

— #szczepi**MY**gminy



FOT. GETTY IMAGES

SŁAWOCIN

UŚCIE

JESIONA

KOLSKO

GMINA KOLSKO
SzczepiMY się

KONOTOP

TYRSZELINY

MESZE

LIPKA



Zaszczep się i wygraj – nie tylko zdrowie! DO WYGRANIA MILION

Od 1 lipca ruszyła loteria Narodowego Programu Szczepień. Każdy zaszczepiony ma aż cztery szanse na wygranę cennych nagród, a wśród nich samochodu osobowego, hulajnogi elektrycznej i przede wszystkim wysokich nagród pieniężnych, których kwota może sięgnąć nawet miliona złotych. Zobacz, jak zgłosić się do loterii szczepionkowej!

Loteria zachęcająca Polaków do szczepień przeciw COVID-19 potrwa aż 3 miesiące. W tym czasie każda zaszczepiona osoba będzie miała szansę na zgłoszenie się oraz wzięcie udziału w losowaniu cennych nagród. Mogą w niej wziąć udział tylko pełnoletnie osoby w pełni zaszczepione, a więc te, które do dnia 30 września 2021 przyjmą dwie dawki szczepionek Pfizer, Moderna i Astra Zeneca lub jedną dawkę szczepionki Johnson & Johnson. Do loterii można się zgłaszać do 4 października 2021 roku. Organizuje ją i przeprowadza Totalizator Sportowy przy wsparciu spółek Skarbu Państwa.

KORZYŚCI DLA ZASZCZEPIONYCH

W Polsce podano już ponad 31 mln dawek szczepionki przeciw COVID-19, a zaszczepionych pełną dawką jest 15,3 mln osób. To jednak jeszcze nadal niewiele, bo tylko 39,4 procent populacji – zbyt mało, by wytworzyć odporność zbiorową. Dlaczego warto się szczepić? Przede wszystkim, by chronić zdrowie swoje i innych, uniknąć ciężkich powikłań po zarażeniu, przyczynić się do powrotu do normalnego życia i zatrzymania czwartej fali epidemii. Dodatkowym powodem jest szansa wygrania cennych nagród dla siebie i swojej gminy.

TWOJE SZCZEPIENIE WSPIERA GMINĘ

W Loterii Narodowego Programu Szczepień mogą także wziąć udział gminy, dla których zorganizowano dwa konkursy. Każda zaszczepiona osoba wspiera więc również swoją gminę.

W ramach konkursu Gmina na Medal #SzczepimySię pierwszych 500 gmin z 67 proc. zaszczepionych mieszkańców otrzyma 100 000 zł.

Natomiast w ramach konkursu „Najbardziej Odporna Gmina” podzielonego na 3 kategorie: dla gmin małych, średnich i dużych, małe gminy (do 30 tys. mieszkańców) będą miały szansę wygrania 1 mln zł – dla gminy z najwyższym odsetkiem zaszczepionych mieszkańców w każdym z byłych 49 województw, 3 średnie gminy (30-100 tys. mieszkańców) wygra po 1 mln zł oraz jedna duża gmina (powyżej 100 tys. mieszkańców) również otrzyma 1 mln zł.

W drugim etapie tego konkursu spośród zwycięskich gmin wyłoniona zostanie jedna Najbardziej Odporna Gmina w Polsce, czyli ta, która osiągnie najwyższy odsetek zaszczepionych mieszkańców w całym kraju. Otrzyma ona aż 2 mln zł.

Na stronie gov.pl można na bieżąco sprawdzać, na jakim poziomie zaszczepienia mieszkańców jest dana gmina.



LOTERIA szczepionkowa

Aby wziąć udział w loterii, trzeba się do niej zgłosić. Można to zrobić na stronie pacjent.gov.pl poprzez Internetowe Konto Pacjenta

lub dzwoniąc na bezpłatną infolinię 989.

Na IKP wystarczy po zalogowaniu kliknąć w wyświetlone powiadomienie o możliwości wyrażenia zgody na wzięcie udziału w loterii.

Natomiast dzwoniąc na infolinię należy pamiętać, że do loterii można zgłosić tylko siebie, nie można więc podać innych pełnoletnich członków rodziny.



W przypadku wygranej na numer telefonu podany na IKP zostanie wysłane powiadomienie sms oraz druga wiadomość od banku PKO BP zawierająca specjalny kod, za pomocą którego będzie można wypłacić wygraną w bankomacie oraz w dowolnej placówce PKO BP. Należy więc pamiętać, aby podczas zgłaszania się do loterii zaktualizować swój numer telefonu.

MASZ 4 SZANSE NA WYGRANĄ

Codziennie: 500 lub 200 zł – otrzymają odpowiednio co 2000 lub co 500 osoba biorąca udział w loterii. Cała pula nagród natychmiastowych wynosi 52 000 sztuk.

Co tydzień: 50 000 zł (pula nagród to 60) lub hulajnogi elektryczne marki Segway-Ninebot (720 sztuk)

Co miesiąc: 6 osób otrzyma po 100 000 zł lub jeden z sześciu samochodów osobowych Toyota Corolla

Nagroda finałowa – 2 osoby mają szansę wylosować 1 000 000 zł, a 2 inne samochód osobowy Toyota C-HR.

Harmonogram losowania nagród:

- Losowanie najniższych nagród pieniężnych odbywa się codziennie.
- Losowania nagród tygodniowych: 14, 21 i 28 lipca, 4, 11, 18 i 25 sierpnia, 1, 8, 15 i 22 września oraz 6 października.
- Losowania nagród miesięcznych: 4 sierpnia, 8 września, 6 października.
- Losowanie nagrody głównej: 6 października.

Szczepić się warto W KAŻDYM WIEKU!

