

Zīdaiņu vakcinācija

līdz viena gada vecumam



immunisation

the safest way to protect your child

Ietver informāciju par jauno B meningīta vakcīnu – nodrošiniet, ka jums mājās ir zīdaiņu paracetamols, pirms sava mazuļa divu mēnešu vakcinācijas vizītes.

Immunisation for babies - Latvian

Ievads

Šī rokasgrāmata ir paredzēta vecākiem, kuriem ir bērns līdz viena gada vecumam. Tajā ir sniegta informācija par ierasto zīdaiņu imunizāciju pret nopietnām bērnu slimībām. Bukletā šīs slimības arī aprakstītas, un paskaidrots, kāpēc bērni no tām jāpasargā.

Vakcinācijas kalendārs tiek regulāri pārskatīts, lai nodrošinātu, ka bērniem tiek piedāvāta visefektīvākā aizsardzība pret novēršamām slimībām. Šajā rokasgrāmatā ir iekļautas visjaunākās izmaiņas vakcinācijas kalendārā – B grupas meningokoku (MenB) vakcīnas ieviešana; rokasgrāmata satur informāciju par to, kāpēc ir svarīgi bērnam dot paracetamolu pēc katras no abām pirmajām MenB vakcīnas devām.

Pārliecinieties, ka mājas aptieciņā ir bērnu paracetamols, pirms pirmo reizi vedat bērnu vakcinēt. (Skat. 15.–17. lpp.). Tā arī satur informāciju par papildu aizsardzību pret B hepatītu – kombinētās DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīnas ietvaros, kas ieviesta vakcinācijas kalendārā mazuļiem, kas dzimuši pēc 2017. gada augusta.



“Divi sasniegumi, kam ir vislielākā ietekme uz sabiedrības veselību, ir tīrs ūdens un vakcīnas.”

Pasaules Veselības organizācija

Kas ir imunizācija?

Imunizācija ir labākais un drošākais veids, kā palīdzēt bērnam nesaslimt ar dažādām infekcijas slimībām. Zīdaiņi tiek vakcinēti, lai stimulētu antivielu sintezēšanos to organismos. Antivielas ir organisma dabiskā aizsardzības sistēma cīņā pret infekcijas slimībām. Imunizācija (vakcinācija) palīdz organismam būt gatavam cīnīties ar infekciju, ja bērns nonāk ar to saskarsmē.

Kāpēc nepieciešama imunizācija (vakcinācija)?

Visā pasaulē katru gadu miljoniem cilvēku mirst no infekcijas slimībām. Lielākā daļa šo slimību Ziemeļrijā ir kļuvušas ļoti retas, un visdrīzāk jūs par tām būsiet dzirdējuši ļoti maz. Šīs slimības ir kļuvušas retas, jo mūsu sabiedrībā ir augsta vakcinācijas aptvere, un imunizācija ir sekmīgi palīdzējusi izskaust šīs slimības. Tomēr citur pasaulē tās vēl ir izplatītas, un, ņemot vērā intensīvos starptautiskos ceļojumus, šīs slimības var atkal ievazāties Ziemeļrijā un apdraudēt nevakcinētos bērnus.

Jāatceras, cik šīs slimības var būt nopietnas. Mazi bērni ir visneaizsargātākie pret šīm infekcijām, tāpēc tiem pēc iespējas īsākā laikā jānodrošina aizsardzība. Lai bērnu pilnībā pasargātu, nepieciešamas vairākas vakcīnas devas, tāpēc ir svarīgi pabeigt vakcinācijas kursu. Ja jūsu bērns izlaiž kādu no šīm vakcīnām, joprojām ir iespējams atgūt nokavēto, pat ja starp vakcīnām bijis garāks pārtraukums – jums tikai jālūdz ģimenes ārstam vai medmāsai vakcinēt jūsu bērnu ar izlaisto vakcīnas devu. Vakcinācijas kurss nav jāsāk no paša sākuma.

Dažas slimības nopietnāk apdraud vecākus bērnus – tāpēc ir svarīgi pārliecināties, ka bērni ir arī revakcinēti.

Ja jums ir kādi jautājumi par imunizāciju, vērsieties pie sava ģimenes ārsta, medmāsas vai patronāžas māsas.

Jūs varat apmeklēt arī vietnes www.publichealth.hscni.net un www.nhs.uk/vaccinations

Vakcīnas zīdaiņiem

DTaP/IPV/Hib/HepB vakcīna (6 vienā)

Šī vakcīna aizsargā pret difteriju (D), stingumkrampjiem (T), garo klepu (P), poliomielītu (inaktivēta poliomielīta vakcīna – IPV), b tipa Haemophilus influenzae infekciju (Hib) un B hepatītu (HepB). Tagad poliomielīta komponente tiek ievadīta ar to pašu injekciju, nevis perorāli.

Jūsu mazulim jāsaņem DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīna divu, trīs un četru mēnešu vecumā.

Uzreiz pēc gada vecuma bērns tiks revakcinēts ar Hib (kopā ar MenC), bet pirms skolas gaitu uzsākšanas – revakcinēts pret difteriju, stingumkrampjiem, garo klepu un poliomielītu. Vecumā no 14 līdz 18 gadiem bērns atkal tiks revakcinēts pret stingumkrampjiem, difteriju un poliomielītu.

Cik efektīva ir DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīna?

Pētījumi liecina, ka DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīna ir ļoti efektīva, un aizsargā bērnu pret šīm sešām nopietnajām slimībām. Tomēr, bērnam pieaugot, ir nepieciešamas norādītās revakcinācijas devas, lai pasargātu bērnu pieaugot.

