



Public Health
England

NHS

CARE

Szczepienie przeciwko COVID-19

**Ochrona dla pracowników
służby zdrowia**

**Wszyscy pracownicy służby zdrowia
oraz opieki społecznej mogą otrzymać
szczepionkę przeciwko COVID-19,
zapewniającą ochronę przed COVID-19.**



COVID-19 immunisation

Chroń siebie.

Spis treści

Dlaczego należy przyjąć szczepionkę przeciwko COVID-19?

Czy szczepionka zapewni mi ochronę?

Czy szczepionka zapewni ochronę moim podopiecznym lub pacjentom?

Czy z otrzymaniem szczepionki wiążą się działania niepożądane?

Kto nie powinien otrzymać szczepionki?

Czy jesteś w ciąży lub sądzisz, że możesz być w ciąży?

Czy mogę wrócić do pracy po otrzymaniu szczepionki?

Czy mogę zarazić się COVID-19 przez szczepionkę?

Co należy potem zrobić?

Co należy zrobić, jeżeli nie będę czuć się dobrze w dniu następnego szczepienia?

Czy po otrzymaniu szczepionki muszę nadal stosować się do wytycznych w zakresie kontroli zakażeń?

Otrzymałem(-am) szczepionkę przeciwko grypie. Czy potrzebuję także szczepionki przeciwko COVID-19?

Jak najszybsze przyjęcie szczepionki przeciwko COVID-19 zapewni ochronę pracownikom służby zdrowia lub opieki społecznej oraz może pomóc w ochronie ich rodzin oraz podopiecznych.

Szczepionka przeciwko COVID-19 powinna pomóc w zmniejszeniu liczby przypadków, w których przebieg choroby jest poważny, a także uratować życie wielu osób, co oznacza, że obciążenie NHS oraz opieki społecznej będzie mniejsze.

Dlaczego należy przyjąć szczepionkę przeciwko COVID-19?

Pracownicy NHS „z pierwszej linii frontu” są najbardziej narażeni na zakażenie COVID-19 w miejscu pracy. Pracownicy służby zdrowia oraz opieki społecznej (w szczególności pracujący w domach opieki) są znacznie bardziej narażeni na wielokrotny kontakt z wirusem.

Zakażenie COVID-19 może mieć ciężki przebieg i prowadzić do długoterminowych powikłań, które występują znacznie częściej u starszego personelu oraz u osób zaliczanych z przyczyn medycznych do grup ryzyka.

Zakażenie COVID-19 może przebiegać zupełnie bezobjawowo. Wirus może przenosić się na członków rodziny, znajomych i pacjentów, a wielu z nich może być zaliczanych do grupy wyższego ryzyka.

Dobry stan zdrowia nie zmniejsza ryzyka zakażenia COVID-19 i przeniesienia wirusa na inne osoby.

Duża liczba zakażeń COVID-19 oznacza, że ograniczenie rozprzestrzeniania się wirusa jest teraz szczególnie ważne w celu uniknięcia nadmiernego obciążenia NHS oraz ochrony zdrowia personelu służby zdrowia i opieki społecznej.

Czy szczepionka zapewni mi ochronę?

Szczepienie przeciwko COVID-19 zmniejszy ryzyko zachorowania na COVID-19. Tak jak w przypadku wszystkich leków, żadna szczepionka nie zapewni pełnej ochrony. Zbudowanie odporności po otrzymaniu szczepionki może potrwać kilka tygodni. Niektóre osoby mogą nadal zostać zakażone COVID-19 pomimo otrzymania szczepionki. W takich przypadkach przebieg choroby powinien być jednak lżejszy.

Wyniki badań wskazały, że szczepionka jest skuteczna. Nie zgłoszono również żadnych zastrzeżeń w zakresie bezpieczeństwa w badaniach z udziałem ponad 20 000 osób.



Czy szczepionka zapewni ochronę moim podopiecznym lub pacjentom?

Brak jest jednoznacznych dowodów potwierdzających, że przyjęcie szczepionki przeciwko COVID-19 zmniejszy ryzyko przekazania wirusa innym osobom. Większość szczepionek zmniejsza ogólne ryzyko zakażenia, jednak niektóre zaszczepione osoby mogą doświadczać łagodnych objawów zakażenia lub przechodzić infekcję zupełnie bezobjawowo, co oznacza, że nadal mogą zakażać inne osoby. Jest bardzo prawdopodobne, że przebieg zakażenia u zaszczepionej osoby będzie znacznie łagodniejszy, a okres zakaźności będzie krótszy. Z tego względu jest mniej prawdopodobne, że zaszczepiony personel służby zdrowia i opieki społecznej będzie zakażał członków swoich rodzin, znajomych oraz podopiecznych i pacjentów.

Czy z otrzymaniem szczepionki wiążą się działania niepożądane?

Tak jak wszystkie leki, szczepionki mogą powodować działania niepożądane. Większość z nich jest krótkotrwała i ma łagodny przebieg. Występują tylko u niektórych osób. Drugą dawkę szczepionki należy przyjąć nawet jeżeli po pierwszej dawce wystąpią działania niepożądane. Mimo że pierwsza dawka zapewni ochronę w pewnym stopniu, podanie drugiej dawki umożliwi uzyskanie najlepszej ochrony przed wirusem.

Bardzo często występujące działania niepożądane obejmują:

- ból, uczucie ciężkości i tkliwości w miejscu przyjęcia zastrzyku. Objawy te są najbardziej nasilone ok. 1-2 dni po otrzymaniu szczepionki.
- uczucie zmęczenia
- ból głowy
- bóle uogólnione lub łagodne objawy grypopodobne

Chociaż występująca przez 2-3 dni podwyższona temperatura jest dość częstym objawem, wysoka temperatura występuje rzadko i może wskazywać na zakażenie COVID-19 lub inne (patrz informacje podane na stronie 6).

Aby poczuć się lepiej, należy odpocząć i zażyć normalną dawkę paracetamolu (należy zastosować się do wytycznych podanych na opakowaniu). Nie należy przekraczać zalecanej dawki.

Objawy ustępują zazwyczaj w ciągu tygodnia. Jeżeli nastąpi nasilenie objawów lub w razie innych obaw, należy zadzwonić pod numer NHS 111. W przypadku zasięgnięcia porady medycznej należy powiadomić personel o szczepieniu (należy przedstawić kartę szczepień), aby można było przeprowadzić odpowiednie

badanie. Działania niepożądane szczepionek lub leków można zgłaszać w ramach programu Yellow Card (tzw. żółtej karty). Zgłoszeń można dokonywać poprzez wyszukanie terminu Coronavirus Yellow Card oraz po pobraniu aplikacji Yellow Card.

Kto nie powinien otrzymać szczepionki?

Szczepionki nie zawierają żywych organizmów. Z tego względu ich otrzymanie jest bezpieczne dla osób z zaburzeniami układu odpornościowego. Te osoby mogą jednak nie zareagować zbyt dobrze na szczepionkę. Bardzo niewielka liczba osób należących do grupy ryzyka powikłań w wyniku zakażenia COVID-19 nie będzie mogła otrzymać szczepionki. Do tej grupy należą osoby, które cierpią na poważne alergie.

Czy jesteś w ciąży lub sądzisz, że możesz być w ciąży?

Tak jak wiele nowych leków, szczepionki nie zostały jeszcze przetestowane na kobietach ciężarnych. Z tego względu zaleca się, aby większość kobiet z grupy niskiego ryzyka zaczekała z przyjęciem szczepionki do zakończenia ciąży. Aby dowiedzieć się, jak można zmniejszyć ryzyko zakażenia COVID-19, należy porozmawiać

ze swoim pracodawcą. Większość kobiet zakażonych COVID-19 w trakcie ciąży nie doświadcza poważniejszych objawów niż kobiety niebędące w ciąży i rodzą zdrowe dzieci. W miarę pojawiania się nowych danych dotyczących bezpieczeństwa szczepionki wytyczne mogą ulec zmianie. Kobiety w ciąży z grupy wysokiego ryzyka mogą omówić kwestię przyjęcia szczepionki ze swoim lekarzem lub pielęgniarką.

Kobiety, które dowiedziały się, że zaszły w ciążę po otrzymaniu szczepionki nie powinny się niepokoić. Szczepionki nie zawierają organizmów, które mogą namnażać się w ciele człowieka, co oznacza, że nie ma możliwości, aby nienarodzone dziecko zaraziło się COVID-19. Tak jak w przypadku innych szczepionek, Agencja ds. Zdrowia Publicznego (PHE) tworzy system monitorowania stanu zdrowia kobiet, które przyjęły szczepionkę w ciąży. Mamy nadzieję, że w miarę upływu czasu pomoże to rozwiązać ich obawy na wczesnym etapie.

Kobietom w wieku rozrodczym, kobietom w ciąży lub karmiącym piersią zaleca się zapoznanie ze szczegółowymi informacjami przedstawionymi na stronie internetowej www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-women-of-childbearing-age-currently-pregnant-planning-a-pregnancy-or-breastfeeding.

Czy mogę wrócić do pracy po otrzymaniu szczepionki?

Osoby, które czują się dobrze po otrzymaniu szczepionki, mogą wrócić do pracy. Jeżeli ramię, w które została podana szczepionka, jest mocno obolałe, podnoszenie ciężkich przedmiotów może być trudne. W przypadku złego samopoczucia lub silnego zmęczenia należy odpocząć oraz zrezygnować z obsługi urządzeń lub prowadzenia pojazdów.

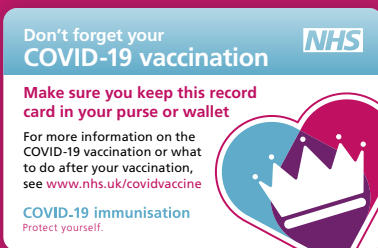
Czy mogę zarazić się COVID-19 przez szczepionkę?

Nie można zarazić się COVID-19 w wyniku otrzymanej szczepionki, jednak niektóre zakażone osoby mogą nie zdawać sobie sprawy z zakażenia nawet po przyjęciu szczepionki. Należy nadal regularnie poddawać się testom organizowanym przez pracodawcę. W razie wystąpienia jakichkolwiek objawów COVID-19 należy pozostać w domu oraz poddać się testowi. Dalsze informacje na temat objawów są dostępne na stronie internetowej www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms/

Co należy potem zrobić?

Należy zaplanować termin otrzymania drugiej dawki. Zaszczepione osoby otrzymają

Kartę szczepień należy przechowywać w bezpiecznym miejscu i zabrać ze sobą na kolejną wizytę w celu otrzymania drugiej dawki.



kartę szczepień. Kolejna wizyta powinna przypadać od 3 do 12 tygodni później. Ważne jest, aby przyjąć obydwie dawki szczepionki w celu uzyskania najlepszej ochrony.

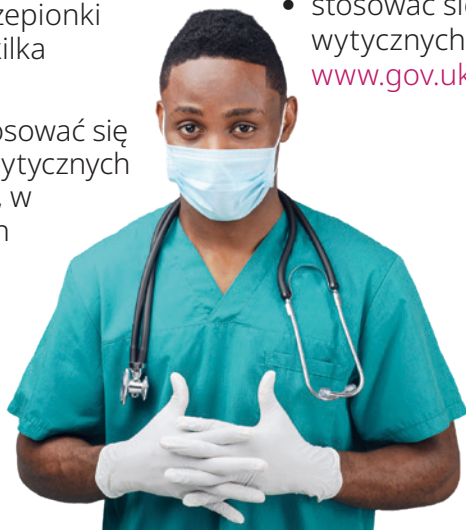
Co należy zrobić, jeżeli nie będę czuć się dobrze w dniu następnego szczepienia?

W przypadku złego samopoczucia najlepiej jest poczekać, aż stan zdrowia poprawi się, jednak należy postarać się przyjąć szczepionkę jak najszybciej. Osoby poddające się kwarantannie domowej i oczekujące na test na obecność COVID-19 lub osoby, które nie czują się w pełni zdrowe nie powinny zgłaszać się na szczepienie.

Czy po otrzymaniu szczepionki muszę nadal stosować się do wytycznych w zakresie kontroli zakażeń?

Szczepionka nie prowadzi do zakażenia COVID-19. Otrzymanie dwóch dawek zmniejszy ryzyko poważnych powikłań w wyniku zakażenia. Żadna szczepionka nie zapewni pełnej ochrony. Zbudowanie odporności po otrzymaniu szczepionki może potrwać kilka tygodni.

Nadal należy stosować się do wszystkich wytycznych w miejscu pracy, w tym dotyczących korzystania z właściwych środków ochrony indywidualnej oraz poddawania się testom.



Aby dbać o ochronę własną, pacjentów, rodziny, znajomych i współpracowników, należy stosować się do następujących ogólnych wytycznych obowiązujących w miejscu pracy, w domu oraz poza nim:

- stosować się do zasad dystansowania społecznego
- nosić nakrycie twarzy
- dokładnie i często myć ręce
- stosować się do aktualnych wytycznych

www.gov.uk/coronavirus

Należy zapoznać się z ulotką zawierającą informacje o szczepionce, w tym o możliwych działaniach niepożądanych, wyszukując Coronavirus Yellow Card (z ang. żółta karta dotycząca koronawirusa).

Działania niepożądane można także zgłaszać na tej samej stronie internetowej lub pobierając aplikację Yellow Card.



coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

Pamiętaj

COVID-19 rozprzestrzenia się drogą kropelkową poprzez powietrze wydychane z nosa lub ust, szczególnie podczas mówienia lub kaszlu. Zakażenie może nastąpić także poprzez dotykanie oczu, nosa i ust po kontakcie z zakażonymi przedmiotami lub powierzchniami.



Otrzymałem(-am) szczepionkę przeciwko grypie. Czy potrzebuję także szczepionki przeciwko COVID-19?

Szczepionka przeciwko grypie nie zapewnia ochrony przeciwko COVID-19. Osoby uprawnione do otrzymania obu szczepionek powinny przyjąć je obie, jednak zazwyczaj w odstępie co najmniej tygodnia.

Szczepienia pomagają chronić osoby z grupy najwyższego ryzyka.

Dalsze informacje na temat szczepień przeciwko COVID-19 są dostępne na stronie internetowej www.nhs.uk/covidvaccination

© Prawa autorskie Korony Brytyjskiej 2020
COV2020316V2PL 1.5M 1p NOV (APS) 2020
Numer bramki Agencji ds. Zdrowia Publicznego w Anglii: 2020432

Dalsze bezpłatne egzemplarze niniejszych ulotek można zamówić na stronie internetowej www.healthpublications.gov.uk