



Szczepienia są jednym z najskuteczniejszych sposobów ograniczenia powstawania i rozprzestrzeniania się infekcji w populacji. W przeszłości, dzięki szeroko zakrojonym kampaniom szczepień, wiele chorób zakaźnych udało się znacznie ograniczyć lub całkowicie wyeliminować (np. ospa prawdziwa, polio). Powinno to być możliwe także w przypadku choroby COVID-19. Im wyższy odsetek zaszczepionej populacji, tym mniejsza liczba osób, które mogą się zarazić i dalej rozprzestrzenić chorobę.

Jak zachowywać się w punkcie szczepień?

- ▶ Postępować według zaleceń personelu.
- ▶ Przez cały czas pobytu w punkcie szczepień należy mieć **zakryte usta i nos** (maseczka).
- ▶ W miarę możliwości **dezynfekować ręce**.
- ▶ Na pytania pracownika służby zdrowia o stan zdrowia **odpowiadać zgodnie z prawdą**.

Jak przebiega szczepienie?

- ▶ Przed samym szczepieniem odbędzie się badanie przez pracownika służby zdrowia, który zada kilka pytań dotyczących stanu zdrowia i ewentualnych alergii.
- ▶ Szczepionkę podaje się **domięśniowo w okolicy ramienia**.
- ▶ Po szczepieniu trzeba **odczekać 15 minut w poczekalni** na wypadek nieoczekiwanego załamnięcia.
- ▶ Jeżeli jeszcze w punkcie szczepień zrobi ci się słabo, należy **natychmiast zawiadomić personel**.
- ▶ W przypadku szczepienia jedną ze szczepionek w schemacie dwudawkowym konieczne jest przyjęcie drugiej dawki szczepionki, aby zmaksymalizować ochronę.

Co należy zrobić po szczepieniu?

- ▶ W dniu szczepienia i następnego dnia wskazany jest **wypoczynek**.
- ▶ W przypadku szczepionek dwudawkowych po pierwszej dawce ochrona nie jest jeszcze wystarczająca i nadal można się zarazić. Dlatego trzeba zachowywać wszystkie **środki ostrożności chroniące przed zarażeniem** (maseczki, dystans, regularne mycie i dezynfekcja rąk).
- ▶ W przypadku szczepionek dwudawkowych na drugie szczepienie należy stawić się w wyznaczonym dniu i godzinie.

Jakie występują niepożądane odczyny poszczepienne?

- ▶ Po szczepieniu może wystąpić ból lub obrzęk w miejscu wkłucia, zmęczenie, ból głowy, ból mięśni i stawów, rzadziej również podwyższona temperatura lub dreszcze. Objawy zwykle **ustępują samoistnie** w ciągu kilku dni bez konieczności leczenia.
- ▶ Te reakcje są jednak dość często spotykane i mogą występować także po innych szczepieniach. Poważne reakcje po szczepieniu są bardzo rzadkie.
- ▶ Trzeba bezwzględnie pamiętać, że chociaż te przejściowe objawy mogą być nieprzyjemne, sama choroba **COVID-19 mogłaby znacznie poważniej zaszkodzić zdrowiu**, nie tylko przez możliwy ciężki przebieg, ale także ewentualne długotrwałe skutki.
- ▶ Jeżeli powyższe objawy utrzymują się dłużej niż trzy dni, następuje ich pogorszenie lub pojawią się inne symptomy, należy **skontaktować się ze swoim lekarzem pierwszego kontaktu** i poinformować go o swojej sytuacji.

Szczepienia są aktualnie najlepszą możliwością zatrzymania aktualnej epidemii choroby COVID-19 i powrotu do normalnego życia przed pandemią, bez szeroko stosowanych ograniczeń.

Szczepiąc się przeciwko chorobie COVID-19 chronisz przed zakażeniem nie tylko siebie i swoją rodzinę, ale również swoje otoczenie.