Kuras slimības novērsīs DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīna?

Difterija

Difterija ir nopietna slimība, kas var ātri izraisīt elpošanas problēmas. Tā var bojāt sirds un nervu sistēmu, un smagākos gadījumos var būt nāvējoša.

Pirms difterijas vakcīnas ieviešanas Ziemeļīrijā katru gadu tika konstatēti līdz 1500 difterijas saslimšanas gadījumiem.

Stingumkrampji

Stingumkrampji ir sāpīga slimība, kas skar muskuļus un var izraisīt elpošanas problēmas. Tā ietekmē nervu sistēmu, un var būt nāvējoša.

Stingumkrampjus, iekļūstot organismā caur vaļējām brūcēm vai apdegumiem, izraisa baktērijas, kas atrodas augsnē un kūtsmēslos. Slimība netiek pārnesta no cilvēka uz cilvēku, bet tā vienmēr ir augsnē, pat šajā valstī.



Garais klepus

Garais klepus ir slimība, kas izraisa garas klepus lēkmes ar smakšanu, kas var apgrūtināt elpošanu. Slimība var ilgt līdz pat 10 nedēļām. Maziem bērniem tā var būt ļoti nopietna slimība – tā var izrādīties nāvējoša bērniem, kas vēl nav sasnieguši gada vecumu. Ziemeļīrijā pirms garā klepus vakcīnas ieviešanas katru gadu tika konstatētas līdz 3500 saslimšanas ar garo klepu.

Poliomielīts

Poliomielīts ir vīruss, kas bojā nervu sistēmu un var neatgriezeniski paralizēt muskuļus. Ja tas ietekmē krūšu muskuļus vai smadzenes, poliomielīts var būt nāvējošs. Ziemeļīrijā pirms poliomielīta vakcīnas ieviešanas katru gadu tika konstatēti ap 1500 paralītiskā poliomielīta gadījumi.

Hib

Hib ir infekcija, kas var izraisīt virkni tādu nopietnu slimību kā asins saindēšanās, plaušu karsonis un meningīts. Visas šīs slimības var būt nāvējošas, ja netiek savlaicīgi ārstētas. Hib vakcīna pasargā bērnu tikai pret vienu meningīta tipu (Hib). Tā neaizsargā pret citiem meningīta veidiem.

B hepatīts

B hepatīts ir aknu infekcija, ko izraisa B hepatīta vīruss. Bērniem infekcija var saglabāties daudzus gadus un reizēm var izraisīt tādas komplikācijas kā aknu ciroze, kas neļauj aknām pareizi strādāt, vai aknu vēzis.

Lai gan Lielbritānijā ar B hepatīta vīrusu inficēto bērnu skaits nav liels, kopš 20. gadsimta astoņdesmitajiem gadiem B hepatīta vakcīnu saņēmuši bērni, kuriem ir augsts risks inficēties no inficētām mātēm. 2017. gadā B hepatīta vakcīna pievienota vakcinācijas kalendāram, lai no šī vīrusa pasargātu visus bērnus.

B hepatīta vakcīna aizsargā tikai pret vīrusa B tipu; trīs vakcīnas devas nodrošina ilgstošu aizsardzību bērniem bez papildu riska faktoriem.



DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīnas blaknes

Vairumam zīdaiņu nebūs nekādu blakņu, tomēr katrs bērns ir atšķirīgs. Jūsu mazulim var būt kāda no nosauktajām blaknēm, parasti vieglā formā:

- uzbudināmība, kas ilgst līdz 48 stundām pēc injekcijas saņemšanas;
- neliels drudzis (skatīt sadaļu "Kā novērst drudzi un augstu temperatūru pēc vakcinācijas" 16/17. lpp.);
- neliels uztūkums injekcijas vietā. Tas var saglabāties dažas nedēļas un tad pakāpeniski pazust.

Ja jums šķiet, ka jūsu mazulim ir bijusi kāda cita reakcija uz DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīnu, un tas jums dara raizes, konsultējieties ar savu ģimenes ārstu, medmāsu vai patronāžas māsu.

Vecāki un aprūpētāji var arī ziņot par aizdomīgām vakcīnu un medikamentu blaknēm, izmantojot *Yellow Card* sistēmu. To var darīt tiešsaistē, apmeklējot vietni www.yellowcard.gov.uk, vai zvanot *Yellow Card* dienestam pa bezmaksas tālruni 0808 100 3352 (pieejams no pirmdienas līdz piektdienai no plkst. 10.00 līdz 14.00).

Alerģiskas reakcijas

Ļoti retos gadījumos vakcīna var izraisīt alerģisku reakciju, piemēram, izsitumus vai niezi, kas skar kādas ķermeņa zonas vai visu ķermeni. Vēl retākos gadījumos dažas minūtes pēc vakcīnas ievadīšanas bērniem var sākties smaga reakcija, izraisot apgrūtinātu elpošanu un kolapsu. To sauc par anafilaktisko šoku. Nesen veikts pētījums liecina, ka tiek ziņots par vienu anafilaktiskā šoka gadījumu apmēram no pusmiljona vakcinēto personu. Lai arī alerģiskas reakcijas var būt satraucošas, pēc ārstēšanas cilvēki ātri un pilnībā atgūstas.

