



POLISH

# Ochrona zdrowia dzieci teraz i w przyszłości

Więcej informacji o szczepieniach

[selondonics.org/childrenshealth](https://selondonics.org/childrenshealth)

[nhs.uk/conditions/vaccinations](https://nhs.uk/conditions/vaccinations)



SCAN ME

# Dlaczego dzieci potrzebują szczepień?

Szczepienia chronią dzieci przed poważnymi schorzeniami i potencjalnie śmiertelnymi chorobami, kiedy są w bardzo młodym wieku, przez okres szkolny i w dorosłości. Szczepionki uratowały życie milionom ludzi na całym świecie. Kiedy jednak ludzie przestają przyjmować szczepienia, istnieje możliwość ponownego szybkiego rozprzestrzenienia się chorób zakaźnych.



## Jak działają szczepionki?

Szczepionki działają poprzez naśladowanie zakażenia (inwazji i rozwoju zarazków, takich jak wirusy lub bakterie, w organizmie) i uczenie organizmu umiejętności wytwarzania specjalnych przeciwciał, które chronią go przed chorobą.

O wiele bezpieczniej dla organizmu jest nauczyć się tego poprzez szczepienie niż poprzez zarażenie się chorobą i jej leczenie. Kiedy organizm nauczy się zwalczać chorobę dzięki szczepieniu, ochrona dziecka może utrzymywać się przez wiele lat.



## Ochrona dzieci przed chorobami

Według Światowej Organizacji Zdrowia ([www.who.int](http://www.who.int)) szczepienia zapobiegają więcej niż 3,5 milionom zgonów każdego roku z powodu chorób takich jak błonica, tężec, krztusiec, grypa i odra.

Odkąd szczepionki zostały wprowadzone w Wielkiej Brytanii, choroby takie jak ospa czy tężec, które kiedyś zabijały miliony ludzi lub powodowały ich niepełnosprawność, obecnie zniknęły lub występują bardzo rzadko. Występowanie innych chorób, takich jak odra i błonica, zostało zredukowane nawet o 99,9% od czasu wprowadzenia szczepionek.

**Jeżeli jednak ludzie przestaną się szczepić, możliwe jest szybkie ponowne rozprzestrzenienie się chorób zakaźnych.**



## Czego dotyczy niniejsza ulotka?

Niniejsza ulotka zawiera więcej informacji na temat szczepień oferowanych dzieciom bezpłatnie w ramach opieki zdrowotnej NHS oraz tego, kiedy należy je wykonać. Ważne jest, aby szczepionki były podawane w odpowiednim czasie w celu zapewnienia najlepszej ochrony, jednak jeżeli dziecko nie otrzymało szczepionki, można skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu w celu uzupełnienia szczepienia.

# Paraliż dziecięcy i odra/świnka/różyczka (MMR) - szczepienia uzupełniające w Londynie

Mieszkającym w Londynie dzieciom w wieku od 1 do 11 lat, które nie są na bieżąco z rutynowymi szczepieniami, oferowane są szczepienia przeciwko polio i MMR w przychodniach lekarzy pierwszego kontaktu, szkołach podstawowych i przychodniach środowiskowych.

## Dlaczego tak ważne są szczepienia dla dzieci przeciwko MMR i paraliżowi dziecięcemu?

W 2022 wirus paraliżu dziecięcego (polio) znaleziono w próbkach ściekowych w Londynie, co wskazuje na to, że wirus rozprzestrzenił się między ludźmi. Chociaż ostatnie obserwacje sugerują, że transmisja została ograniczona, osoby, które nie zostały w pełni zaszczepione lub te, których reakcja na szczepienia nie była dobra, mogą ciągle być zagrożone zachorowaniem na paraliż dziecięcy.

W tym roku (2023) w Londynie odnotowano także wzrost liczby zachorowa na odrę. W całej Anglii średnio 1 na 10 dzieci nie ma aktualnych szczepień MMR, a w niektórych rejonach Londynu nawet 2 na 5, co naraża tysiące dzieci na ryzyko zachorowania na odrę, szczególnie tych bardziej zagrożonych, a także rozprzestrzenianie się choroby w populacjach niezaszczepionych.

## Czy szczepionki przeciwko MMR i paraliżowi dziecięcemu są bezpieczne?

Tak, są bardzo bezpieczne i zapewniły ochronę milionom dzieci na świecie.

## Czy jest związek między szczepionką MMR i autyzmem?

Nie ma dowodów na istnienie związku między szczepieniami przeciwko MMR i autyzmem. Przeprowadzono na ten temat wiele badań.

