi którykolwiek z poniższych objawów, należy pilnie zasięgnąć porady lekarskiej.**

- nowy, silny ból głowy, na który nie pomagają zwykłe środki przeciwbólowe lub który się nasila
- nietypowy ból głowy, który wydaje się być gorszy w pozycji leżącej lub pochylonej, lub któremu może towarzyszyć
- niewyraźne widzenie, nudności i wymioty
- trudności z mówieniem
- osłabienie, senność lub drgawki
- nowe, niewyjaśnione punktowe zasinienie lub krwawienie z miejsca wstrzyknięcia
- duszność, ból w klatce piersiowej, obrzęk nóg lub uporczywy ból brzucha

Aby dowiedzieć się więcej na temat objawów, odwiedź stronę [gov.je/vaccine](https://gov.je/vaccine)

## Czy skutki uboczne są inne dla każdej dawki szczepionki?

Nie wszystkie szczepionki przeciwko COVID-19 są takie same – niektóre mogą powodować więcej skutków ubocznych po pierwszej dawce – inne po drugiej dawce. Najczęściej występujące skutki uboczne są takie same i powinny minąć w ciągu jednego lub dwóch dni.

## Czy podczas zaszczepienia się mogą zachorować na COVID-19

Nie można zarazić się wirusem COVID-19 przez zaszczepienie się, ale możliwe jest, że osoba już wcześniej zaraziła się wirusem COVID-19 i nie zdaje sobie sprawy z tego, że ma objawy aż do czasu zaszczepienia się.

Najważniejsze objawy COVID-19 to pojawianie się w ostatnim czasie którychkolwiek z poniższych: nowy, uporczywy kaszel, wysoka temperatura, utrata lub zmiana smaku lub węchu (anosmia). Gorączka może również wystąpić w ciągu jednego lub dwóch dni od podania szczepionki. Jeśli jednak osoba obserwuje inne objawy COVID lub gorączka utrzymuje się u niej przez dłuższy okres, powinna ona pozostać w domu i umówić się na wymaz, dzwoniąc na infolinię dotyczącą kwestii koronawirusa pod nr **0800 735 5566**

## Kiedy mogę wrócić do codziennych aktywności?

Jeśli tylko osoba czuje się dobrze, może od razu wrócić do codziennych aktywności. Jeśli ramię jest wyjątkowo bolesne, podnoszenie ciężkich przedmiotów może być trudne. Jeśli zaszczepiony nie czuje się dobrze lub odczuwa zmęczenie, powinien odpoczywać i unikać obsługiwanie urządzeń lub prowadzenia pojazdów.

## Co mam zrobić dalej?

Jeśli osoba została zaszczepiona pierwszą dawką, powinna dostać potwierdzenie szczepienia z wskazaną datą kolejnej wizyty za 4 do 12 tygodni. Ważne jest, aby otrzymać obie dawki szczepionki, aby zapewnić najlepszą ochronę.

## Co należy zrobić, jeżeli nie czuję się dobrze przed następną wizytą?

W przypadku złego samopoczucia lepiej jest poczekać ze szczepieniem do czasu wyzdrowienia, ale należy je wykonać jak najszybciej. Z pewnością nie należy zgłaszać się na szczepienie, jeśli osoba przebywa w izolacji, czeka na test COVID-19 lub nie minęły jeszcze 4 tygodnie od otrzymania pozytywnego wyniku testu COVID-19.

Jeśli konieczna jest zmiana terminu wizyty, należy zadzwonić na infolinię dotyczącą kwestii koronawirusa pod nr: **0800 735 5566**

## Keep your card safe with details of your vaccination.

COVID-19 VACCINE PROGRAMME

Don't forget your COVID-19 vaccination

Make sure you keep this record card in your purse or wallet

For more information on the COVID-19 vaccination or what to do after your vaccination, see: [gov.je/vaccine](https://gov.je/vaccine)

Government of Jersey

Second appointment date:

2 Name of vaccine:

Batch no: Date vaccine given:

## Czy szczepionka mnie ochroni?

Udowodniono, że podawana szczepionka przeciwko COVID-19 zmniejsza szanse na zachorowanie na COVID-19. Wykazano, że szczepionka jest bezpieczna i skuteczna. Każda ze szczepionek została przetestowana na grupie ponad 20 000 osób i nie było żadnych zastrzeżeń co do jej bezpieczeństwa.

Organizm zaszczepionego może potrzebować kilku tygodni po szczepieniu, aby zbudować odporność. Tak jak w przypadku wszystkich leków żadna szczepionka nie zapewnia stuprocentowej skuteczności, należy więc nadal stosować zalecane środki ostrożności w celu uniknięcia infekcji. Niektóre osoby mimo zaszczepienia nadal zapadają na COVID-19, jednak przebieg choroby powinien być wówczas łagodniejszy.

## Co mogę robić po otrzymaniu szczepionki?

Szczepionka nie może spowodować zakażenia wirusem COVID-19, a podanie dwóch dawek zmniejszy prawdopodobieństwo ciężkiego zachorowania. Nie wiemy jeszcze, w jakim stopniu zmniejszy ona szanse na przekazanie wirusa dalej. Dlatego ważne jest, aby nadal przestrzegać bieżących wytycznych dotyczących zdrowia publicznego.

Aby chronić siebie i swoją rodzinę, przyjaciół i współpracowników, **NALEŻY** nadal:

- utrzymywać dystans społeczny
- nosić maskę na twarzy
- myć ręce – często i dokładnie
- otwierać okna, aby przewietrzyć pomieszczenia
- przestrzegać bieżących wytycznych dostępnych na stronie: [gov.je/coronavirus](https://gov.je/coronavirus)

## Należy pamiętać:

COVID-19 rozprzestrzenia się poprzez kropelki wydychane z nosa lub ust, szczególnie podczas mówienia lub kaszlu. Można się nim także zarazić, dotykając oczu, nosa czy ust po wcześniejszym kontakcie z zainfekowanymi przedmiotami i powierzchniami.