*Szczepionki chroniące przed COVID-19 przyjęły już miliony Polaków.
Wciąż jednak nie jest to wystarczająco dużo, by osiągnąć odporność zbiorową i w ten sposób
sprawić, że przenoszenie koronawirusa SARS-CoV-2 nie będzie już możliwe.
Ty też możesz chronić siebie i bliskich – pandemię możemy pokonać tylko razem.
Zaszczep się i przerwij łańcuch zakażeń!*

Ochrona przed koronawirusem nigdy nie była tak prosta. W ramach Narodowego Programu Szczepień preparat przeciw COVID-19 jest dostępny dla każdej osoby, która ukończyła 12 lat. Można go przyjąć bezpłatnie w wielu placówkach, a korzyści to nie tylko mniejsze ryzyko ciężkiej infekcji. Sprawdź, dlaczego warto się zaszczepić!

WYBIERZESZ NAJLEPSZY SPOSÓB OCHRONY PRZED COVID-19

Wirus SARS-CoV-2 przenosi się drogą kropelkową nawet bez bliskiego kontaktu z zakażonym. Choroba rozwija się stosunkowo długo, przez co wirus jest nieświadomie roznoszony jeszcze przed pojawieniem się objawów. Co więcej, mogą one nie wystąpić, co nie oznacza, że dany człowiek nie zaraża. W ochronie przed niewidocznym zagrożeniem pełnego bezpieczeństwa nie zapewni sama metoda DDM, czyli: dystans, dezynfekcja i maseczki. Może ją dać tylko pełne szczepienie przeciw COVID-19!

NIE ZACHORUJESZ LUB INFЕКCJĘ PRZEJDZIESZ LEKKO

Stosowane szczepionki przeciw COVID-19 zapewniają do 95 proc. pewności, że uchronisz się przed objawami zakażenia, i nawet 100 proc. efektywności w zapobieganiu powikłaniom choroby, konieczności hospitalizacji i śmierci. A nawet jeśli się zarazisz (zwłaszcza zanim preparat zacznie działać, co zabiera do 3 tygodni), przejdiesz chorobę lżej i szybciej niż bez szczepienia. Nie ryzykuj, bo leczenie infekcji nie jest łatwe – jej przebiegu nie da się przewidzieć, a dostępne leki nie są niezawodne.

POMOŻESZ INNYM

Szczepiąc się, zyskasz ochronę przed zagrożeniem nie tylko dla siebie – każdy zaszczepiony to potencjalnie od kilku do kilkunastu osób, które się od niej już nie zarażą. Z mniejszym prawdopodobieństwem zachorują członkowie twojej rodziny, znajomi, współpracownicy i inni, z którymi masz kontakt.

Pamiętaj też, że szczepiąc się, możesz uratować komuś życie! Budując grupową odporność na koro-



Ważne

Na szczepienie może zapisać się każda osoba, która ukończyła 18 lat. W przypadku dzieci i młodzieży w wieku 12-17 lat niezbędne do rejestracji skierowanie elektroniczne jest wystawiane automatycznie. Potrzebny jest tylko numer PESEL, a do szczepienia – wypełniony kwestionariusz wstępnego wywiadu przesiewowego. Osoby niepełnoletnie powinny mieć też pisemną zgodę rodzica lub opiekuna prawnego – inaczej obecność takiej osoby będzie niezbędna podczas podania szczepionki.

nawirusa wraz z innymi osobami pomożesz tym, którzy nie mogą przyjąć preparatu ochronnego na przykład z powodów zdrowotnych.

ZMNIJSZYSZ RYZYKO USZCZERBKU NA ZDROWIU

Aby nabyć odporność na koronawirusa, nie musisz przeżyć infekcji – choć skutek przyjęcia szczepionki jest podobny do efektów przechoro-

wania COVID-19, zakażenie to jest niebezpieczne. Może doprowadzić do trwałego kalectwa zanim rozwinię się odporność na wirusa, a nawet skutkować śmiercią pacjenta.

SARS-CoV-2 zagraża narządom w organizmie – w niebezpieczeństwie jest układ nerwowy, serce, naczynia krwionośne, trzustka, nerki, jelita i inne. W wyniku infekcji może też dojść do nadmiernej reakcji układu odpornościowego, która prowadzi do tzw. burzy cytokin, niewydolności narządów i śmierci.

choroba może pozostawić trwałe ślady w organizmie, skutkując znacznym spadkiem jakości życia.

WYDŁUŻYSZ SVOJE ŻYCIE

Zakażenie nowym koronawirusem jest szczególnie niebezpieczne dla osób po 60. roku życia. Według danych z programu badawczego SARSTer śmiertelność COVID-19 w grupie wiekowej 30-40 lat wynosi tylko 0,4 proc., dla 40-50-latków to 2,3 proc., a dla 50-60-latków – 2,8 proc. Jednak już wśród osób mających 60-70 lat umiera 7,7 proc. zarażonych, wśród tych w wieku 70-80 lat odchodzi 15,1 proc. pacjentów, a po 80. roku życia COVID-19 kończy się zgonem aż u 22,6 procent chorych. Warto przy tym pamiętać, że w wieku 60-65 lat i więcej jest aż 60 procent polskiej populacji – wszystkie te osoby powinny się zaszczepić!

COVID-19 stanowi poważne zagrożenie dla życia zwłaszcza dla ludzi z grup wysokiego ryzyka. Oprócz osób starszych należą do nich także pacjenci z chorobami układu sercowo-naczyniowego, otyłością, cho-

robą nowotworową, cukrzycą typu 2, przewlekłą chorobą nerek oraz chronicznymi schorzeniami układu oddechowego.

ŁATWIEJ WYJEDZIESZ I WEJDZIESZ NA IMPREZĘ

Zaszczepione osoby otrzymują Unijny Certyfikat COVID (UCC) – elektroniczne zaświadczenie, które w czasie pandemii ułatwia bezpieczne i swobodne przemieszczanie się pomiędzy krajami Unii Europejskiej. Na zaświadczenie składa się kod QR oraz identyfikator, a dzięki zawartym w nich informacjom nie będziesz podlegał kwarantannie czy przechodzić dodatkowych testów w kierunku obecności koronawirusa. Warto pamiętać, że oficjalny dokument upoważnia także do wstępu na imprezy i spotkania poza obowiązującym limitem osób.