## W jaki sposób szczepionki są podawane dzieciom?

Obie szczepionki podawane są w formie zastrzyku domięśniowego w udo lub ramię.



# W jakim wieku moje dziecko powinno otrzymać rutynowe szczepienia?

Wiek	Szczepionka	Ochrona przeciwno
8 tygodni	<p><b>Szczepionka 6 w 1</b> (1. dawka)</p> <p><b>Szczepionka</b> przeciwko rotawirusom (1. dawka)</p> <p><b>Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych typu B</b> (1. dawka)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Błonica, zapalenie wątroby typu B, Hib (zakażenie pałeczką hemofilną typu b), paraliż dziecięcy, tężec, krztusiec</li> <li>Rotawirusy</li> <li>Meningokoki typu B</li> </ul>
12 tygodni	<p><b>Szczepionka 6 w 1</b> (2. dawka)</p> <p><b>Szczepionka</b> przeciwko rotawirusom (2. dawka)</p> <p><b>Szczepionka przeciw pneumokokom (PCV)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(Zob. wyżej)</li> <li>Rotawirusy</li> <li>Dwoinka zapalenia płuc</li> </ul>
16 tygodni	<p><b>Szczepionka 6 w 1</b> (3. dawka)</p> <p><b>Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych typu B</b> (2. dawka)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>(zob. wyżej)</li> <li>(zob. wyżej)</li> </ul>
1 rok	<p><b>Hib/Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych typu C</b></p> <p><b>MMR (świnka, odra, różyczka)</b> (1. dawka)</p> <p><b>Pneumokoki (PCV)</b> (2. dawka)</p> <p><b>Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych typu B</b> (3. dawka)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hib (zakażenie pałeczką hemofilną typu b), meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych typu C</li> <li>Świnka, odra, różyczka</li> <li>Dwoinka zapalenia płuc</li> <li>(zob. wyżej)</li> </ul>
18 miesięcy	<p><b>MMR (świnka, odra, różyczka)</b> (2. dawka) dla dzieci mieszkających w południowych gminach wschodniego Londynu</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Świnka, odra, różyczka</li> </ul>
2-16 lat	<p><b>Grypa</b> (co roku)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Grypa</li> </ul>
3 lata i 4 miesiące	<p><b>4 w 1</b> (dawka przypominająca dla dzieci w wieku przedszkolnym)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Błonica, tężec, krztusiec, paraliż dziecięcy</li> </ul>
12-13 lat	<p><b>Szczepionka przeciwko wirusowi brodawczaka ludzkiego (HPV)</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Wirus brodawczaka ludzkiego</li> </ul>
14 lat	<p><b>3 w 1</b> (dawka przypominająca dla nastolatków)</p> <p><b>Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych typu A, C, W, Y</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tężec, błonica, paraliż dziecięcy</li> <li>Meningokokowe zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, bakteryjne zakażenie krwi</li> </ul>

# Przed jakimi chorobami szczepionki te **chronią** moje dziecko?

## **MMR**

### (odra, świnka, różyczka)

Odra i różyczka zwykle rozpoczynają się objawami podobnymi do przeziębienia, po których pojawia się wysypka. W rzadkich przypadkach odra może prowadzić do drgawek, ślepoty, zapalenia płuc i zapalenia opon mózgowych, a czasami nawet do śmierci. Różyczka jest bardziej niebezpieczna dla kobiet w ciąży, powodując problemy u nienarodzonego dziecka. Świnka powoduje bolesny obrzęk twarzy, a w rzadkich przypadkach może prowadzić do wirusowego zapalenia opon mózgowych.

## **MenB + MenACWY**

Zakażenia meningokokowe mogą być bardzo poważne, powodując zapalenie opon mózgowych i zatrucie krwi (posocznicę - sepsę). W rzadkich przypadkach mogą prowadzić do śmierci.

## **Pneumokoki**

Zakażenia pneumokokami mogą być poważne i prowadzić do zapalenia płuc, posocznicy i zapalenia opon mózgowych.

## **Tęžec**

Tęžec jest poważną, zagrażającą życiu chorobą wywołaną przez bakterie przenikające do rany. Może powodować szczykościsk, bolesne skurcze mięśni, trudności w oddychaniu, wysoką temperaturę, potliwość, przyspieszoną akcję serca i napady drgawek.

## **Krztusiec**

### (koklusz)

Krztusiec to zakażenie płuc i dróg oddechowych, które może powodować poważną chorobę u niemowląt i małych dzieci. W rzadkich przypadkach może prowadzić do śmierci.