Lēkmes

Ļoti retos gadījumos zīdaiņiem var būt lēkme vienu vai divas dienas pēc DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcinācijas. Tās parasti ir saistītas ar ļoti augstu temperatūru (skat. 16/17. lpp.). Ja jūsu mazulim ir konvulsijas (krampju lēkme), nekavējoties zvaniet savam ģimenes ārstam. Bērni parasti ātri atgūstas no lēkmēm un pilnībā izzesējojas. Pavisam maziem zīdaiņiem jebkurā brīdī var sākties lēkmes, tāpēc krampju lēkme pēc vakcinācijas var arī nebūt saistīta ar vakcīnu. Jūsu ārsts izlems, vai bērns var saņemt turpmākas vakcīnas devas. Atpalikšana no vakcinācijas kalendāra var palielināt iespējamību, ka jūsu bērnam pēc DTaP/IPV/Hib/HepB (6 vienā) vakcīnas varētu būt lēkme, jo augstas temperatūras izraisītas krampju lēkmes ir vērojamas retāk pirmajos sešos dzīves mēnešos. Tāpēc ir svarīgi vakcinēt bērnu atbilstošā vecumā.

Pneimokoka vakcīna (PCV)

Šī vakcīna nodrošina aizsardzību pret vienu no visbiežākajiem meningīta izraisītājiem, kā arī aizsargā no tādām slimībām kā smagas ausu infekcijas (vidusauss iekaisums) un plaušu karsonis, ko izraisa visbiežāk sastopamās pneimokoka baktērijas. Meningītu, ausu infekcijas un plaušu karsoni var izraisīt arī citas mazāk izplatītas pneimokoku baktērijas, kā arī citas baktērijas un vīrusi. Vakcīna neaizsargā pret šīm citām infekcijām.

Jūsu bērnam jāsaņem PCV vakcīna divu un četru mēnešu vecumā, kā arī sasniedzot viena gada vecumu.

Kas ir pneimokoka infekcija?

Pneimokoka infekcija ir viens no visbiežākajiem meningīta izraisītājiem, taču tā izraisa arī smagas ausu infekcijas (vidusauss iekaisumu), pneimoniju (plaušu karsoni) un citas slimības.

PCV blaknes

Vienam vai diviem no katriem desmit vakcinētajiem bērniem injekcijas vietā tiek



Rotavīrusa vakcīna

Šī vakcīna aizsargā pret rotavīrusu – plaši izplatītu un potenciāli ļoti nopietnu gremošanas trakta infekciju.

Jūsu bērnam jāsaņem rotavīrusa vakcīna divu un trīs mēnešu vecumā.

Kas ir rotavīruss?

Rotavīruss ir galvenais vemšanas un caurejas izraisītājs maziem bērniem. Tas var būt nopietni, ja bērna organisms atūdeņojas, un var būt nepieciešama ārstēšanās slimnīcā. Lielākā daļa bērnu inficējas ar rotavīrusu līdz piecu gadu vecumam. Ziemeļīrijā apmēram vienam no pieciem mazuliem ir nepieciešama medicīniskā palīdzība, bet apmēram 400 katru gadu ārstējas slimnīcās.

Kā rotavīruss izplatās?

Rotavīruss ļoti viegli izplatās tiešas saskares ceļā, piemēram, ar rotaļlietām, rokām vai netīrām autiņbiksītēm. Tas var arī izplatīties pa gaisu pilienu veidā, šķaudot un klepojot. Roku mazgāšana un virsmu uzturēšana tīrībā var palīdzēt mazināt vīrusa izplatīšanos, taču neapturēs to pilnībā.

Cik efektīva ir rotavīrusa vakcīna?

Pierādījumi liecina, ka vakcinācija ir labākais veids, kā novērst zīdaiņu inficēšanos ar rotavīrusu. Tieši tāpēc rotavīrusa vakcīna ir iekļauta bērnu vakcinācijas kalendārā (no 2013. gada jūlija). Taču pastāv arī citi vemšanas un caurejas iemesli, no kuriem šī vakcīna neaizsargā.

Kad mans mazulis saņems vakcīnu?

Jūsu bērns tiks vakcinēts divu mēnešu vecumā un vēlreiz trīs mēnešu vecumā, saņemot kompleksi citas vakcīnas.

Bērnam nevar sākt vakcināciju, ja tas ir vecāks par 15 nedēļām, vai ja bērns saņemtu otro vakcīnas devu pēc 24 nedēļu vecuma.



Kāpēc nedrīkst vakcinēt vecākus bērnus?

Bērniem pieaugot, dažiem no tiem – apmēram vienam no tūkstoša – attīstās saslimšana, kas izraisa gremošanas trakta nosprostojumus. Tā ir ārkārtīgi reti novērojama problēma pirms trīs mēnešu vecuma un vairumā gadījumu attīstās vecumā no pieciem mēnešiem līdz vienam gadam. Tomēr pastāv ļoti neliela iespējamība (apmēram divi gadījumi no katriem simts tūkstošiem vakcinēto bērnu), ka arī pirmā vakcīnas deva var sekmēt šī aizsprostojuma attīstību. Lai mazinātu šo risku, pirmā vakcīnas deva netiek dota zīdaiņiem, kas vecāki par 15 nedēļām.

Kā notiek vakcinēšana?

Rotavīrusa vakcinācija notiek perorāli, ar speciālo šļirci iedodot bērnam nelielu šķidruma daudzumu, lai atvieglotu vakcīnas norīšanu.

Kas notiek, ja bērns vakcīnu izspļauj vai atvemj uzreiz pēc norīšanas?

