



Przewodnik po 2. fazie programu (18–49 lat)

Szczepienie na COVID-19

Czym jest COVID-19 lub koronawirus?

COVID-19 jest wywoływany przez nowego koronawirusa znanego go SARS-Cov-2. Po raz pierwszy zidentyfikowano go pod koniec 2019 roku. Jest bardzo zakaźny i może prowadzić do poważnych chorób układu oddechowego.

Wiele zakażonych osób ma jedynie łagodne objawy lub nie ma ich wcale. Często zaczynają się one od kaszlu, gorączki, bólu głowy i utraty smaku lub węchu.

Niektóre osoby odczuwają duże zmęczenie, bolą je mięśnie i gardło, cierpią na biegunkę lub wymioty, mają gorączkę i są zdezorientowane.

U małej grupy osób pojawiają się dalsze poważne objawy, które mogą wymagać hospitalizacji czy przyjęcia na intensywną terapię.

Ogólnie na COVID-19 umiera mniej niż 1 na 100 osób, które zostały zakażone, jednak w przypadku osób powyżej 75. roku życia wskaźnik ten wzrasta do 1:10.

Nie ma jeszcze lekarstwa na COVID-19, jednak ostatnio przebadane terapie pomagają w zapobieganiu pojawienia się komplikacji.

Rodzaje szczepionek

W Wielkiej Brytanii w roku 2021 będzie stosowanych kilka różnych typów szczepionek COVID-19. Szczepionki będą zatwierdzone wyłącznie na podstawie badań nad bezpieczeństwem i skutecznością przeprowadzonych na szeroką skalę.

Ponad 30 milionów osób w Wielkiej Brytanii zostało już zaszczepionych przeciwko COVID-19, a szczepionka zapobiegła wielu zachorowaniom i ponad 6 tysiącom zgonów z powodu COVID-19.

Ostatnio pojawiły się doniesienia o niezwykle rzadkim schorzeniu objawiającym się powstawaniem zakrzepów krwi i nietypowych krwawień po szczepieniu szczepionką firmy AstraZeneca (AZ). Trwają analizy tego zagadnienia, ale czynniki ryzyka tego stanu nie są jeszcze jasne. Ze względu na duże ryzyko powikłań i zgonu w związku z zainfekowaniem COVID-19 MHRA, Światowa Organizacja Zdrowia i Europejska Agencja Leków stwierdziły, że bilans strat i zysków przemawia zdecydowanie na korzyść szczepienia.

Obecnie JCVI zaleca, aby zdrowym osobom poniżej 40. roku życia podawać szczepionkę inną niż firmy AstraZeneca (AZ).

Czy jestem w grupie ryzyka zachorowania na COVID-19?

Na COVID-19 może zachorować każdy. Osoby starsze i cierpiące na chroniczne dolegliwości zdrowotne powinny do tej pory mieć możliwość przyjęcia szczepionki.

Kto kwalifikuje się do szczepienia w fazie 2?

Szczepionka jest obecnie oferowana osobom z mniejszym ryzykiem powikłań związanych z COVID-19. Nadal można się zarazić i przekazać infekcję innym osobom. Dla większości młodszych osób COVID-19 jest zazwyczaj łagodną chorobą, która rzadko prowadzi do powikłań. U nielicznych osób objawy mogą utrzymywać się dłużej, niż zwykle, przez dwa do trzech tygodni. Szczepionka pomaga zapobiec zachorowaniu na COVID-19 i chorobę COVID o długim przebiegu. W drugiej fazie programu szczepionka będzie oferowana osobom w wieku poniżej 50 lat w następującej kolejności:

- 40–49 lat
- 30–39 lat
- 18 lat i więcej.

Ryzyko jest wyższe w starszych grupach wiekowych. Na przykład ryzyko zgonu z powodu COVID-19 u osoby w wieku 40–49 lat jest co najmniej 3 razy wyższe, niż u osoby w wieku 30–39 lat i co najmniej 12 razy wyższe, niż u osoby w wieku 20–29 lat.