PRZYSPIESZYSZ POWRÓT DO NORMALNOŚCI

Masz dość pandemicznych ograniczeń? Najwięcej straciły na nich osoby bardzo młode i aktywne zawodowo. Powrót do normalności może jednak nie nastąpić tak szybko bez masowego uodpornienia się na koronawirusa. Jeśli chcesz korzystać z życia i móc je planować, pomóż w zwalczaniu pandemii! Gdy to się uda, zyskasz więcej niż brak limitów osób i otwarte lokale, bo także:

- brak nakazu noszenia maseczek,
- możliwość swobodnych wyjazdów i spotkań towarzyskich,
- wolny udział w wydarzeniach towarzyskich, kulturalnych i sportowych,
- powrót dzieci i młodzieży do szkół, lepszy poziom wykształcenia,
- odbudowa i rozwój gospodarki i zatrudnienia,
- poprawa jakości życia wszystkich osób.

ZYSKASZ SZANSE NA CENNA NAGRODĘ

Szczepiąc się, możesz wziąć udział w Loterii Narodowego Programu Szczepień i wygrać cenne nagrody – w ramach 12 losowań tygodniowych, 3 losowań miesięcznych oraz tego finałowego, a wśród nich milion złotych lub samochód. ©©

W Polsce Unijne Certyfikaty Covid mogliśmy pobierać już od 1 czerwca 2021 r., natomiast od 1 lipca system ten działa we wszystkich 27 państwach członkowskich Unii Europejskiej, a także w Norwegii, Liechtensteinie oraz na Islandii.

Należy pamiętać, że zanim system zacznie w pełni działać, obowiązuje sześciotygodniowy okres przejściowy. W tym czasie niektóre kraje mogą jeszcze go nie obsługiwać, dlatego przed wyjazdem za granicę zawsze lepiej sprawdzić, czy dany kraj honoruje już paszport covidowy.

CZYM JEST UCC?

UCC to elektroniczne zaświadczenie, które ułatwia swobodne i bezpieczne przemieszczanie się pomiędzy krajami Unii Europejskiej ich obywatelom w czasie pandemii wywołanej przez nowego koronawirusa. Wjeżdżając do krajów honorujących dokument, jego posiadacze nie muszą wykonywać badań w kierunku obecności koronawirusa ani odbywać kwarantanny.

Unijny Certyfikat Covid stanowi więc dowód na to, że dana osoba przyjęła szczepionkę przeciw COVID-19, przeżyła tę chorobę (jest ozdrowieńcem) lub ma negatywny wynik testu na wirusa SARS-CoV-2.

KTO MOŻE OTRZYMAĆ DOKUMENT?

Jak podaje strona pacjent.gov.pl, Unijny Certyfikat Covid może otrzymać każda osoba z polskim obywatelstwem, która:

- Otrzymała przynajmniej jedną dawkę szczepionki przeciw COVID-19, przy czym w Polsce wymagane będzie pełne szczepienie. Certyfikat będzie wtedy ważny od 14. do 365. dnia od przyjęcia ostatniej dawki preparatów. Powodem tych różnic jest założenie, że poszczególne kraje Unii Europejskiej decydują same, czy na ich terenie wymagane jest zaświadczenie pełne, czy wystarczy tylko częściowe.
- Uzyskała negatywny wynik testu na koronawirusa - w tej sytuacji certyfikat ważny jest przez 48 godzin.
- Jest ozdrowieńcem - certyfikat jest wtedy ważny od 11. do 180. dnia od momentu uzyskania pozytywnego wyniku testu PCR.

Ponieważ w niektórych krajach istnieje możliwość swobodnego podróżowania już po otrzymaniu pierwszej dawki szczepionki, przed wyjazdem należy sprawdzić regulacje obowiązujące w danym państwie.

JAK WYGLĄDA CERTYFIKAT?

Paszport covidowy to zaświadczenie elektroniczne, które po wydrukowaniu można też przedstawić w formie papierowej. Najważniejsze, co zawiera dokument, to unikalny kod QR oraz identyfikator. Ponadto na certyfikacie znajdują się imię i nazwisko oraz data urodzenia jego posiadacza. Podana jest również informacja o tym, kto wystawił dokument.

Certyfikat wydany osobie za szczepionej zawiera dodatkowo informacje o przyjętej przez nią szczepionce: rodzaj, nazwa producenta, liczba dawek oraz data szczepienia.



Jak działa paszport covidowy I JAK GO ZDOBYĆ?

Tak zwany paszport covidowy, czyli Unijny Certyfikat Covid (UCC), pobrało już przeszło milion Polaków. Zainteresowanie dokumentem jest spore, bo dzięki niemu podróżowanie staje się prostsze nie tylko w czasie wakacji. Kto może go uzyskać, w których krajach obowiązuje i skąd go wziąć? Sprawdź szczegóły!

W certyfikacie wydanym na podstawie negatywnego wyniku badania na koronawirusa SARS-CoV-2 zawarte są informacje dotyczące kwestii takich jak: rodzaj wykonanego testu, jego nazwa, nazwa producenta, wynik, centrum testowe, data pobrania próbki oraz otrzymania wyniku.

JAK UZYSKAĆ DOKUMENT?

Obecnie Unijny Certyfikat Covid można pobrać bezpłatnie z Internetowego Konta Pacjenta, które znajduje się pod adresem pacjent.gov.pl. Po zalogowaniu się na IKP (dzięki zarejestrowaniu konta lub bez niego - za pomocą profilu zaufanego lub e-dowodu) należy wybrać zakładkę

„Certyfikaty”. Dostępne są tam trzy dokumenty: certyfikat szczepienia, certyfikat wyniku testu oraz certyfikat ozdrowieńca. Wybieramy odpowiedni i klikamy, żeby go pobrać.