## **Rotawirusy**

Rotawirusy wywołują wysoce zakaźną chorobę żołądka, która zazwyczaj dotyka niemowlęta i małe dzieci, powodując biegunkę i wymioty, ból brzucha i wysoką gorączkę.

## **Paraliż dziecięcy (polio)**

Paraliż dziecięcy powoduje łagodne objawy podobne do grypy, ale w rzadkich przypadkach może prowadzić do osłabienia mięśni (paraliżu).

## **Błonica**

Błonica to poważne zakażenie, które atakuje nos i gardło, a czasami także skórę. Może być śmiertelne, szczególnie u dzieci, jeżeli nie będzie szybko leczone.

## **Hep B**

Zapalenie wątroby typu B jest infekcją wątroby trwającą zazwyczaj około 1 do 3 miesięcy. U większości osób nie występują żadne objawy lub są one łagodne, ale w rzadkich przypadkach choroba może stać się przewlekłą i trwać ponad 6 miesięcy. Nielezione przewlekłe zapalenie wątroby typu B może być poważne.

## **Hib B**

Haemophilus influenzae typu b (Hib) to rodzaj bakterii, które mogą powodować zagrażające życiu infekcje. Najbardziej narażone na poważną chorobę są niemowlęta i dzieci.

## **Grypa**

Grypa może być bardzo nieprzyjemną chorobą w przypadku dzieci, prowadzącą do poważnych problemów z płucami i drogami oddechowymi, takich jak zapalenie oskrzeli i zapalenie płuc.

## **HPV**

Wirus brodawczaka ludzkiego (HPV) to nazwa nadana bardzo powszechnej grupie wirusów, z których niektóre określa się mianem „wysokiego ryzyka”, ponieważ są one powiązane z występowaniem raka, takiego jak rak szyjki macicy, rak odbytu, rak narządów płciowych oraz rak głowy i szyi. Inne rodzaje wirusa mogą powodować schorzenia jak kurczaki czy brodawki.



# Jakie są działania niepożądane szczepień u dzieci?

Łagodne działania niepożądane, utrzymujące się przez 2 lub 3 dni po szczepieniu, występują u mniej niż 10% dzieci.

Mogą one obejmować:

- Obrzęk, zaczerwienienie i bolesność wokół miejsca wstrzyknięcia
- Złe samopoczucie lub pojawienie się wysokiej temperatury
- Rozdrażnienie, wzmożona płaczliwość lub poirytowanie, niepokój
- Wymioty i przejściowa utrata apetytu

U niektórych dzieci mogą wystąpić rzadsze działania niepożądane - na przykład wysypka występuje w przypadku 1 na 24 000 podanych dawek szczepionki MMR.

Należy porozmawiać z lekarzem pierwszego kontaktu, aby dowiedzieć się więcej o rzadszych działaniach niepożądanych.

Należy pamiętać, że możliwe powikłania chorób zakaźnych, takich jak odra, świnka i różyczka, są znacznie poważniejsze.

## Co należy zrobić, jeżeli u dziecka wystąpią te lub inne działania niepożądane?

W przypadku łagodnych działań niepożądanych można zastosować paracetamol dla dzieci, np. Calpol. W przypadku obaw lub utrzymujących się działań niepożądanych u dziecka, należy skonsultować się z lekarzem pierwszego kontaktu.



# Co zawierają szczepionki i czy są bezpieczne?

## Co zawierają szczepionki?

Głównym składnikiem każdej szczepionki jest niewielka ilość nieżywej, osłabionej lub wyprodukowanej wersji zarazka wywołującego chorobę. Są to tak zwane antygeny. Niektóre nowsze szczepionki zawierają instrukcje dotyczące wytwarzania antygenów przez organizm, a nie sam antygen.

Szczepionki zawierają czasami inne składniki, które sprawiają, że szczepionka jest bezpieczna i bardziej skuteczna.

## Czy jakiegokolwiek szczepionki zawierają produkty pochodzące z wieprzowiny?

Niektóre szczepionki zawierają żelatynę wieprzową, aby zapewnić bezpieczeństwo i skuteczność szczepionki podczas jej przechowywania. W przypadku, gdy ze względów religijnych lub dietetycznych dziecko nie może otrzymać szczepionki zawierającej żelatynę wieprzową, należy porozmawiać z lekarzem na temat możliwych alternatyw.