Ja bērns atvemj vai izspļauj vakcīnu, tā tiks iedota vēlreiz.

Vai vakcīna nodrošinās, ka bērns vispār neslimos un tam nebūs caurejas?

Nē. Rotavīruss nav vienīgais zīdaiņu nelabuma un caurejas izraisītājs, tāpēc daži bērni tomēr var saslimt. Taču vakcīna nodrošinās to, lai apmēram astoņi no desmit bērniem neslimotu ar rotavīrusu izraisītu vemšanu un caureju. Un, jo vairāk bērnu ir vakcināti, jo vīrusam grūtāk izplatīties.

Vakcīnas blaknes

Vakcīna tiek plaši izmantota citās valstīs, un tai ir labi drošības rādītāji. Reizēm bērni, kuri saņēmuši vakcīnu, var būt nemierīgi, kašķīgi, vai tiem var būt viegla caureja.

Ļoti retos gadījumos (apmēram diviem no katriem simts tūkstošiem vakcinēto bērnu) vakcīna var ietekmēt gremošanas traktu un izraisīt vēdera (abdominālo) pietūkumu, vemšanu; bērni var vilkt ceļgalus pie krūtīm, it kā tiem sāpētu – dažkārt var izdalīties asinis. Ja tā notiek, nekavējoties sazinieties ar ārstu!

Ir svarīgi atcerēties, ka iespējamie slimības riski ir daudz nopietnāki par retajām vakcīnas blaknēm.

Vai mans mazulis no vakcīnas inficēties ar rotavīrusu?

Nē. Vakcīnā esošais vīruss ir novājināts, un tas neizraisa saslimšanu. Vakcīna palīdz bērnam izveidot imunitāti, lai nesaņemtu nākamreiz, kad bērns saskarsies ar vīrusu.

Ir iespējams, ka 14 dienu laikā vakcīnā esošais vīruss inficē personas, kas ir ciešā saskarē ar bērnu un tā netīrajām autiņbiksītēm. Tomēr bērna vakcinācija nodrošinās aizsardzību pret rotavīrusu arī personām, kas atrodas ciešā saskarsmē ar bērnu, arī ja to imūnsistēma ir vājināta veselības stāvokļa vai ārstēšanās dēļ, tāpēc jebkādi iespējamie vakcinācijas riski ir attaisnoti.

Visām personām, kas ir ciešā saskarē ar nesen vakcinātiem bērniem, rūpīgi jāievēro personīgā higiēna (piem., jāmazgā rokas pēc bērna autiņbiksīšu maiņas).



Meningokoku izraisītās slimības

Meningokoku baktērijas var izraisīt divas ļoti nopietnas infekcijas: **meningītu** (smadzeņu apvalka iekaisumu) un **septicēmiju** (asins saindēšanos). Meningokoku baktērijām ir vairāki celmi, bet šajā valstī visbiežāk sastopamais ir MenB. Jūsu bērns saņems MenB vakcīnu divu un četru mēnešu vecumā un vēlreiz pēc bērna pirmās dzimšanas dienas.

Mums jau vairākus gadus ir ļoti efektīva vakcīna pret MenC ar labu aptveri bērniem un jauniešiem, kas faktiski izskaudusi MenC infekciju, tāpēc vairs nav nepieciešams vakcinēt zīdaiņus pret MenC. Jūsu bērns saņems MenC vakcīnu drīz pēc pirmās dzimšanas dienas (kopā ar Hib). Tiek uzskatīts, ka jaunā MenB vakcīna, iespējams, nodrošina arī zināmu aizsardzību pret MenC.

Kas ir meningīts?

Meningīts ir smadzeņu apvalka iekaisums. Tas rada spiedienu uz smadzenēm. Meningīts var progresēt ļoti strauji, ar smagiem simptomiem, un tas var būt nāvējošs.

Kas ir septicēmija?

Septicēmija (asins saindēšanās) ir nopietna, dzīvībai bīstama infekcija, kas ļoti strauji progresē, un kurai salīdzinājumā ar meningītu ir augstāka letāla iznākuma iespējamība.

Sīkāka informācija par meningītu un septicēmiju ir atrodamā 18. lpp.

Vai meningītu un septicēmiju var ārstēt?

Jā, šīs slimības var ārstēt, bet tās sākas ļoti strauji, un pat ar ārstēšanu dažiem bērniem var iestāties neatgriezeniski bojājumi, bet dažiem tās var būt letālas.

Vai tās var novērst?

Jā, mēs jau apmēram 15 gadus ļoti sekmīgi novēršam MenC infekciju. Tagad mums ir jauna vakcīna, kas palīdzēs novērst MenB infekcijas.

MenB vakcīna

Šī vakcīna aizsargā pret MenB, visizplatītāko meningokoku saslimšanu izraisītāju. Pēdējos gados Ziemeļrijā konstatēti 50 līdz 100 saslimšanas gadījumi ar meningokoku infekcijām, kuru lielāko daļu izraisījis MenB. Visbiežāk slimo zīdaiņi un mazi bērni.

Jūsu mazulim jāsaņem MenB vakcīna divu, četru un divpadsmit mēnešu vecumā.

Vai MenB vakcīnai ir blaknes?

Dažiem bērniem var būt:

- apsārtums, pietūkums vai jutīgums injekcijas vietā (tas pamazāk pazūd dažu dienu laikā);
- uzbudināmība un ēstgribas zudums; vai
- temperatūra (drudzis).