Od 25 czerwca 2021 r. UCC dostępny jest także w dwóch aplikacjach: mojeIKP oraz mObywatel. Ta druga jest przeznaczona wyłącznie dla osób z polskim obywatelstwem, czyli posiadających wydany tu dowód osobisty.

Unijny Certyfikat Covid w wersji papierowej można uzyskać w punktach szczepień oraz u lekarza lub pielęgniarki podstawowej opieki zdrowotnej, którzy mają dostęp do aplikacji gabinetowej - gabinet.gov.pl. Z tej możliwości uzyska-

nia dokumentu mogą skorzystać również obcokrajowcy. Co ważne, zarówno wersja elektroniczna, jak i papierowa, posiadają ten sam kod QR oraz zestaw danych.

Certyfikat jest weryfikowany za pomocą dedykowanej aplikacji dostępnej na platformach iOS oraz Android. Jest to także możliwe przy pomocy specjalnego rozwiązania posiadanego przez Straż Graniczną. Dzięki temu osoba odpowiedzialna za kontrolę może sprawdzić status posiadacza dokumentu.

UCC W MOBYWATEL

Unijny Certyfikat COVID (UCC) w aplikacji mObywatel działa też w trybie offline, czyli bez dostępu do internetu, co jest przydatne między innymi podczas kontroli granicznej. Aby uzyskać dostęp do tej funkcji, należy uruchomić aplikację, dodać dokument (wybierając na pulpicie opcję „Dodaj dokument” lub „Dodaj swój pierwszy dokument”). Od tego momentu UCC można okazywać w dowolnym momencie i miejscu.

W aplikacji mObywatel dokument jest uzupełniony o zdjęcie z dowodu osobistego. Dzięki temu identyfikacja jego posiadacza jest dużo szybsza i łatwiejsza. Jednocześnie jego szczegółowe dane są ukryte przed wzrokiem osób postronnych, bo mogą być wyświetlane dopiero po rozwinieciu sekcji „Dodatkowe dane”.

Warto wiedzieć, że UCC w mObywatelu jest dostępny w języku polskim i angielskim - i w takiej formie akceptowany na terenie całej Unii Europejskiej.

CERTYFIKAT DLA DZIECI

Unijne Certyfikaty Covid są wydawane także dla dzieci. Są dostępne do pobrania przez rodzica lub opiekuna ze swojego Internetowego Konta Pacjenta. Wymogiem wydania dokumentu jest ujemny wynik testu u dziecka.

Również w przypadku dzieci w różnych krajach mogą obowiązywać odmienne regulacje, na przykład dotyczące zakresu wieku dziecka, poniżej którego wynik testu na obecność koronawirusa nie jest wymagany. Dlatego to również warto sprawdzić przed wyjazdem do konkretnego kraju.

PODRÓŻ Z CERTYFIKATEM

Choć Unijny Certyfikat Covid szybko zaczął być nazywany paszportem covidowym, nie zastąpi pozostałych dokumentów. W czasie podróży nadal musimy mieć przy sobie dowód osobisty oraz paszport (tam, gdzie jest on wymagany).

Wprowadzenie unijnych certyfikatów nie oznacza również, że bez nich podróżowanie jest niemożliwe. Jak czytamy na stronie rządowej, „certyfikat nie będzie warunkiem wstępnym dla ewentualnej podróży, ani nie będzie w sposób bezwarunkowy do niej uprawniał”. Osoby nieposiadające paszportu covidowego również mogą więc podróżować, ale muszą wtedy przestrzegać wszystkich obowiązujących obostrzeń pandemicznych.

©©

TAK!

Certyfikat ułatwia wstęp na imprezy, wydarzenia sportowe i kulturalne czy wesela!

OSOBA MOGĄCA UDOWODNIĆ, ŻE ZOSTAŁA ZASZCZEPIONA, NIE JEST WLICZANA DO LIMITU UCZESTNIKÓW!



Działanie szczepionek PRZECIW COVID-19

Szczepienia przeciw COVID-19 trwają, a tymczasem na świecie przybywa zatwierdzonych do użytku produktów ochronnych. W Polsce mamy do dyspozycji cztery preparaty, choć zakontraktowany był również piąty.

Niedługo mogą pojawić się też inne nowe szczepionki, które aktualnie są w fazie testów.

Wyjaśniamy, jak działają.

Podanie szczepionki uruchamia takie same mechanizmy potrzebne do wytworzenia czynnej odporności jak naturalna infekcja koronawirusem. Stymuluje w organizmie produkcję ochronnych przeciwciał, pobudzając też inne komórki odpornościowe – bez ryzyka ciężkiej infekcji. Szczepienie stanowi najskuteczniejszy sposób ochrony przed COVID-19!

DOPUSZCZONE PREPARATY

Na świecie przybywa skutecznych szczepionek chroniących przed koronawirusem. Większość dopuszczono do użytku w ograniczony sposób. Na początku lipca 2021 r. testy na ludziach przechodziły 94 szczepionki, natomiast próby przedkliniczne na zwierzętach prowadzono z użyciem co najmniej 77 preparatów. Wśród szczepionek poddawanych badaniom klinicznym:

- 8 zatwierdzono do pełnego użytku,
- 9 dopuszczono do wczesnego lub ograniczonego stosowania,
- 5 porzucono po badaniach wstępnych,
- 32 przeszły badania kliniczne 3. fazy, które oceniają skuteczność w stosowaniu na dużą skalę,
- 37 było w 2. fazie badań klinicznych, gdy prowadzone są rozszerzone próby bezpieczeństwa,
- 50 było w 1. fazie badań klinicznych, podlegając ocenie pod względem bezpieczeństwa i dawkowania.

JAK DZIAŁAJĄ SZCZEPIONKI?

