

Μύθοι & Αλήθειες για τα Εμβόλια

...

► Εμβολιάσου, Προσπάτενε τον Έαυτό σου και τους Ήρω σου ◀



ΕΜΒΟΛΙΑ
Μύθοι και Αλήθειες

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΚΣΤΡΑΤΕΙΑ ΕΝΗΜΕΡΩΣΗΣ
για τα ΑΝΤΙΒΙΟΤΙΚΑ και τα ΕΜΒΟΛΙΑ



ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΔΙΑΔΗΜΟΤΙΚΟ
ΑΚΤΙΝΟΓΕΝΗ ΠΟΙΕΣΗ ΚΑΙ Π.Ο.Υ.

ΕΔΔΥΠΠΥ - ΟΜΑΔΑ ΕΡΓΑΣΙΑΣ ΓΙΑ ΤΑ ΑΝΤΙΒΙΟΤΙΚΑ ΚΑΙ ΤΑ ΕΜΒΟΛΙΑ
- ΑΠΡΙΛΙΟΣ 2021 -

Η Ιστορία των Εμβολίων και οι Κεφαλονίτες

Το Εμβόλιο της Ευλογίας

Κωνσταντινούπολη ≈1700 :

Από τους **Εμμανουήλ Τιμόνη** και **Ιάκωβο Πυλαρινό** εφαρμόστηκε για πρώτη φορά μπόλιασμα με σκαριφισμό και εμφύτευση υγρού από φλύκταινες.

Η τεχνική δημοσιεύτηκε σε περιοδικά της εποχής. Σταδιακά μεταφέρθηκε στην Ευρώπη και την Αμερική

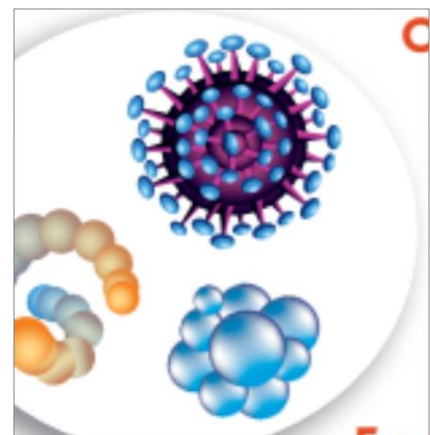




Να Είμαστε Λοιπόν Περήφανοι...

Ακολούθησε με επιτυχία ο Edward Jenner το 1796 εφαρμόζοντας τον Δαμαλισμό!

Δύο Μικροοργανισμοί προσβάλλουν το αναπνευστικό

- **Ο Ιός της Γρίπης:** Κάθε χρόνο χάνονται από γρίπη 290-600 χιλιάδες ζωές παγκοσμίως.
- **Ο Πνευμονιόκοκκος** μπορεί να προκαλέσει: βαρεία πνευμονία, ωτίτιδα, μηνιγγίτιδα με πολύ σοβαρές συνέπειες.
- Κάθε χρόνο πεθαίνουν από μηνιγγίτιδα 1,6 εκ. ζωές, από τις οποίες οι 800.000 αφορούν παιδιά.
- **Υπάρχουν εμβόλια και για τα δύο νοσήματα**





Ποιοι πρέπει να κάνουν το εμβόλιο της γρίπης και του πνευμονιοκόκκου;



Ποιοι πρέπει να εμβολιάζονται για την γρίπη και τον
πνευμονιόκοκκο

1. Άτομα 60 ετών και άνω.
2. Ενήλικες με : χρόνιες πνευμονοπάθειες
3. καρδιακή νόσο
4. Ανοσοκαταστολή
5. Δρεπανοκυτταρική νόσο (και άλλες αιμοσφαιρινοπάθειες),
6. Σακχαρώδη διαβήτη, παχυσαρκία.
7. Σπληνεκτομή
8. Χρόνια νεφροπάθεια

Ειδικότερα, για τη γρίπη πρέπει να εμβολιάζονται επίσης οι ακόλουθες ομάδες:

1. Εργαζόμενοι σε χώρους υγείας (π.χ. ιατρονοσηλευτικό προσωπικό κ.ά.).
2. Έγκυες, ανεξαρτήτως ηλικίας κύησης (οι έγκυες έχουν 4πλάσια πιθανότητα εισαγωγής στο νοσοκομείο και 10πλάσια στη Μ.Ε.Θ), Λεχρίδες, Θηλάζουσες.
3. Άτομα σε στενή επαφή με παιδιά κάτω των 6 μηνών ή φροντιστές ατόμων με υποκείμενο νόσημα.
4. Κλειστοί πληθυσμοί (τρόφιμοι και προσωπικό ιδρυμάτων, ή σχολών κλπ)
5. Πτηνοτρόφοι - κτηνοτρόφοι.