Drudzis ir samērā izplatīta reakcija pēc MenB vakcīnas. Tas nav iemesls bažām. Jūs varat palīdzēt to novērst, pēc vakcinācijas ar MenB divu un četru mēnešu vecumā iedodot savam mazulim paracetamolu. Sīkāka informācija par to ir atrodamā 14.–17. lpp. **Pārliecinieties, ka mājas aptiecinā ir paracetamols, pirms pirmo reizi vedat bērnu vakcinēt.**

Kādus bērnus nedrīkst vakcinēt?

Nedrīkst vakcinēt bērnus, kuriem ir:

- apstiprināta anafilaktiska reakcija uz iepriekšēju vakcīnas devu (skat. 6. lpp.); vai
- apstiprināta anafilaktiska reakcija uz jebkuru no vakcīnas sastāvdaļām.

Cik efektīva ir MenB vakcīna?

Pastāv daudz dažādi MenB infekcijas celmi; vakcīna aizsargā pret lielāko daļu no tiem (apmēram trim ceturtdaļām), taču ne pret visiem. Tāpēc vakcīna ievērojami samazina iespēju, ka jūsu mazulis vispār inficēsies, tomēr pastāv ļoti neliela inficēšanās iespēja, tāpēc ir svarīgi zināt, kādiem simptomiem un pazīmēm pievērst uzmanību – skat. 18. lpp.



Bieži uzdotie jautājumi par imunizāciju

Cik drīz pēc vakcinācijas es varu mazuli vest peldēties?

Jūs varat vest bērnu peldēt jebkurā laikā – gan pirms, gan pēc vakcinācijas. Pretēji plaši izplatītajam uzskatam, bērnu nav jāvakcinē, pirms to ved peldēt.

Vai pastāv kādi citi veidi, kā imunizēt bērnu?

Nav citu apstiprinātu, efektīvu veidu kā bērnu imunizēt. Kā alternatīvs aizsardzības līdzeklis pret garo klepu tika izmēģināti daži homeopātiskie līdzekļi, taču tie izrādījās neefektīvi. Homeopātijas padome (reģistrēta ārstu-homeopātu organizācija) rekomendē vecākiem vakcinēt savus bērnus ar pieejamajām standarta vakcīnām.

Vai vairāku vakcīnu vienlaicīga ievadīšana nepārslogo bērna imūnsistēmu?

Nē. Jau no dzimšanas zīdaiņu imūnsistēma aizsargā tos pret apkārt esošajiem mikrobiem. Bez šīs aizsardzības bērni nespētu tikt galā ar desmitiem tūkstošu baktēriju un vīrusu, kas atrodas uz ādas, degunā, rīklē un zarnās. Šī aizsardzība saglabājas visu mūžu.

Teorētiski mazulis jebkurā laikā spētu efektīvi reaģēt aptuveni uz 10 000 vakcīnām. Tādējādi bērna imūnsistēma viegli tiek galā ar nedaudzajām vakcīnām, kas iekļautas vakcinācijas kalendārā.

Emu dzirdējis, ka vakcīnās ir tiomersāls (dzīvsudrabs) – vai tā ir patiesība?

Bērnu vakcinācijas kalendārā iekļautajās vakcīnās vairs netiek izmantots tiomersāls. Vairāk nekā 60 gadus tika izmantots niecīgs dzīvsudraba daudzums, kas palīdzēja saglabāt vakcīnas. Visu šo laiku nav bijis pierādījumu, ka tas būtu kaitīgs. Tomēr tiomersāla lietošana pakāpeniski tiek samazināta, tādējādi virzoties uz globālo mērķi – samazināt dzīvsudraba iedarbību no tādiem avotiem, no kuriem iespējams izvairīties.

Mans bērns piedzima priekšlaicīgi. Kad priekšlaicīgi dzimušiem zīdaiņiem ir jāsaņem pirmā vakcinācija?

Priekšlaicīgi dzimuši bērni var būt pakļauti lielākam infekcijas riskam. To vakcinācija ir jāveic atbilstoši ieteiktajam grafikam, sākot no divu mēnešu vecuma pēc dzimšanas, neatkarīgi no tā, cik priekšlaicīgi tie piedzimuši.



Vai ir kādi iemesli, kāpēc manu mazuli nevajadzētu vakcinēt?

Ir ļoti maz iemeslu, kuru dēļ bērnus nedrīkst vakcinēt. Informējiet savu patronāžas māsu, ģimenes ārstu vai medmāsu, ja bērnam:

- vizītes dienā ir ļoti augsta temperatūra vai drudzis, vemšana vai caureja;
- bijusi negatīva reakcija uz kādu no vakcīnām;
- ir smaga alerģija;
- ir koagulācijas problēmas;
- ir bijušas konvulsijas vai krampju lēkmes;
- ir ticis ārstēts vēzis;
- ir jebkāda slimība, kas ietekmē imūnsistēmu (piemēram, leikēmija, HIV vai AIDS);
- ir jālieto jebkādi medikamenti, kas ietekmē imūnsistēmu (piemēram, lielas steroīdu devas vai medikamentozā ārstēšana pēc orgāna transplantācijas vai medikamenti vēža ārstēšanai);
- ir jebkāda cita nopietna saslimšana.

Tas ne vienmēr automātiski nozīmē, ka bērnu nedrīkst vakcinēt, taču tas palīdz ārstam vai medmāsai izlemt, kāda būtu piemērotākā vakcinācija bērnam, un vai nepieciešama papildus konsultācija. Ģimenes anamnēze nekad nav iemesls nevakcinēt bērnu.