Obecnie w Polsce stosuje się cztery szczepionki przeciwko COVID-19. Pierwszym preparatem dopuszczonym do użytku w wielu państwach, w tym w Polsce, był produkt Pfizer, a zaraz później zielone światło użyła bardzo podobna szczepionka firmy Moderna. Są to preparaty typu mRNA. Wykorzystują nowe rozwiązanie – zawierają syntetyczną nić RNA koronawirusa – tzw. mRNA przekaźnikowe (messenger RNA), która jest chroniona przez otoczkę lipidową. Materiał został zmieniony genetycznie w taki sposób, by wywoływał w organizmie produkcję białek typowych dla wypustek (kolców) wirusa, czyli tzw. białek S – ale nie całego patogenu. Stają się one celem ataków reakcji układu odpornościowego, w wyniku której powstają wyspecjalizowane przeciwciała anty-SARS-CoV-2.

Kolejną szczepionką był preparat firmy AstraZeneca, a następną – Johnson & Johnson. To szczepionki wektorowe na bazie adenowirusa, które są preparatami typu DNA, ale działają na tej samej zasadzie, co preparaty mRNA, wywołując produkcję przeciwciał przeciwko białku S.

SKUTECZNOŚĆ

Szczepionki, które mogą być dopuszczone do użytku, muszą wykazywać min. 50 proc. skuteczności – na tym

poziomie plasuje się np. efektywność preparatów przeciw grypie. Dla większości produktów chroniących przed COVID-19 dopuszczonych do użytku jest ona znacznie wyższa, bo rzędu 80-95 proc. Wszystkie stosowane produkty są przeznaczone dla osób pełnoletnich, jednak ten pierwszy można podawać już od 12. r.ż.

Pfizer-BioNTech – to dwudawkowa szczepionka genetyczna o nazwie BNT162b2, podawana w odstępie 3 tygodni. W Polsce dostępna jest jako wyrób chiński Comirnaty. Bazuje na przekaźnikowym mRNA zamkniętym w lipidowej nanocząsteczce. Preparat powstał we współpracy niemieckiej firmy biotechnologicznej z istniejącym od 170 lat gigantem farmaceutycznym Pfizer. W badaniach wykazał ponad 95 proc. skuteczność w ochronie przed SARS-CoV-2 zarówno u młodych, jak i u seniorów i pacjentów obciążonych chorobami (cukrzyca, otyłość). Pełna ochrona pojawia się po tygodniu od otrzymania 2. dawki.

Moderna – to szczepionka genetyczna w 2 dawkach o nazwie Spikevax (dawniej mRNA-1273), podawanych w odstępie 4 tygodni. Pełna ochrona rozwija się po 2 tygodniach od 2. dawki. Produkt opracowany wraz z amerykańskimi Narodowymi Instytutami Zdrowia (NIH) wykazał ponad 94,1 proc. skuteczności.

AstraZeneca-Oxford – dwudawkowa szczepionka Vaxzevria (w Indiach – Covishield, wcześniej – AZD1222) na bazie szympaniego adenowirusa ChAdOx1. Drugą dawkę podaje się po 28-84 dniach; ochrona pojawia się po ok. 3 tygodniach od pierwszej i jest pełna po 15 dniach od drugiej. W badaniach amerykańskich preparat wykazał 76 proc. skuteczności oraz 100 proc. ochrony przed ciężkim przebiegiem COVID-19 i hospitalizacją, a przy tym był bezpieczny nawet dla seniorów.

Johnson & Johnson i Janssen – jednodawkowa szczepionka Ad26.COV2.S z szympanim adenowirusem Ad26 została stworzona wraz z Beth Israel Deaconess Medical Center w Bostonie. Wykazała 72 proc. skuteczności w USA, 68 proc. w Brazylii i 64 proc. w Afryce. Działa również na wariant koronawirusa z Indii. Ochrona rozpoczyna się ok. 2 tygodni po szczepieniu.

Do Polski miała trafić również szczepionka firmy CureVac z Tybingi, która jest preparatem typu mRNA. W połowie czerwca 2021 r. okazało się jednak, że jej skuteczność jest niższa od wymaganej, bo wynosi jedynie 47 procent.

KOLEJNE PREPARATY OCHRONNE

Wśród produktów dopuszczonych na różnych warunkach (lub bliskich tego momentu) w rozmaitych kra-

jach znajdują się również preparaty, takie jak: Sputnik V (Gamaleya), EpiVacCorona (Instytut Wektor), NVX-CoV2373 (Novavax), Convidecia (CanSino Biologics), CoronaVac (Sinovac), Covaxin (Bharat Biotech), ZF2001 (Anhui Zhifei Longcom), Soberana (Instituto Finlay de Vacunas), BBIBP-CorV (Pekiński Instytut Produktów Biologicznych), QazCovid (Research Institute for Biological Safety Problems), COVIran Barekat (Shafa Pharm Pars), CoviVac (Centrum Czumakowa Rosyjskiej Akademii Nauk) oraz preparaty firm Sinopharm, Sinopharm-Wuhan i Shenzhen Kangtai Biological Products.©

Przebieg badań

Choć opracowanie szczepionki to proces, który zajmował dotychczas kilka lat, w czasie pandemii udało się go znacznie skrócić i rozpocząć pierwsze szczepienia przeciw COVID-19 w wielu krajach, w tym w Polsce, jeszcze w 2020 roku. Pełne dopuszczenie do użytku wymaga przejścia przez produkt wszystkich faz procesu badawczego: testów przedklinicznych, badań klinicznych faz 1-3 oraz badań końcowych.



Co można, a czego nie PRZED SZCZEPIENIEM?

Szczepienia przeciw COVID-19 są bezpłatne i coraz łatwiej dostępne – teraz można wykonać je nie tylko w gabinecie zabiegowym przychodni, ale również w aptece czy zakładzie pracy.