**Κάθε πότε εμβολιαζόμαστε για την
γρίπη και τον πνευμονιόκοκκο;**

Για τη Γρίπη,

- Πρέπει να γίνεται μία φορά τον χρόνο, κάθε Νοέμβριο.
- Είναι αδρανοποιημένο, ασφαλές και για την κύηση και τον θηλασμό

Για τον Πνευμονιόκοκκο, υπάρχουν δύο εμβόλια:

- το νεότερο 13δύναμο (Prevenar 13) που γίνεται μια φορά στην ζωή μας και προηγείται
- το παλαιότερο 23δύναμο το οποίο ακολουθεί συνήθως μετά ένα χρόνο, επίσης μια φορά στην ζωή μας



Γίνονται άλλα εμβόλια στους ενήλικες;



Εμβόλιο Διφθερίτιδας/Τετάνου/Κοκκύτη

- 1. Το διπλούν εμβόλιο Τετάνου/Διφθερίτιδας:** πρέπει να επαναλαμβάνεται πριν εκπνεύσει η 10ετία, όπως και σε περίπτωση σοβαρού τραυματισμού. **Όχι αντιτετανικός ορός**
- 2. Το τριπλούν εμβόλιο Τετάνου/Διφθερίτιδας/Κοκκύτη** το οποίο πρέπει να επαναλαμβάνεται την 25η-35η εβδομάδα κάθε εγκυμοσύνης, γιατί προφυλάσσει το νεογέννητο από το θανατηφόρο κοκκύτη!

Η Πανδημία του Ιού SARS-CoV-2 κηρύχθηκε στις 11/3/2020

Ο Περιορισμός της Πανδημίας:

Τι έκαναν και τι κάνουν οι χώρες σε όλο τον κόσμο;

Πώς μπορούμε να ανακόψουμε τη μετάδοση του ιού SARS-COV-2 αφού δεν διαθέτουμε παρά ελάχιστα και σε μικρές ποσότητες ειδικά φάρμακα;



Εμβολιασμός!!



Μη φαρμακευτική αντιμετώπιση

- Τα 4 βήματα

1^ο Βήμα
προστασίας
έναντι του
SARS-CoV-2

**Η Υγιεινή των
Χεριών**

Η ΑΜΕΣΗ ΠΡΑΚΤΙΚΗ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΛΗΨΗ ΤΩΝ ΛΟΙΜΩΞΕΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ COVID-19



**Χρειάζονται τουλάχιστο 20'' σαπούνισμα
για να είναι αποτελεσματικό το πλύσιμο!**

2^ο Βήμα
προστασίας
έναντι του
SARS-CoV-2

- Καλός αερισμός στον χώρο παραμονής ατόμων (συχνό άνοιγμα παραθύρων χειμώνα –καλοκαίρι)
- Υπάρχουν και ειδικά συστήματα καθαρισμού του αέρα* ώστε εντός δευτερολέπτων να απομακρύνονται τα μολυσμένα σωματίδια από βήχα ,φτέρνισμα, τραγούδι (ιδιαίτερα για νοσοκομεία και πολυσύχναστους χώρους, αεροπλάνα, πλοία)

*Hera φίλτρα

3^ο Βήμα προστασίας έναντι του SARS-CoV-2

Η Διατήρηση των Αποστάσεων

- Διατήρηση αποστάσεων από τους διπλανούς μας $\geq 2\text{m}$ προς όλες τις κατευθύνσεις.
- Αποφυγή συνωστισμού ακόμη και σε ανοικτούς χώρους
- Θεωρείται ότι τα σταγονίδια που εκπέμπονται από ένα άτομο με την ομιλία, τον βήχα, το φτέρνισμα και το τραγούδι μπορεί να τα εισπνεύσει και να μολυνθεί άτομο σε απόσταση $< 1\text{-}2$ μέτρων.

