

Cepljenje proti gripi za otroke

Kaj je gripa?

Gripa je akutna okužba dihal, ki se zelo hitro širi in v kratkem času lahko prizadene precejšen del prebivalstva. Povzročajo jo virusi influence. Virusi krožijo med ljudmi vsako leto, v glavnem od novembra do maja in se hitro spreminjajo.



Kako pogosta je gripa?

Po ocenah v Sloveniji vsako leto zbolijo za gripo več kot 60.000 ljudi. Smrtni primeri zaradi gripe so redki, gripa pa lahko povzroča zaplete oz. poslabšanje zdravstvenega stanja predvsem pri starejših, bolnikih s kroničnimi boleznimi srca in pljuč ter pri zelo majhnih otrocih.

Kakšni so znaki gripe?

Zbolimo približno tri dni po okužbi z virusom. Pojavi se povišana telesna temperatura, glavobol, bolečine v mišicah in kosteh, dražec občutek v žrelu in suh kašelj. Bolezenske težave običajno trajajo 2 do 7 dni. Najpogostejša zapleta gripe sta bronhitis in bakterijska pljučnica. Pri otrocih se kot zaplet gripe lahko pojavljajo vnetja srednjega ušesa, vročinski krči.



Kako se virusi gripe prenašajo?

Prenašajo se s kužnimi kapljicami. Kužne kapljice razširjajo okužene osebe in bolniki s kihanjem, kašljanjem in glasnim govorjenjem, tudi z neposrednim stikom (poljubljanje) in posredno (preko kljuk, telefonskih slušalk).

Kako se zavarujemo pred okužbo z gripo?

Najučinkovitejša je zaščita s cepljenjem. Izogibamo se zaprtim prostorom, kjer je veliko ljudi (ne obiskujemo trgovskih centrov z otroci). Vzdržujemo dobro kondicijo s kvalitetno prehrano in redno telesno dejavnostjo, saj smo tako manj dovzetni za okužbo. Zboleli naj ostanejo doma. Pri kihanju in kašljanju uporabljamo robčke ter se izogibajo tesnim telesnim stikom.

Ali je priporočljivo cepiti proti gripi vse otroke?

Cepijo se lahko vsi, ki se želijo zaščititi. Posebej je cepljenje priporočljivo za otroke, ki imajo kronične bolezni obtočil, dihal, sečil, mišično skeletnega in vezivnega sistema, nekatere maligne bolezni, sladkorno bolezen, nekatere bolezni krvi in krvotvornih organov, bolezni, ki slabijo imunski odziv in za otroke, ki so daljši čas zdravljeni s salicilati (Aspirin). Cepljenje je priporočljivo tudi za zdrave otroke od 6 do 23 meseca starosti pri katerih so pogostejši zapleti zaradi gripe ter dijake in študente zdravstveno izobraževalnih programov. V sezoni 2021/22 je cepljenje brezplačno za vse.

Zakaj je priporočljivo proti gripi cepiti tudi otroke?

Ena petina vseh otrok po svetu letno zbolijo za gripo. Raziskave kažejo, da pri otrocih mlajših od dveh let, obstaja večje tveganje kot pri starejših otrocih, da bodo ob tem ko zbolijo za gripo, zaradi komplikacij potrebovali bolnišnično zdravljenje. Cepljenje proti gripi je priporočljivo tudi za starše in druge, ki skrbijo za otroke, posebej za tiste mlajše od dveh let, da se zmanjša možnost prenosa. To je še posebej pomembno, če je v družini otrok mlajši od 6 mesecev, ki še ne more biti cepljen.

Kdaj in kako se cepi otroke proti gripi?

Proti gripi se cepi vsako leto pred začetkom sezone gripe. Ker se pri nas gripa pojavlja proti koncu novembra ali v decembru in v januarju, je najprimernejši čas za cepljenje konec oktobra in novembra. Cepivo ni primerno za cepljenje otrok mlajših od 6 mesecev. Otroci mlajši od 9 let, ki so prvič cepljeni proti gripi morajo prejeti dva odmerka cepiva v razmaku enega meseca. Otroci, ki so bili že cepljeni proti gripi, oz. so stari 9 let in več prejmejo en odmerek cepiva.

Kako dolgo po cepljenju proti gripi traja zaščita?

Približno dva tedna po cepljenju se razvije zadostna količina protiteles, za zaščito. Zaščita po cepljenju traja običajno nekaj mesecev do enega leta.

Ali je cepivo proti gripi varno?

Cepivo proti gripi ne more povzročiti bolezni, saj ne vsebuje živega virusa gripe. Redko se po cepljenju pojavijo neželeni učinki, ki trajajo največ dva dni. Nekaj ur po cepljenju se lahko pojavi kratkotrajna povišana telesna temperatura, slabo



počutje, včasih tudi oteklina, rdečina in bolečina na mestu cepljenja.

Kateri otroci se ne smejo cepiti s cepivom proti gripi?

Ne cepimo otrok, ki so imeli hudo alergijsko reakcijo po predhodnem cepljenju s tem cepivom ali imajo hudo alergijo na katerokoli sestavino tega cepiva. Ne smejo se cepiti otroci, ki imajo hudo alergijo na jajca. Cepljenje je potrebno odložiti pri otrocih, ki so akutno bolni in imajo povišano telesno temperaturo.

Ali se lahko poleg cepljenja proti gripi istočasno cepi otroka tudi z drugimi cepivi?

Istočasno kot cepivo proti gripi lahko otrok prejme tudi druga cepiva, ki so del imunizacijskega programa, ali cepivo proti pnevmokoknim okužbam. Cepivi je potrebno injicirati na dve različni mesti.

V kolikor imate dodatna vprašanja v zvezi s cepljenjem, se obrnite na vašega pediatra ☺



Vir: www.nijz.si; priredila Saša Korez, dr. med., spec. ped.

6 UKREPOV ZA IZBOLJŠANJE ZDRAVJA OTROK V ČASU PREHLADOV



1 REDNO UMIVAMO ROKE



2 BODIMO AKTIVNI



3 DOVOLJ SPANCA



4 ZDRAVA RAZNOVRSTNA PREHRANA



5 ZMANJŠAMO STRES



6 NE DELIMO SI PREDMETOV