W miarę postępów w programie JCVI będzie zalecać odpowiednią szczepionkę dla każdej grupy. Oferowana szczepionka może zależeć od Twojego wieku. Obecnie JCVI zaleca, aby w miarę możliwości zdrowi ludzie (nieposiadający żadnej kategorii ryzyka) poniżej 40. roku życia przyjmowali szczepionki inne niż AstraZeneca (AZ). Czas, w którym szczepionka będzie oferowana, zależy od dostępności poszczególnych szczepionek. Każdy, kto był wcześniej zakwalifikowany do szczepienia, dalej takim pozostaje i powinien się zgłosić w celu rozpoczęcia lub kontynuacji zalecanego planu szczepień.

Wszystkie kobiety w wieku rozrodczym, w ciąży i karmiące piersią

JCVI zaleciło, aby kobietom w ciąży oferować szczepienie przeciwko COVID-19 w tym samym czasie, co osobom w tym samym wieku lub z tej samej grupy ryzyka. W Stanach Zjednoczonych około 90 000 kobiet w ciąży zostało zaszczepionych, głównie szczepionkami firm Pfizer i Moderna, i nie zaobserwowano żadnych zastrzeżeń dotyczących bezpieczeństwa.

W związku z tym szczepionki Pfizer i Moderna są

preferowanymi szczepionkami dla kobiet w ciąży w każdym wieku, które zgłaszają się po pierwszą dawkę.

Chociaż ogólne ryzyko zachorowania na COVID-19 u kobiet w ciąży i ich noworodków jest małe, w późniejszym okresie ciąży u niektórych kobiet może dojść do poważnego pogorszenia stanu zdrowia i konieczności leczenia szpitalnego.

Kobiety ciężarne zakażone COVID-19 są częściej przyjmowane na intensywną terapię, niż kobiety w tym samym wieku, które nie są w ciąży. Kobiety zakażone COVID-19 są również 2–3 razy bardziej narażone na przedwczesne urodzenie dziecka niż kobiety zdrowe.

Więcej informacji na temat ciąży i szczepień można znaleźć na stronie: gov.je/vaccine.

Kto nie może otrzymać szczepionki?

Szczepionki nie zawierają organizmów, które namnażają się w ciele zaszczepionego, dlatego są bezpieczne dla osób z zaburzeniami układu odpornościowego. Osoby te mogą nie reagować dobrze na szczepionkę. Bardzo niewielka liczba osób, które są narażone na ryzyko zachorowania na COVID-19, nie może otrzymać szczepionki – dotyczy to niektórych osób z silnymi alergiami.

Kto powinien poczekać z zaszczepieniem się?

Jeśli osoba źle się czuje, pozostaje w izolacji lub czeka na badanie w kierunku COVID-19, powinna odłożyć szczepienie na później.

Czy szczepionka mnie ochroni?

Szczepienie przeciw COVID-19 zmniejszy prawdopodobieństwo zakażenia wirusem COVID-19. Zbudowanie odporności po szczepieniu może zająć organizmowi kilka tygodni.

Wykazano, że szczepionka jest bezpieczna i skuteczna. Każda ze szczepionek została przetestowana na grupie ponad 20 000 osób i nie było żadnych zastrzeżeń co do jej bezpieczeństwa.

Jak wszystkie leki, żadna szczepionka nie jest całkowicie skuteczna. Niektóre osoby mimo zaszczepienia nadal zapadają na COVID-19, jednak przebieg choroby powinien być wówczas łagodniejszy.

Czy podczas szczepienia się mogę zachorować na COVID-19?

Nie można zarazić się wirusem COVID-19 przez zaszczepienie się, ale możliwe jest, że osoba już wcześniej zaraziła się wirusem COVID-19 i nie zdaje sobie sprawy z tego, że ma objawy aż do czasu zaszczepienia się.

37 Will the vaccine have side effects?

38 Like all medicines, vaccines can cause side effects. Most of these are mild and short-term, and not everyone gets them. Even if you do have symptoms after the first dose, you still need to have the second dose. Although you may get some protection from the first dose, having the second dose will give you the best protection against the virus.

39 Very common side effects include:

- having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection. This tends to be worst around 1-2 days after the vaccine
- feeling tired
- headache
- general aches, or mild flu like symptoms

40 feeling feverish is not uncommon for two to three days, a high temperature is unusual and may indicate you have COVID-19 or another infection.

41 You can take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) and rest to help you feel better. Do not exceed the normal dose.

42 Symptoms following vaccination normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call your GP or healthcare professional.

44 If you have any of the above symptoms after your first vaccination, you should speak to your doctor or specialist before having the second dose.

45 If you are currently in the clinically extremely vulnerable group, please continue to follow the government guidance.

46 If you experience any of the following from around 4 days to four weeks after vaccination you should seek medical advice urgently.

- 47a new, severe headache which is not helped by usual painkillers or is getting worse
- an unusual headache which seems worse when lying down or bending over or may be accompanied by
 - blurred vision, nausea and vomiting
 - difficulty with your speech,
 - weakness, drowsiness or seizures
- new, unexplained pinprick bruising or bleeding away from the injection site
- shortness of breath, chest pain, leg swelling or persistent abdominal pain

For more information on symptoms visit [gov.uk/vaccine](https://www.gov.uk/government/organisations/nhs.uk/services/vaccines-and-medicines)

48 If you do seek advice from a doctor or nurse, make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination card if possible) so that they can assess you properly.

You can also report suspected side effects to vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card or visit: [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/](https://www.coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/) The Yellow Card scheme is the UK system for collecting information on suspected adverse drug reactions to medicines.

49 What can I do after I have had the COVID-19 vaccine?

50 The vaccine cannot give you COVID-19 infection, and two doses will reduce your chance of becoming seriously ill. We do not yet know how much it will reduce the chance of you catching and passing on the virus. So, it is important to continue to protect those around you.

51 Remember to protect yourself and your family, friends and colleagues you MUST still follow any national or local restrictions and:

- practise physical distancing
- wear a face mask
- wash your hands regularly
- open windows to let fresh air in
- follow the current guidance at [gov.je/coronavirus](https://www.gov.je/coronavirus)

52 What do I do next?

53 After you have had the first dose you must plan to attend your second appointment in 4-12 weeks' time. You will receive an SMS or email confirmation of when your second dose is due, two weeks before your second appointment.

54 It is important to have both doses of the vaccine to give you the best protection.

Keep your card safe with details of your vaccination.



55 What should I do if I am not well for my next appointment?

56 If you are unwell, it is better to wait until you have recovered to have your vaccine, but you should have it as soon as possible.

57 You should not attend a vaccine appointment if you are self-isolating, waiting for a COVID-19 test or unsure if you are fit and well.

58 If you are unable to attend your appointment, you need to contact the Coronavirus helpline on **0800 735 5566** to arrange a new appointment time.

59 Not attending appointments will result in vaccine wastage, which puts other people's lives at risk.

60 Protect yourself, your family, friends and colleagues

61 Even after receiving your vaccine, you will still need to follow public health guidance to protect yourself and others.

62 It takes a few weeks for your body to build up protection from the vaccine. Like all medicines, no vaccine is completely effective, so you should continue to take recommended precautions to avoid infection.

63 Some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but the risk of developing serious illness will be reduced.

64 COVID-19 is spread through droplets breathed out from the nose or mouth, particularly when speaking or coughing. It can also be picked up by touching your eyes, nose and mouth after contact with contaminated objects and surfaces.

65 You must continue to:

- practice physical distancing
- wear a face mask
- wash your hands carefully and frequently
- follow the current guidance: [gov.je/coronavirus](https://www.gov.je/coronavirus)