4^ο Βήμα προστασίας έναντι του SARS-CoV-2

Η Χρήση Μάσκας

Γιατί τις φοράμε;

- Ο σκοπός είναι να παγιδεύσουν τα σταγονίδια που εκπέμπονται από δυνητικά μολυσμένο άτομο ώστε να μην περάσουν την εσωτερική στοιβάδα της μάσκας και τα εισπνεύσει ο πλησίον.
- Πρέπει η μάσκα να καλύπτει σωστά το στόμα και την μύτη
- Ασπίδες προσώπου
 - Η αποτελεσματικότητα της ασπίδας για τον έλεγχο της διασποράς του ιού δεν έχει ελεγχθεί.
 - Οι ασπίδες υποκαθιστούν τα γυαλιά αλλά ποτέ τη μάσκα
 - Απαιτούν ειδικές οδηγίες καθαριότητας
 - Τα «ασπιδάκια» είναι άχρηστα



Παρόλο ότι μερικές φορές είναι δύσκολο...

**Οι Μάσκες όμως είναι
Υποχρεωτικές!
Δεν αποτελούν μόνο Σύσταση!**

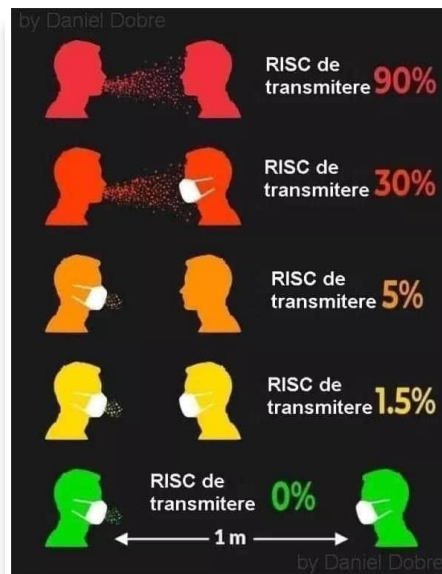


Πότε τις φοράμε?

-Στους εσωτερικούς χώρους











-Σε εξωτερικούς
πολυσύχναστους χώρους

Κι ας είμαστε εμβολιασμένοι!



**Ποια εμβόλια έχουν αδειοδοτηθεί από το
EMA και την Ευρωπαϊκή Ένωση;**

Leading vaccines

Developer	How It Works	Status
 Pfizer-BioNTech	mRNA	Approved in U.S., other countries. Emergency use in many countries.
 Sinopharm	Inactivated	Approved in China, U.A.E., Bahrain. Emergency use in many countries.
 Oxford-AstraZeneca	ChAdOx1	Approved in Brazil, India. Emergency use in many countries.
 Sinovac	Inactivated	Approved in China. Emergency use in many countries.
 Moderna	mRNA	Approved in U.S., Canada, Switzerland. Emergency use in many countries.
 Novavax	Protein	Emergency use in Europe, other countries.
 Bharat Biotech	Inactivated	Approved in India. Emergency use in other countries.
 Johnson & Johnson	Ad26	Approved in Canada. Emergency use in many countries.
 Baylor-Biological E	Protein	Emergency use in India.
 Gamaleya	Ad26, Ad5	Emergency use in many countries.

Το πρωτεϊνικό εμβόλιο της Sanofi αναμένεται να έρθει στην Ελλάδα τον Απρίλιο

Πόσο αποτελεσματικά είναι τα εμβόλια έναντι του SARS-CoV-2;

- Το εμβόλιο δεν προφυλάσσει από την μόλυνση, την ασυμπτωματική φορεία του ιού, την ελαφρά λοίμωξη, π.χ. χαμηλός πυρετός, πονόλαιμος, συνάχι)
- Προφυλάσσει όμως από την σοβαρή λοίμωξη που οδηγεί σε εισαγωγή στο νοσοκομείο: κλινική COVID → ΜΕΘ → διασωλήνωση → θάνατο
- Προϋπόθεση προφύλαξης από σοβαρή λοίμωξη: να έχει γίνει και η γ' δόση του εμβολίου
- Προστασία με δύο δόσεις: 40%
- Προστασία και με γ' δόση: 95%
- Προστασία από μετάδοση: 50%
- **Προσοχή**: στους ανοσοκατεσταλμένους τρεις μήνες μετά την γ' δόση γίνεται και δ' δόση

Για Πόσο Καιρό Μας Παρέχει Προστασία το Εμβόλιο;;; Πρέπει να γίνεται γ' δόση;