Kā novērst augstu temperatūru pēc MenB vakcīnas?

Dažiem bērniem pēc vakcinācijas var būt paaugstināta temperatūra (virs 37,5 °C) vai drudzis. Biežāk tas vērojams pēc MenB vakcīnas. Lai to novērstu, rekomendējam pēc bērna vakcinācijas ar MenB divu un četrus mēnešu vecumā iedot bērnam trīs devas zīdaiņu paracetamola. Paracetamols mazinās drudža risku, uzbudināmību un vispārējo diskomfortu (tostarp sāpes injekcijas vietā) pēc MenB vakcīnas.

Pārliecinieties, ka mājas aptieciņā ar bērnu paracetamols, pirms pirmoreiz vedat bērnu vakcinēt. Ja bērnam ir drudzis pēc vakcinācijas trīs mēnešu vecumā, arī tad varat bērnam iedot paracetamolu.

Kur es varu iegādāties bērnu paracetamolu?

Paracetamola suspensija ir plaši pieejama aptiekās un lielveikalos. Jūs varat iegādāties bezzīmola medikamentu (parasti lētāk) vai arī zīmola zāles, piemēram, Calpol(R). Nav svarīgi, kādu zīmolu izvēlaties – būtiski ir, lai medikamenta koncentrācija būtu piemērota bērnam.

Kad bērnam jādod paracetamols?

Dodiet pirmo devu, tiklīdz pārrodaties mājās pēc vakcinācijas ar MenB. Pēc tam iedodiet otro devu četras līdz sešas stundas pēc pirmās, un attiecīgi trešo devu četras līdz sešas stundas pēc otrās. Nedodiet bērnam pirmo paracetamola devu pirms vakcinācijas, jo medmāsai vispirms jāpārbauda, vai bērnam nav citu infekciju pazīmju, kas dažreiz var būt iemesls vakcinācijas atlikšanai.

Cik daudz paracetamola jādod?

Katra deva ir 2,5 ml. Kopā ar iegādāto medikamenta pudeli jābūt speciālai šļircei vai mērkarotei, kas paredzēta suspensijas dozēšanai (skatīt zemāk).

Bērnu paracetamola suspensijas (120 mg/5 ml) devas un lietošana pēc bērnu vakcinācijas divu un četrus mēnešu vecumā

Bērna vecums	1. deva	2. deva	3. deva
2 mēneši/4 mēneši	Pēc vakcinācijas ar speciālo šļirci vai mērkaroti (mazo galu) iedot bērnam vienu 2,5 ml devu, tiklīdz tas iespējams	Ar speciālo šļirci vai mērkaroti (mazo galu) iedot bērnam vienu 2,5 ml devu 4–6 stundas pēc pirmās devas	Ar speciālo šļirci vai mērkaroti (mazo galu) iedot bērnam vienu 2,5 ml devu 4–6 stundas pēc otrās devas

Svarīgi, lai bērns saņemtu rekomendētās trīs paracetamola devas pēc vakcinācijas ar abām pirmajām MenB vakcīnas devām – tas mazinās drudža risku.

Ja mazulis dažu minūšu laikā izspļauj vairāk nekā pusi paracetamola, uzreiz varat vēlreiz iedot to pašu paracetamola daudzumu.

Vai ir droši dot paracetamolu tik mazam bērnam?

Jā, paracetamolu var droši dot divus mēnešus veciem zīdaiņiem. Eksperti* norāda, ka pēc vakcinācijas divu mēnešu vecumā ir droši dot bērnam paracetamolu līdz 48 stundām (atstājot vismaz četras stundas starp devām, nedodot vairāk kā četras devas vienā dienā).

Tas tāpēc, ka visticamāk šajā laikā tieši vakcīna ir izraisījusi vieglu drudzi, nevis kāda cita infekcija, un paracetamols uzlabos bērna pašsajūtu. Uz dažiem, vecākiem paracetamola iepakojumiem var būt atšķirīgas norādes, taču jaunāki iepakojumi satur šādus norādījumus.

*Ekspertu rekomendācijas no Vakcinācijas un imunizācijas apvienotās komitejas un Cilvēku medikamentu komitejas.

Kā rīkoties, ja bērnam pēc trim paracetamola devām joprojām ir drudzis?

Dažiem zīdaiņiem pēc vakcinācijas var būt drudzis, pat lietojot paracetamolu. Ja bērnam joprojām ir drudzis pēc pirmajām trim paracetamola devām, bet citādi bērns jūtas labi, varat turpināt lietot paracetamolu līdz 48 stundām pēc vakcinācijas. Starp devām vienmēr jābūt vismaz četru stundu atstarpei; nekad nedodiet vairāk par četrām devām dienā. Nodrošiniet, lai bērns nav pārāk silti saģērbts un sasegts, un dodiet tam daudz dzert.

Ja kādā brīdī jums rodas bažas par savu mazuli, uzticieties instinktiem un sazinieties ar ģimenes ārstu.

Ja 48 stundas pēc vakcinācijas bērnam joprojām ir drudzis, vai uztraucaties, ka tam ir slikti, izsauciet ģimenes ārstu.

Drudža simptomi un ārstēšana

Ja mazuļa seja pieskaroties liekas karsta, un mazulis izskatās sārts vai pietvīcis, bērnam visticamāk ir drudzis. Jūs varat pārbaudīt temperatūru ar termometru (drudzis ir virs 37,5 °C).