Im więcej osób przyjmie szczepionkę, tym skuteczniej będzie można chronić przed koronawirusem całe społeczeństwo. Sprawdź, co trzeba wiedzieć przed pójściem na zastrzyk, by dobrze się do niego przygotować!

Choć nie ma specjalnych zaleceń odnośnie postępowania przed przyjęciem szczepienia przeciw COVID-19, istnieją sposoby, żeby ograniczyć prawdopodobieństwo wystąpienia niepożądanych odczynów poszczepiennych oraz zwiększyć skuteczność preparatu. Radzimy, jak przygotować się do szczepienia.

NAJPIERWSIĘ ZAPISZ!

Aby otrzymać preparat ochronny, należy udać się do punktu realizującego szczepienia wraz z e-skierowaniem, które posiada na swoim Internetowym Koncie Pacjenta (pacjent.gov.pl) każda uprawniona do tego osoba. Kwalifikacji dokonuje lekarz na podstawie wywiadu z pacjentem oraz indywidualnej oceny stanu jego zdrowia.

Zarejestrować się na szczepienie można na cztery różne sposoby:

- dzwoniąc na bezpłatną infolinię Narodowego Programu Szczepień - 989,
- kontaktując się z wybranym punktem szczepień,
- wysyłając SMS pod numer 664 908 556 lub 880 333 333 o treści: SzczepimySie,

- zapisując się poprzez e-rejestrację na stronie pacjent.gov.pl.

Szczepionkę można przyjąć w punktach szczepień, zakładach pracy, punktach drive thru, aptekach, a nawet galeriach handlowych. Dostępne są też mobilne punkty oraz kontenery, których pracę koordynują poszczególni wojewodowie. Od 1 lipca 2021 r. istnieje możliwość przyjęcia drugiej dawki szczepionki w dowolnym punkcie szczepień w całej Polsce, czyli np. podczas wakacyjnego wyjazdu do innej miejscowości.

KWESTIONARIUSZ

Przed szczepieniem należy wypełnić kwestionariusz wstępnego wywiadu przesiewowego, dostępny na stronie szczepimysie.pl. Zawiera on pytania dotyczące między innymi kontaktu z osobą zakażoną wirusem SARS-CoV-2 oraz ogólnego stanu zdrowia (np. występowania gorączki i kaszlu, zażywania leków czy pojawiających się objawów alergii).

Odpowiedzi z kwestionariusza są niezbędne podczas kwalifikacji do przyjęcia szczepionki. Tak jak w przypadku innych szczepień pre-

parat ochronny przeciw COVID-19 może przyjąć osoba w dobrym lub stabilnym stanie zdrowia, czyli nie wykazująca objawów infekcji (zarówno z gorączką, jak i bez) ani zaostrzenia choroby przewlekłej.

O TYM PAMIĘTAJ!

Szczepienie można wykonać bez względu na porę dnia, nie trzeba więc być na czczo. Choć nie trzeba się do niego szczególnie przygotowywać, zachowanie przed i po przyjęciu preparatu może wpływać na jego skuteczność oraz samopoczucie zaszczepionej osoby, a także zmniejszać ryzyko wystąpienia niepożądanych odczynów poszczepiennych (NOP).

O tym dobrze pamiętać:

- Wyśpij się - sen oddziałuje pozytywnie na układ odpornościowy.
- Zjedz normalne posiłki - regularne spożywanie posiłków pomaga uniknąć ewentualnej hipoglikemii (niedocukrzenia), która może przyczynić się do zasłabnięcia lub wystąpienia innych niepożądanych objawów.
- W dniu szczepienia (a więc również po zastrzyku) unikaj wysiłku fizycznego.

- Jeśli chorujesz przewlekłe, przyjmij swoje leki - nie zmniejszaj i nie pomijaj dawek. W przypadku wątpliwości skonsultuj się ze swoim lekarzem prowadzącym.

- Nie zażywaj profilaktycznie leków przeciwbólowych - po szczepieniu mogą, choć nie muszą wystąpić objawy takie jak ból ramienia, mięśni, głowy lub/i stawów, a także gorączka. Prewencyjne przyjęcie np. paracetamolu im nie zapobiegnie, a może okazać się zupełnie niepotrzebne.

- Podczas kwalifikacji do szczepienia podaj wszystkie informacje na temat swojego stanu zdrowia - nie musisz brać ze sobą dokumentacji medycznej. Wystarczy, że poinformujesz lekarza o swoich chorobach i przyjmowanych obecnie lekach. Pamiętaj też o alergiach, a jeśli jesteś kobietą w ciąży lub karmisz piersią, również powiedz o tym lekarzowi.

- Załóż wygodną koszulkę, najlepiej z krótkim, elastycznym rękawem, który łatwo można podwinąć, ponieważ zastrzyk podaje się w górną część ramienia.

- Bezpośrednio po szczepieniu zostań przez 15 minut w punkcie szczepień

- w razie wystąpienia reakcji alergicznej lub nagłych powikłań personel medyczny będzie mógł udzielić ci właściwej pomocy.

- W przypadku wystąpienia gorączki, bólu głowy czy mięśni zastosuj leki przeciwbólowe dostępne bez recepty.

CZY MOŻNA PIĆ ALKOHOŁ?

Spożywanie napojów alkoholowych, zwłaszcza regularne, osłabia działanie układu odpornościowego - może więc wpływać negatywnie na odpowiedź immunologiczną organizmu po podaniu szczepionki. Ponieważ alkohol może ograniczyć jej działanie, na kilka dni przed i po szczepieniu lepiej powstrzymać się od jego picia. Dodatkowo może on także powodować lub wzmacniać objawy poszczepienne, które zwykle pojawiają się do 2-3 dni od przyjęcia preparatu. W tym czasie do złagodzenia NOP może być konieczne zastosowanie środków przeciwbólowych, a leków tego typu nie można łączyć z trunkami zawierającymi procenty.

©®

Nie bój się NOP!

Niepożądany odczyn poszczepienny to w około 85 procentach przypadków przejściowe dolegliwości o łagodnym lub umiarkowanym nasileniu. Do tych odczuwanych najczęściej należą ból i zaczerwienienie w miejscu wstrzyknięcia preparatu. Mogą też jednak wystąpić poważniejsze powikłania, które wymagają pomocy lekarskiej. W rzadkich przypadkach u zaszczepionych dochodzi m.in. do rozwoju reakcji anafilaktycznej. Sprawdzamy, czy jest się czego obawiać.

Niepożądany odczyn poszczepienny (NOP) to zaburzenie stanu zdrowia, które może wystąpić w ciągu 4 tygodni od podania szczepionki. Okres ten jest dłuższy jedynie w przypadku szczepienia przeciw gruźlicy, dla której wynosi do 12 miesięcy. Na świecie NOP określa się jako „niekorzystne zdarzenia po szczepionce” lub „uraz szczepionkowy”.

W Polsce NOP po szczepionkach przeciw różnym chorobom obserwuje się 1 raz na 10 tysięcy podań, czyli 0,01 na milion. Według danych dostępnych dla najczęściej stosowanego preparatu Pfizera niepożądane działania uboczne występują z częstotliwością 11,5 przypadku na milion osób.

Dane pochodzące ze szczepień w populacji (z trzeciej fazy badań klinicznych dopuszczonych do użytku preparatów) odbiegają od tych uzyskanych wcześniej. Na ok. 30 milio-

nów podanych w Polsce dawek NOP odnotowano ok. 13 tys. razy. Częstotliwość ich występowania w naszym kraju wynosiła 0,04 proc. - zdarzały się średnio 4 razy na 10 tys. podań, czyli 400 na milion. Wciąż jednak u 340 z tych osób były to objawy niezbyt ciężkie i krótkotrwałe, bo ustępujące w ciągu kilku dni. Niepożądane objawy występowały nieco rzadziej u osób powyżej 65. roku życia.

Pogorszenie stanu zdrowia po szczepieniu to głównie symptomy takie jak zaczerwienienie i ból w miejscu wstrzyknięcia, podwyższona temperatura, ew. dreszcze, wysypka, biegunka, kaszel. Należy przy tym pamiętać, że ryzyko rozwoju niepożądanego odczynu poszczepiennego jest dużo mniejsze niż zagrożenia związane z zakażeniem SARS-CoV-2, a zwłaszcza z infekcją o ciężkim przebiegu i hospitalizacją. Zminimalizowaniu ryzyka NOP służy procedura kwalifikacji do szczepień.

CIĘŻSZE PRZYPADKI

Poważniejsze niepożądane odczyny poszczepienne zaobserwowano w przypadku ok. 2 tys. podań na 30 milionów. Oprócz anafilaksji powodem przyjęcia do szpitala po szczepieniu były m.in. napady padaczki, zaburzenia pracy serca, udar mózgu lub jego objawy, incydenty zatorowo-zakrzepowe, spadek ciśnienia krwi, omdlenia, drgawki występujące bez gorączki, z reakcją astmatyczną. Po szczepieniu przeciw COVID-19 zmarło ok. 100 pacjentów, przy czym w niektórych przypadkach zgon mógł nie być powiązany z podaniem preparatu.

REAKCJE ALERGICZNE

W przypadku nadwrażliwości na dowolny składnik szczepionki może dojść do reakcji alergicznej włącznie ze wstrząsem anafilaktycznym. Wśród ok. 13 tys. zaszczepionych osób z NOP odnotowano ok. 80 przypadków anafilaksji lub jej podejrzenia, co nieco odbiega od ogólnych statystyk. Ten rodzaj sytuacji zagrażającej życiu występuje po szczepieniach z częstotliwością 1 na milion

przypadków. Jest ona więc znacznie rzadsza niż ciężkie powikłania czy zagrożenia życia przy niektórych chorobach zakaźnych. W Polsce preparaty przeciw COVID-19 podano już ponad 30 mln razy, z czego wynika, że szok anafilaktyczny wystąpił u ok. 2,7 osoby na milion.

SZCZEPIONKA PFIZERA

Jak podaje producent preparatu Comirnaty, u osób w wieku 16 lat i starszych najczęstsze NOP stanowiły: ból w miejscu wstrzyknięcia - powyżej 80 proc.; zmęczenie - powyżej 60 proc.; ból głowy - powyżej 50 proc.; ból mięśni i dreszcze - powyżej 30 proc.; ból stawów - powyżej 20 proc.; gorączka i obrzęk w miejscu wstrzyknięcia - powyżej 10 proc.

W przypadku osób w wieku 12-15 lat obserwowano: ból w miejscu wstrzyknięcia - powyżej 90 proc.; zmęczenie i ból głowy - powyżej 70 proc.; ból mięśni i dreszcze - powyżej 40 proc.; ból stawów i gorączkę - powyżej 20 proc.

SZCZEPIONKA MODERNY

Po przyjęciu preparatu SpikeVax występowały objawy takie jak: ból w miejscu wstrzyknięcia - 92 proc.; zmęczenie - 70 proc.; ból głowy - 64,7 proc.; ból mięśni - 61,5 proc.; ból stawów - 46,4 proc.; dreszcze - 45,4 proc.; nudności, wymioty - 23 proc.; obrzęk, tkliwość pod pachą - 19,8 proc.; gorączka - 15,5 proc.; obrzęk w miejscu wstrzyknięcia - 14,7 proc.; zaczerwienienie - 10 proc. Miejscowe i ogólnoustrojowe działania niepożądane częściej zgłaszano po przyjęciu drugiej dawki preparatu niż po tej pierwszej.

SZCZEPIONKA AstraZeneca

Dla preparatu Vaxzevria najczęściej zgłaszano działania niepożądane takie jak: tkliwość w miejscu wstrzyknięcia - 63,8 proc.; ból w miejscu wstrzyknięcia - 54,3 proc.; ból głowy - 52,7 proc.; zmęczenie - 53 proc.; ból mięśni - 43,9 proc.; złe samopoczucie - 44,4 proc.; gorączka lub uczucie gorączki - 33,5 proc.; gorączka powyżej 38 stopni - 7,6 proc.; dreszcze - 32,2 proc.; ból stawów - 26,6 proc.;

nudności - 22,2 proc. Inaczej niż w przypadku szczepionki firmy Moderna, NOP zgłaszane po 2. dawce preparatu AstraZeneki były łagodniejsze i rzadsze niż po 1. dawce.

SZCZEPIONKA JOHNSON & JOHNSON

W badaniu preparatu COVID-19 Vaccine Janssen zgłaszano: ból w miejscu wstrzyknięcia - 48,6 proc.; ból głowy - 38,9 proc.; zmęczenie - 38,2 proc.; ból mięśni - 33,2 proc.; nudności - 14,2 proc.; gorączka powyżej 38 stopni - 9 procent.

PRZECIWWSKAZANIA

Szczepienie nie powinno być wykonane w przypadku ciężkiego zakażenia, które przebiega z temperaturą przekraczającą 38 stopni Celsjusza, a także wtedy, gdy po pierwszej dawce wystąpiła reakcja anafilaktyczna.

Aby ograniczyć ryzyko powikłań, należy uwzględnić przeciwwskazania do stosowania szczepionek. To nadwrażliwość na którykolwiek ze składników, a dla szczepionki AstraZeneki - również epizody zespołu przeziębienia włośniczek i przebyta zakrzepica z małopłytkowością. Oba powikłania to także możliwe NOP po podaniu preparatu J&J. Zagrożenie ich rozwojem jest jednak mniejsze niż w wyniku infekcji koronawirusem.

RZADKIE POWIKŁANIA

Jak podaje producent preparatu Comirnaty, u osób w wieku 16 lat i starszych najczęstsze NOP stanowiły: ból w miejscu wstrzyknięcia - powyżej 80 proc.; zmęczenie - powyżej 60 proc.; ból głowy - powyżej 50 proc.; ból mięśni i dreszcze - powyżej 30 proc.; ból stawów - powyżej 20 proc.; gorączka i obrzęk w miejscu wstrzyknięcia - powyżej 10 proc.

KIEDY PO POMOC?

Natychmiastowej pomocy medycznej wymagają osoby z ciężką reakcją alergiczną, tj. którymkolwiek z objawów takich jak: uczucie oszołomienia, omdlenie, zaburzenia rytmu serca, duszność, świszczący oddech,

obrzęk ust, gardła lub twarzy, wysypka, nudności lub wymioty, ból brzucha.

W ciągu 3 tygodni mogą wystąpić też inne objawy wymagające jak najszybszego udzielenia pomocy: silny lub uporczywy ból głowy, niewyraźne widzenie, dezorientacja lub napady drgawek, duszność, ból w klatce piersiowej, obrzęk nóg, ból nóg, uporczywy ból brzucha, nietypowe zasinienia skóry lub okrągłe plamy poza miejscem szczepienia.

Warto wiedzieć

↓
BADANIA PODAWANYCH SZCZEPIONEK WCIĄŻ TRWAJĄ I ODBYWAJĄ SIĘ W SKALI MASOWEJ. TYLKO TAK MOŻNA USTALIĆ M.IN. RYZYKO RZADKICH NOP, KTÓRE MOGŁY NIE BYĆ WCZEŚNIEJ ODNOTOWANE

↓
WSZYSTKIE PRZYPADKI NOP SĄ ZGŁASZANE PRZEZ LEKARZY DO PAŃSTWOWEJ INSPEKCJI SANITARNEJ

↓
KAŻDA ZASZCZEPIONA OSOBA PRZEZ CO NAJMNIJ KWADRANS POZOSTAJE NA OBSERWACJI W PUNKCIE SZCZEPIENIA W PRZYPADKU WYSTĄPIENIA JAKICHKOLWIEK NIEPOKOJĄCYCH OBJAWÓW MOŻE SZYBKO OTRZYMAĆ FACHOWĄ POMOC

NIEPOŻĄDANE ODCZYNY POSZCZEPIENNE - RODZAJE

Kwalifikacja symptomów jako NOP i określenie stopnia ich ciężkości należy do lekarza. Według obowiązujących przepisów:

- Łagodny NOP - dolegliwości nie są nasilone i wiążą się z miejscowym obrzękiem kończyny górnej, silnym miejscowym zaczerwienieniem i gorączką.
- Poważny NOP - przebiega z dużym nasileniem objawów takich jak znaczny obrzęk kończyny górnej, jej zaczerwienienie i wysoka gorączka, ale zwykle nie wymaga hospitalizacji w celu ratowania zdrowia, nie prowadzi do trwałego uszczerbku na zdrowiu i nie zagraża życiu.
- Ciężki NOP - to objawy zagrażające życiu, mogące wymagać hospitalizacji w celu ratowania zdrowia, prowadzić do trwałego ubytku sprawności fizycznej lub umysłowej albo kończyć się zgonem.



✓ SZCZEPIENIA PRZECIW COVID-19 NA TERENIE GMINIE KOLSKO ODBYWAJĄ SIĘ W PUNKTACH:

- **Konotop:** Praktyka Lekarza Rodzinnego Małgorzata Ganecka,
ul. Polna 1, tel. 68 352 42 79;
- **Kolsko:** LLP S.C, Bartosz Lelito, Jakub Lelito,
ul. Krótka 2, tel. 721 998 206.

Jak masz wątpliwości dotyczące szczepień
zapytaj swojego lekarza rodzinnego.

✓ TRANSPORT NA SZCZEPIENIA DLA MIESZKAŃCÓW GMINY:

Chcesz skorzystać z transportu do punktu szczepień skontaktuj się
z koordynatorem w gminie, **tel. 68 352 11 10.**