- Η αντισωματική διάρκεια δεν ακόμα διευκρινισθεί:
Τον 5^ο μήνα φαίνεται να κατακρημνίζεται
- Η ανοσιακή μνήμη (T-λεμφοκύτταρα) φαίνεται ότι διαρκεί περισσότερο από ένα έτος
- Δεν πρέπει να ελέγχονται τα αντισώματα με απόφαση του εμβολιασμένου (για να αισθάνεται ασφαλής)
- Όλα τα άτομα >18 ετών πρέπει να κάνουν ενισχυτική γ' δόση τρεις μήνες μετά τη β' δόση (στις ΗΠΑ όλα τα άτομα >11 ετών)

Για Πόσο Καιρό Μας Παρέχει Προστασία το Εμβόλιο;;; Πρέπει να γίνεται γ' δόση;

- Η ενισχυτική δόση προκαλεί ισχυρότατη αύξηση της ανοσίας και της προστασίας του εμβολιασμένου από σοβαρή νόσηση και θάνατο.
- Όσοι νόσησαν: πρέπει να κάνουν ενισχυτική δόση στο 3μηνο, γιατί η αντισωματική τους απάντηση είναι χαμηλότερη συγκριτικά με εκείνων που εμβολιάστηκαν
- Οι ανοσοκατεσταλμένοι και άτομα υψηλού κινδύνου (Ομάδα Α): ενισχυτική δόση 1 μήνα μετά την νόσηση ή τον εμβολιασμό τους με δύο δόσεις
- Όλα τα άτομα >των 18 ετών ,ανεξαρτήτως νοσήσεως ή μη ,οφείλουν να ολοκληρώσουν τον εμβολιασμό τους **με τρεις δόσεις** πλην του εμβολίου Johnson and Johnson για το οποίο απαιτούνται δύο δόσεις.

Πόσο ασφαλή είναι τα εμβόλια έναντι της COVID-19;;

- Οι πλείστες αντιδράσεις είναι ήπιες και εμφανίζονται μετά από την 2^η δόση πλην της κοπώσεως
- Συχνότερες σε νέους ($\geq 16-55$ ετών) και αφορούν πόνο στη θέση της ενέσεως, τοπικό οίδημα, κεφαλαλγία, πυρετό, αίσθημα κοπώσεως, μυαλγίες: **5-10%**
- Σπανιότερα σε άτομα >55 ετών.
- **Σοβαρές αντιδράσεις συμβαίνουν σε ποσοστό $<0,5\%$ και είναι:**
 - Πυρετός ($\geq 38,9$)
 - Έντονη κεφαλαλγία
 - Εξανθήματα

Οι Σοβαρές Ανεπιθύμητες Ενέργειες (έως 30/6/21)

Σοβαρή αλλεργία → αφυλακτική αντίδραση (δύσπνοια, βράγχος φωνής, shock).

- Στις ΗΠΑ 2-5/1εκ. εμβολιαζομένων (κυρίως mRNA εμβόλια: Pfizer, Moderna)*
- Δεν είναι διασταυρούμενη με άλλα φάρμακα ή τροφές
- **S.O.S.: Θεραπεύεται αν αναγνωρισθεί εγκαίρως**

Θρόμβωση με θρομβοπενία (TTS) → σε άτομα <60 ετών (Ειδική & σπάνια θρόμβωση)

- AstraZeneca (Αγγλία) → 14 περιπτώσεις / 1εκ. εμβολιασμένων
 - 73 θάνατοι (18%) 18-93 ετών
- Johnson & Johnson (ΗΠΑ) → 0,5/1 εκ. εμβολιαζομένων

***Pfizer 5/1εκ., Moderna 3/1εκ., Astra 10/1εκ.**

Ο Κίνδυνος των Θρομβώσεων



Οι Σοβαρές Ανεπιθύμητες Ενέργειες

Περικαρδίτιδα, μυοκαρδίτιδα:

- **Στα παιδιά: 1-10/100.000 (μυοκαρδίτιδα)**
(σε νέους άρρενες, ήπια εικόνα, βραχείας διάρκειας μετά τη β' δόση)
- Σε νόσηση από COVID-19 σε παιδιά 12-17 ετών: μυοκαρδίτιδα 5-38%

Πώς αποδεικνύεται ότι ο εμβολιασμός έναντι της COVID-19 είναι αποτελεσματικός?




Έχουν γίνει μέχρι σήμερα παγκόσμια >10 δισ.
εμβολιασμοί

- Η μείωση των κρουσμάτων που αυξάνεται με την αύξηση του ποσοστού των εμβολιασμένων σε παγκόσμιο επίπεδο
- Στις ΜΕΘ $\leq 10\%$ είναι εμβολιασμένοι ενώ το $\geq 90\%$ είναι ανεμβολίαστοι! Το ίδιο ισχύει και για τους θανάτους.
- Οι εμβολιασμένοι στη ΜΕΘ είναι υπερήλικες με πολλαπλά υποκείμενα νοσήματα

Ελλάδα:
χάρη στα εμβόλια σώθηκαν
από θάνατο περισσότεροι
από 20.000 Έλληνες!