Zīdaiņiem un bērniem drudzis ir visai izplatīts. Tas bieži rodas infekcijas gadījumā. Reizēm drudzis zīdaiņim var izraisīt krampju lēkmi. Lēkmi var izraisīt jebkurš drudzis – neatkarīgi no tā, vai tas radies infekcijas vai vakcīnas dēļ. Tāpēc ir svarīgi zināt, kā rīkoties, ja bērnam ir drudzis. Atcerieties – drudzi biežāk izraisa slimības, nevis vakcīnas.



Kā ārstēt drudzi

1. Gādājiet, lai bērns nepārkarstu, un lai:

- bērns nebūtu pārāk silti saģērbs vai sasegts;
- telpā, kurā mazulis atrodas, nebūtu pārāk karsti (telpa nedrīkst būt arī auksta, tikai patīkami vēsa – apmēram 16–20 °C).

2. Dodiet mazulim daudz dzert.

Dodiet bērnam bērnu paracetamolu (aptiekā vaicājiet pēc paracetamola bez cukura). Pēc tam, kad bērns ir saņēmis MenB vakcīnu divu un četru mēnešu vecumā, rekomendējam bērnam iedot trīs paracetamola devas, pat ja drudzis vēl nav sācies, ar 4–6 stundu intervāliem (skat. 14.–17. lpp.). Ja bērnam ir drudzis pēc trīs mēnešu vakcinācijas, arī šajā gadījumā varat iedot paracetamolu.

Atcerieties: nekad nedodiet aspirīnu saturošus medikamentus bērniem, kas jaunāki par 16 gadiem.

Nekavējoties izsauciet ārstu, ja bērnam:

- ir ļoti augsta temperatūra (39 °C vai augstāka);
- ir krampju lēkme.

Ja bērnam ir krampju lēkme, noguldiet to drošā vietā uz sāniņa, jo bērna ķermenītis raustīsies.

Meningīta un septicēmijas simptomi

MenB vakcīna, Hib vakcīna un pneimokoku vakcīna aizsargā pret dažādiem meningīta un septicēmijas (asins saindēšanās) veidiem.

Pastāv vēl citi baktēriju veidi, pret kuriem nav vakcīnu, tāpēc ir svarīgi pievērst uzmanību slimības pazīmēm un simptomiem.

Meningīts var izraisīt smadzeņu apvalka pietūkumu. Tās pašas baktērijas var arī izraisīt asins saindēšanos (septicēmiju). Ar meningītu vai septicēmiju saslimuša zīdaiņa vai bērna pašsajūta strauji pasliktinās dažu stundu laikā. Ja tās netiek ārstētas, abas slimības var būt nāvējošas. Meningīta agrīnie simptomi nav izteikti un līdzinās saaukstēšanās un gripas simptomiem, piemēram, augsta temperatūra (37,5 °C un augstāka), niķīgums, vemšana un ēstgribas zudums. Tomēr zemāk norādīti svarīgi simptomi, kam jāpievērš uzmanība.

Zīdaiņiem galvenie meningīta simptomi ir:

- spalga, vaidoša raudāšana;
- aizkaitinājums, kad bērns tiek paņemts rokās;
- izspiedies avotiņš (mīkstā vieta uz bērna galviņas);
- miegainība un vāja reakcija – bērns grūti pamodināms;
- slābanums un apātija vai stīvums ar saraustītām kustībām;
- nevēlēšanās ēst, vemšana;
- bāla āda, kas kļūst plankumaina vai zilgana;
- konvulsijas vai lēkmes;
- drudzis



un galvenie **septicēmijas** simptomi:

- ātra vai neregulāra elpošana;
- bāla āda, kas kļūst plankumaina vai zilgana;
- drudzis, aukstas plaukstas un pēdas;
- drebuļi;
- vemšana, nevēlēšanās ēst;
- sarkani vai violeti plankumi, kas neizzūd zem spiediena (veiciet pārbaudi ar glāzi, kā aprakstīts zemāk);
- sāpes vai uzbudināmība no muskuļu sāpēm vai izteiktām locekļu vai locītavu sāpēm;
- vājums;
- izteikta miegainība.

Ja ar stikla glāzi stingri uzspiež sārtajam plankumam, tas nepazūd. Caur glāzi varēsiet to saskatīt. Ja tā ir, nekavējieties vērsieties pēc ārsta palīdzības!



Jāatceras, ka ne visiem slimniekiem būs visi minētie simptomi. Ja bērnam ir daži no nosauktajiem simptomiem, jo īpaši sarkanie vai purpursārtie plankumi, nekavējoties meklējiet medicīnisko palīdzību. Ja nevarat sazināties ar savu ārstu vai arī pēc konsultēšanās joprojām uztraucaties, uzticieties saviem instinktiem un nogādājiet bērnu tuvākās slimnīcas neatliekamās palīdzības nodaļā.

Vecākiem bērniem, pusaudžiem un pieaugušajiem ir šādi galvenie meningīta simptomi:

- stīvs kakls (pārbaudiet, vai viņi spēj ar lūpām vai pieri pieskarties saviem ceļgaliem);
- ļoti spēcīgas galvassāpes (tikai galvassāpes vien nav iemesls vērsties pēc medicīniskās palīdzības);
- nepatika pret spilgtu gaismu;
- vemšana;
- drudzis;
- miegainība, vāja reakcija vai apjukums;
- izsitumi (plankumi);
- konvulsijas vai lēkmes

un galvenie septicēmijas simptomi:

- miegainība, vāja reakcija, apātija vai apjukums (septicēmijas vēlīnais simptoms);
- stipras sāpes rokās, kājās un locītavās;
- ļoti aukstas plaukstas un pēdas;
- drebuļi;
- strauja elpošana;
- sarkani vai purpursārti plankumi, kas neizzūd zem spiediena (veiciet 19. lpp. aprakstīto glāzes testu);
- vemšana;
- drudzis;
- caureja un vēdera krampji

Kur es varu iegūt vairāk informācijas?

