

SZAKMAITANÁCS ÉS SZAKVÉLEMÉNY AZ INFLUENZA ELLENI VÉDŐOLTÁSSAL KAPCSOLATBAN

**Az influenza vírus okozta fertőző megbetegedés megelőzésének egyetlen hatékony módja
az időben elvégzett védőoltás !**

Az oltás elsőrendű célja, hogy egyéni védelmet nyújtson azon személyeknek, akiknél egy esetleges influenzavírus-fertőzés alapbetegségük vagy életkoruk miatt súlyos lefolyású lehet, valamint azoknak, akik közösségekben élnek és a fertőzés gyors terjedésével számolva nagy valószínűséggel fognak megbetegedni védőoltás hiányában, továbbá azoknak, akik egészségügyi és szociális intézményekben élnek vagy dolgoznak.

Fontos tudni!

Közösségekben, bentlakásos otthonokban az influenzajárvány csak úgy előzhető meg, ha a lakók és az ott dolgozók minél nagyobb hányada kapott influenza elleni védőoltást. A vírus ugyanis már akkor is fertőz, amikor még nem jelentkeztek az influenza tünetei!

Miért van szükség az influenza ellen védőoltásra?

Azért, mert az influenza megelőzésére a jelenleg rendelkezésünkre álló módszerek közül a védőoltás a leghatékonyabb.

Miért hasznos a védőoltás?

A náthát és az influenzát is vírusfertőzés okozza, de az influenza lefutása sokkal súlyosabb, mint egy banális nátháé. Szokatlanul magas láz, fejfájás és gyengeségérzet a velejárói. Ami igazán veszélyessé teszi az influenzát, az hogy a vírus képes évről évre változni, mintha mindig új ruhát öltene. Így immunrendszerünknek újra és újra meg kell birkóznia vele. A vírus ráadásul igen fertőzőképes, és gyorsan terjed a szervezetben. Szövődménye lehet arcüreggyulladás, bronchitis és a legnagyobb veszélyt jelentő tüdőgyulladás. Ezek miatt a szövődmények miatt az influenza életveszélyes is lehet!

Mikor kell beadatni az influenza elleni védőoltást!

Legjobb már kora ősszel beadatni, mivel a védettség kialakulásához két-három hétre van szükség. Ez azért is célszerű, mert a hideg idő beköszöntével, sokan elkapnak valamilyen fertőzést, náthavírust, stb., és ez lehetetlenné teszi az oltóanyag beadását. Tudni kell azt is, hogy a védettség kialakulásához 1-2 hét szükséges, így azt sem lehet kizárni, hogy valaki azelőtt betegszik meg, hogy ez a védettség kialakulna. A házi orvosoknál a térítésmentes vakcina elérhető. Az oltást évente újra meg kell ismételni, azaz újra be kell adatni.

Tévhit, hogy az influenza ellen elegendő vitaminokkal védekezni!

Az influenza elleni védekezés fontos része az immunrendszer erősítése. A vitaminhiány, az egészségtelen táplálkozás, a mozgásszegény életmód mind-mind gyengíti az emberi szervezet védekezését a fertőzések ellen. Az egészséges életmód pedig erősíti a szervezet védekező rendszerét. Ez persze nem feltétlenül elég a fertőzések kivédéséhez, azonban segít a gyorsabb gyógyulásban.

Tévhit, hogy az influenza elleni védőoltás nem biztonságos!

Az influenzaoltással kapcsolatban óriási tapasztalat áll rendelkezésre, mivel a világon több millió, ezen belül Magyarországon mintegy egymillió ember kapja meg ezt az oltást évente. Az oltás jól tolerálható, eltekintve az esetenkénti kisebb fájdalomtól és duzzanattól az oltás helyén.

Tévhit, hogy a védőoltásoknak sokféle káros mellékhatása lehet!

A védőoltások valójában nagyon biztonságosak, a nem kívánt következményeket jócskán túlszárnyalja az általuk biztosított egészségnyereség.

AZ ORSZÁGOS EPIDEMIOLOGIAI KÖZPONT MÓDSZERTANI LEVELE

a 2015/2016. évi influenzaszezonra történő felkészülés során meghatározta a fokozottan veszélyeztetettek kockázati csoportjait, akik részére térítésmentesen kell beadni az influenza elleni védőoltásokat, és akik számára a **védőoltás erősen javasolt!**

Egyrészt:

- Hat hónaposnál idősebb, súlyos betegség kockázatának kitett krónikus légzőszervi betegségben szenvedők, asztmás betegek;
- Súlyos elhízás vagy neuromusculáris betegség miatt korlátozott légzési funkciójú betegek;
- Szív-, érrendszeri betegségben szenvedők;
- Velezületett vagy betegség/kezelés révén szerzett immunhiányos állapotban szenvedő betegek (beleértve a HIV-pozitív személyeket, daganatos betegségben szenvedőket is);
- Krónikus máj- és vesebetegek;
- Anyagcsere-betegségben szenvedők, pl. diabetes;
- Ápolást, gondozást nyújtó, rehabilitációs, átmeneti elhelyezést nyújtó intézményekben, lakóotthonokban, vagy egészségügyi intézményekben élő, vagy huzamosabb ideig ápolt személyek;
- 60 éven felüliek, egészségi állapotuktól függetlenül;

Másrészt:

A fenti kockázati csoportokat a fertőzés átvitele révén veszélyeztető személyek, azaz:

- Egészségügyben, egészségügyi intézményekben dolgozók
- Szociális gondozásban, szociális intézményekben dolgozók

Ismételten kérek mindenkit, hogy az idei influenza szezonra biztosított védőoltást vegye igénybe, ne utasítsa el annak beadását, mert ellenkező esetben veszélyeztetni nemcsak a saját, hanem mások egészségét is!

Budapest, 2015 november 27.

Vámos Magdolna
egészségügyi auditor, epidemiológus