**Το Κέντρο Ελέγχου και Πρόληψης Ασθενών
των ΗΠΑ συνιστά τον εμβολιασμό όλων των
πολιτών από 5 ετών και άνω.**

-Πρέπει να εμβολιαστούν τα παιδιά και γιατί;

- 
- 
- Συνιστάται ο εμβολιασμός κατά την κύηση και τον θηλασμό και πόσο ασφαλής είναι;
 - Γιατί προτιμώνται τα mRNA εμβόλια στα παιδιά και τις εγκύους;
- 

Εμβόλια έναντι της Λοίμωξης COVID-19 και Εγκυμοσύνη

- Δεν επηρεάζουν τη γονιμότητα τόσο στον άνδρα όσο και στη γυναίκα
- Στην εγκυμοσύνη χορηγούνται μόνο τα mRNA εμβόλια (Pfizer-Moderna) Είναι ασφαλώς ελεγμένα
- Σύσταση για όλα τα τρίμηνα της εγκυμοσύνης ώστε να προφυλάσσουν την μητέρα από σοβαρή λοίμωξη όπως και αποβολή του εμβρύου.
- Γυναίκες σε προγραμματισμό εγκυμοσύνης, όπως και κατά τον θηλασμό, πρέπει να εμβολιάζονται (προσφέρουν έτοιμα αντισώματα στο έμβρυο και στο νεογνό).

- Πού βρίσκεται ο εμβολιασμός στη χώρα μας;
- Ποιο το ποσοστό των πλήρως εμβολιασμένων στο σύνολο του πληθυσμού;
- Τι είναι η ανοσία αγέλης;

Έως 28 Φεβρουαρίου 2022

Η Ανοσία Αγέλης: Ισχύει για το στέλεχος «Δ» και το «Ο»?
Ζητούσαμε 70% εμβολιαστική κάλυψη για να την πετύχουμε!

- Λόγω της επικράτησης του «Δ» και στη συνέχεια του «Ο», που μεταδίδονται πολύ γρήγορα, αν δεν εμβολιαστεί τουλάχιστον το 95% του πληθυσμού των ενηλίκων, η πανδημία θα συνεχίζεται με υφέσεις και εξάρσεις!

Στη χώρα μας σήμερα έχει εμβολιαστεί:

- Με δύο δόσεις περίπου το 72% του γενικού πληθυσμού και το 82% των ενηλίκων
- Ενισχυτική γ' δόση έχουν λάβει 5.244.596 (50,6 % του πληθυσμού)
- 300.000 >60 ετών πρέπει να κλείσουν ραντεβού για α' δόση άμεσα!

Έχουμε λοιπόν δρόμο και χρειάζεται να βιαστούμε!

Γιατί λοιπόν πρέπει να εμβολιαστώ;

1. **Γιατί προστατεύω τον εαυτό μου** από το ενδεχόμενο σοβαρής λοίμωξης COVID-19, με πιθανότητα θανάτου του που υπερβαίνει το 40%. Ακόμη κι αν νοσήσω παρά τον εμβολιασμό, η λοίμωξη θα είναι ήπια.
2. **Γιατί προστατεύω τους γύρω μου** και ιδίως τους ηλικιωμένους και τις ευπαθείς ομάδες που απειλούνται από σοβαρή νόσο ή και θάνατο. **Άρα, ο εμβολιασμός είναι υπόθεση ατομικής προστασίας αλλά και κοινωνικής αλληλεγγύης.**
3. **Γιατί προστατεύω το Υγειονομικό Σύστημα** της χώρας μου από κατάρρευση, μειώνοντας τον αριθμό των κρουσμάτων και των εισαγωγών στα νοσοκομεία και στις ΜΕΘ.
4. **Γιατί μειώνω την πιθανότητα μεταλλάξεων**
5. **Γιατί είναι ο μόνος τρόπος για να αναχαιτιστεί η πανδημία, αφού δεν διατίθενται ειδικά φάρμακα έναντι του ιού.**



➤ **Εμβολιάσου, Προστάτευσε τον Εαυτό σου και τους Γύρω σου** ◀

Εμβόλιαζω