## Czy szczepionki są bezpieczne dla dzieci?

Miliony dzieci w Wielkiej Brytanii i na całym świecie zostały zaszczepione przeciwko poważnym chorobom i schorzeniom, dzięki czemu są bezpieczne. Szczepienie chroni również pozostałych członków rodziny, znajomych i szerszą społeczność, zwłaszcza te osoby, które są bardziej narażone na zachorowanie.

Wszystkie szczepionki przechodzą rygorystyczne, wymagane prawem testy bezpieczeństwa, zanim zostaną wprowadzone na rynek. Po wprowadzeniu szczepionki w Wielkiej Brytanii podlega ona również monitorowaniu przez Agencję Regulacyjną ds. Leków i Produktów Opieki Zdrowotnej (Medicines and Healthcare products Regulatory Agency; MHRA) pod kątem wszelkich rzadkich działań niepożądanych.

## Czy podanie dziecku kilku szczepionek jednocześnie jest bezpieczne?

Badania wykazały, że jednoczesne podanie się kilku szczepieniom jest bezpieczne, a dziecko uzyska ochronę przed pewnymi bardzo poważnymi chorobami.

## Gdzie mogę uzyskać więcej informacji?

W przypadku obaw, wątpliwości lub pytań dotyczących szczepionek i ich bezpieczeństwa lub działań niepożądanych, należy zwrócić się do lekarza pierwszego kontaktu lub innego pracownika służby zdrowia NHS.

W Internecie dostępnych jest również wiele dowodów naukowych pochodzących od wiodących światowych organizacji zajmujących się zdrowiem i opieką zdrowotną w Wielkiej Brytanii i innych krajach, takich jak Światowa Organizacja Zdrowia, NHS i Uniwersytet w Oksfordzie.

Treści antyszczepionkowe są często rozpowszechniane w Internecie, zwłaszcza za pośrednictwem mediów społecznościowych. Mogą one nie być oparte na dowodach naukowych i mogą narażać dziecko na ryzyko poważnej choroby.

**Szczepienia to najważniejsze, co możemy zrobić, aby chronić siebie i nasze dzieci przed chorobami.**

**Więcej informacji można znaleźć na stronach internetowych NHS:**

[www.nhs.uk/conditions/vaccinations/why-vaccination-is-safe-and-important](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/why-vaccination-is-safe-and-important)

# Jak uzyskać szczepienia, łącznie ze szczepieniami uzupełniającymi

## Kto może otrzymać darmowe szczepienia NHS?

Każde dziecko kwalifikuje się do darmowego szczepienia NHS. Należy porozmawiać z lekarzem pierwszego kontaktu lub sprawdzić w czerwonej książeczce zdrowia dziecka, czy ma ono aktualne szczepienia.

## Czy dziecko musi być zarejestrowane u lekarza pierwszego kontaktu, aby otrzymać rutynowe szczepienia?

Jeżeli dziecko nie jest zarejestrowane u lekarza pierwszego kontaktu, nadal przysługuje mu prawo do bezpłatnych szczepień. Każdy mieszkaniec Anglii może bezpłatnie zarejestrować się w przychodni lekarza pierwszego kontaktu. Nie potrzeba żadnego dokumentu potwierdzającego adres ani status imigracyjny, dowodu tożsamości czy numeru NHS. Adres lokalnej przychodni można znaleźć na stronie internetowej: [www.nhs.uk/service-search/find-a-gp](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-gp)

## Gdzie można znaleźć więcej informacji o szczepieniach dla dzieci?

Należy skontaktować się z przychodnią lekarza pierwszego kontaktu lub sprawdzić na stronach internetowych:

[selondonics.org/childrenshealth](http://selondonics.org/childrenshealth)

[nhs.uk/conditions/vaccinations](http://nhs.uk/conditions/vaccinations)



SCAN ME

## Ogólne porady zdrowotne w przypadku choroby dziecka

Małe dzieci często chorują - jest to częścią dorastania. Może to być jednak źródłem stresu dla rodziców i opiekunów. Często choroba nie jest poważna i dziecko można bezpiecznie leczyć w domu lub przy wsparciu lekarza pierwszego kontaktu, farmaceuty lub pielęgniarki środowiskowej. Więcej informacji można znaleźć na stronie internetowej NHS:

[www.nhs.uk/condotions/baby/health](http://www.nhs.uk/condotions/baby/health)

Niniejsza ulotka jest dostępna w wersji drukowanej większą czcionką i w innych językach.

Prosimy o kontakt:

[communications@selondonics.nhs.uk](mailto:communications@selondonics.nhs.uk)

Publikacja Komisji ds. Opieki Zintegrowanej  
Londynu Południowo-Wschodniego

**NHS**

South East London