Meningīta Izpētes fonds un organizācija "Meningīts tagad" abi sniedz informāciju par meningītu.

Piezvaniet "Meningīts tagad" pa diennakts bezmaksas palīdzības telefonu 0808 80 10 388 vai apmeklējiet vietni www.meningitisnow.org

Piezvaniet "Meningīta Izpētes fondam" pa diennakts bezmaksas palīdzības telefonu 080 8800 3344 vai apmeklējiet vietni www.meningitis.org

Jūs varat lūgt padomu arī savam ārstam, medmāsai vai patronāžas māsai.



Bērnu vakcinācija 12 un 13 mēnešu vecumā

Informācija par nākamajām vakcīnām apkopota bukletā Bērnu vakcinācija, sasniedzot gada vecumu. Jums tiks nosūtīts šis buklets, neilgi pirms jūsu bērnam pienāks laiks vakcinēties; varat arī aplūkot informāciju vietnē www.publichealth.hscni.net vai vaicāt savai medmāsai.

MMR vakcīna

MMR aizsargā bērnu pret masalām (M), cūciņām (M) un masaliņām (R).

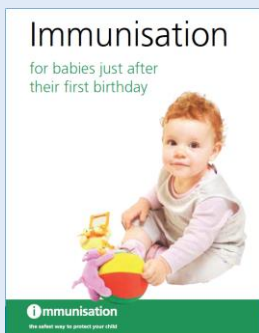
Jūsu bērnam jāsaņem MMR vakcīna uzreiz pēc pirmās dzimšanas dienas.

Otru MMR devu bērns saņems pirms skolas gaitu sākšanas.

Pneimokoku vakcīna

Šī vakcīna jau aprakstīta 7. lappusē; bērnam ir nepieciešamas trīs devas.

Jūsu bērns saņems pēdējo pneimokoku vakcīnas devu, sasniedzot gada vecumu.



Hib/MenC vakcīna

Jūsu bērnam nepieciešama kombinētās Hib/MenC vakcīnas deva, lai nodrošinātu aizsardzību pret meningokoku C infekcijām, kā arī pret B tipa *Haemophilus influenzae* infekciju (Hib). Šī deva nodrošina ilgtermiņa aizsardzību visu bērnību pret diviem meningīta un septicēmijas izraisītājiem.

Sasniedzot gada vecumu, bērns jāvakcinē ar Hib/MenC revakcinācijas devu.

MenB vakcīna

Šī vakcīna jau ir aprakstīta 12. lappusē; bērnam nepieciešamas trīs devas.

Jūsu bērns saņems pēdējo MenB vakcīnas devu, sasniedzot gada vecumu.



Bērnu vakcinācijas kalendārs

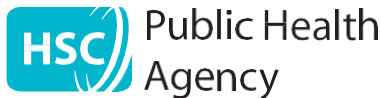
Kad vakcinēt	Slimības, no kurām vakcīna pasargā	Vakcinēšanas veids
2 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus, poliomiēlīts, Hib un hepatīts B (6 vienā)* Pneimokoku infekcija Rotavīruss Meningokoku B infekcija	Viena injekcija Viena injekcija Perorāli Viena injekcija
3 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus, poliomiēlīts, Hib un hepatīts B (6 vienā)* Rotavīruss	Viena injekcija Perorāli
4 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus, poliomiēlīts, Hib un hepatīts B (6 vienā)* Pneimokoku infekcija Meningokoku B infekcija	Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija
Uzreiz pēc pirmās dzimšanas dienas	Masalas, cūciņas un masaliņas Pneimokoku infekcija Hib un meningokoku C infekcija Meningokoku B infekcija	Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija Viena injekcija
Katru gadu no 2 gadiem līdz P7	Influenza	Nazālais aerosols vai injekcija
3 gadu un 4 mēnešu vecumā	Difterija, stingumkrampji, garais klepus un poliomiēlīts Masalas, cūcinās un masalinas	Viena injekcija Viena injekcija
12–13 gadus vecas meitenes	Dzemes kakla vēzis, ko izraisa cilvēka papilomas vīrusa 16. un 18. tips un dzimumorgānu kondilomas, ko izraisa 6. un 11. tips	Divas vai trīs injekcijas sešu mēnešu laikā
14–18 gadu vecumā	Stingumkrampji, difterija un poliomiēlīts Meningokoku ACWY	Viena injekcija Viena injekcija

*Bērni, kas dzimuši pirms 2017. gada augusta, saņems difterijas, stingumkrampju, garā klepus, poliomiēlīta un Hib vakcinu.

Ja jūsu bērns ir izlaidis kādu no šīm vakcīnām, konsultējieties ar savu ģimenes ārstu vai patronāžas māsu.

Ja vēlaties uzzināt vairāk par imunizāciju, apmeklējiet vietni www.publichealth.hscni.net vai www.nhs.uk/vaccinations

Adaptēts no Anglijas Veselības aizsardzības aģentūras publicēta teksta un atveidots ar atļauju.



Public Health Agency

12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.

Tel: 0300 555 0114 (local rate).

www.publichealth.hscni.net

Find us on:

