

Zaštitna vakcinacija

Višejezički vodič za vakcinaciju



MiMi Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten
für Migranten

**Ethno-
Medizinisches
Zentrum e.V.**



Impressum

Schutzimpfungen – mehrsprachiger Impfwegweiser
Mehrsprachiger Wegweiser zum Thema Impfen für
Migrantinnen und Migranten in Deutschland

Kooperationspartner Sanofi Pasteur MSD GmbH
Alexanderufer 3, 10117 Berlin-Mitte | Deutschland
www.spmsd.de

Herausgeber: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Königstraße 6, 30175 Hannover | Deutschland
info@ethnomed.com
www.ethnomed.com

Redaktion: Sanofi Pasteur MSD GmbH,
Dipl.-Sowi. Ramazan Salman, Dipl.-Sowi. Michael Kopel,
Dipl.-Psych. Ahmet Kimil, Dipl.-Psych. Elena Kromm-Kostjuk
(Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.), Stephanie Knostmann

Wir danken darüber hinaus Regine Wölle (Sanofi Pasteur MSD GmbH)
und Dr. Gerhard Pallasch (Kreisgesundheitsamt Stade) für die
fachliche Unterstützung bei der Entstehung dieser Broschüre.

Lektorat/Gestaltung/Satz: Bernd Neubauer

Übersetzung: Dolmetscherservice Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abbildungsnachweise:

Abb 1: © Eckhard Fischer, Muldenstein

Abb 2: Cynthia Goldsmith, Centers for Disease Control (USA); ID 8243

Abb. 3–7: Ethno-Medizinisches Zentrum

Abb. 8: nach STIKO Epidemiologisches Bulletin, Heft 34 (2016)

Abb. 9: modifiziert nach Janeway CA et al. Immunobiology,

6. Auflage (2005), Garland Science

Bildquellen: S. 1, 10, 12, 15, 27, 33 © Fotolia.com

Der vorliegende Wegweiser ist für eine breite Öffentlichkeit
vorgesehen. Um die inhaltliche Richtigkeit zu gewährleisten,
sind alle Rechte vorbehalten. Eine andere Verwendung als
im gesetzlich festgelegten Rahmen bedarf der vorherigen
schriftlichen Genehmigung durch die Redaktion.
Bitte schreiben Sie uns.

Dieser Wegweiser ist in folgenden Sprachen erhältlich:
Albanisch, Arabisch, Bulgarisch, Deutsch, Englisch, Französisch,
Griechisch, Italienisch, Kurdisch, Persisch, Polnisch, Rumänisch,
Russisch, Serbokroatisch, Spanisch, Türkisch

5. Auflage

Stand: September 2016



Pozdravna riječ

Drage čitateljke i čitaoci,

dobro zdravstveno zbrinjavanje migranata jeste centralna/ središnja tačka zdravstvene i integracione politike Savezne vlade. Konkretni i mjerljivi ciljevi koji doprinose poboljšanju u ovom akcionom području, utvrđeni su u Nacionalnom akcionom planu za integraciju Savezne vlade. U ovom trenutku smatramo da zdravstveno zbrinjavanje migranata još uvijek nije zadovoljavajuće u nekim oblastima. Kao glavni uzroci za ovakvo stanje navodi se nedovoljna informisanost i edukacija, kao i barijere u pristupu zdravstvenom sistemu. Doduše, u obje oblasti već je ostvaren znatan napredak.

Ovaj višejezični vodič za vakcinaciju/cijepljenje biće važan temeljac u zdravstvenom zbrinjavanju migranata u Njemačkoj. Zaštita javnog zdravlja spada u osnovne zadatke države. Glavni stub u tome je vakcinacija/cijepljenje stanovništva. Ne bez razloga, vakcinacija/cijepljenje je sastavni dio kataloga usluga obaveznog zdravstvenog osiguranja. U tom smislu pokrajinski zdravstveni organi izrađuju, na osnovu godišnjih preporuka Stalne komisije za vakcinaciju/cijepljenje pri Institutu „Robert Koch“, katalog sa javno preporučenim vakcinama/cjepivima, koji važi u određenoj pokrajini.

Savjeti stanovništvu za obavljanje vakcinacij/cijepljenja predstavlja važnu indikaciju zdravstvenog zbrinjavanja. Zato je povećanje stope vakcinisanih/cijepljenih osoba sa migrantskim porijeklom, naročito djece i adolescenata, važan cilj Nacionalnog akcionog plana integracije. Odziv na vakcinaciju/cijepljenje generalno je dobar, ali često nedostaje dovoljno edukacije i informacija koji se odnose na ovu ciljnu grupu.

Etno-medicinski centar (Das Ethno-Medizinische Zentrum) uspješno se posvećuje od 1989. godine prezentovanju tema iz oblasti zdravstvene politike, kulturno osjetljivih i specifičnih za migrantsku populaciju. Zdravstveni medijatori nacionalnog projekta *Sa migrantima za migrante* već su uspješno testirali svoj projekat vakcinacije/cijepljenja. Etno-medicinski centar svojim vodičem za vakcinaciju/cijepljenje na 16 jezika postavlja dodatan, važan temeljac za zdravstveno zbrinjavanje migranata. Želim ovom vodiču da daleko stigne.

Hermann Gröhe
Savezni ministar zdravlja



Uvod

Drage čitateljke, dragi čitaoci,

migracija znači doživljenu mobilnost. Današnje globalizovano društvo jeste izraz povećanih mogućnosti da budete mobilni. Brzim intenziviranjem međunarodnih putovanja, sve više ljudi iz najrazličitijih regiona planete dolaze međusobno u kontakt, tako da se kao tamna strana ove razmjene na veliku daljinu prenose i bolesti, koje mogu da se šire brže nego prije. U kontekstu državne brige o javnom zdravlju, upravo vakcinacija/cijepljenje igra naglašenu ulogu: Ona kao preventivna zdravstvena mjera ne štiti samo svakog pojedinačnog građanina, nego pri masovnoj imunizaciji stanovništva sprječava širenje određenih bolesti.

U tom kontekstu uočene su praznine u vakcinaciji/cijepljenju doseljenika koji žive u Njemačkoj. Tako npr. upravo djeca koja su rođena u svojim matičnim zemljama i u Njemačku su došla tokom svoje prve godine života, prilikom polaska u školu često su nekompletno vakcinisana/cijepljena. Jedan od glavnih razloga za ovu manjkavost predstavlja nedovoljno znanje njemačkog jezika, koje sprječava ljude koji ovdje žive već godinama, kao i one koji su upravo doselili, da koriste postojeću ponudu preventivnih usluga njemačkog zdravstvenog sistema/sustava.

Kao što ćete brzo utvrditi, vakcinacija/cijepljenje nije samo tema za djecu – vaccine/cjepiva postoje za svaku starosnu dob. Ako se uz to uzme u obzir da se o efikasnosti/učinkovitosti i sigurnosti vakcinacije/cijepljenja diskutuje ponekad na kontroverzan način i da kolaju pogrešne informacije koje stvaraju nesigurnost, onda je još neophodnija nužnost uvjerljivog i odmjerenog prikaza.

Nadamo se da smo ovim vodičem uveliko popunili praznine u ponudi informativnog materijala na maternjem jeziku na temu vakcinacije/cijepljenja i da na ovaj način dajemo doprinos tome da se učešće doseljenika u vakcinaciji/cijepljenju približi većinskom njemačkom stanovništvu.

Ramazan Salman

Rukovodilac Etno-medicinskog centra (Ethno-Medizinisches Zentrum)/glavni koordinator MiMi zdravstvenog projekta

Sadržaj

Uzročnici zaraznih bolesti i načini njihovog prenošenja	6
Osnove vakcinacije/cijepljenja i vakcina/cjepiva	10
Preporučene vakcine/cjepiva i naknada troškova	11
Kalendar cijepljenja STIKO za 2016	12
O rizicima i nuspojavama vakcinacije	14
Društveni značaj vakcinacije/cijepljenja	16
Praktična pitanja u vezi sa vakcinacijom/cijepljenjem	17
Važna oboljenja koja se izbjegavaju vakcinisanjem/cijepljenjem	20
Najvažniji stručni termini*	25
Najvažnije adrese stručnih ustanova	28
Moj osobni plan cijepljenja	32
Ukratko najvažnije	34

* Neki pojmovi u tekstu su označeni posebnom **bojom**. Kratko objašnjenje ovih pojmova naći ćete počevši od stranice 25 u poglavlju „Najvažniji stručni termini“.

Uzročnici zaraznih bolesti i načini njihovog prenošenja

Šta izaziva zarazne bolesti?

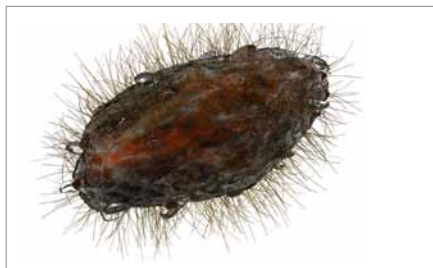
Mnoge **zarazne bolesti** poznate su već vijekovima/stoljećima. Ali prava saznanja o njihovim uzrocima još su relativno nova. Dugo su ljudi imali samo vrlo neprecizne ili pogrešne predstave o ovim oboljenjima. Ove predstave reflektuju se, djelimično, još i danas u nazivima bolesti. Npr. naziv malarija potiče iz italijanskog i doslovno znači „loš vazduh/zrak“.

Većinu zaraznih bolesti izazivaju **virusi** i **bakterije**.

Bakterije

Pod pojmom bakterije podrazumijevaju se jednoćelijski organizmi (slika 1), koji su tako mali da se ne vide golim okom. Od desetina hiljada bakterija, koje su do sada otkrivene, samo neke od njih izazivaju zarazne bolesti kod ljudi. Našu kožu, usta i debelo crijevo stalno naseljava stotine vrsta bakterija. Mno-

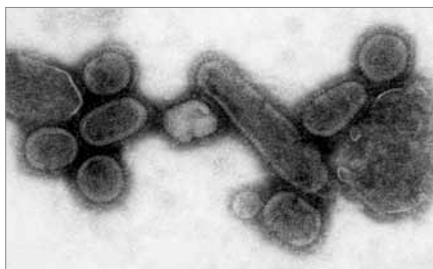
ge od ovih bakterija obavljaju važne zadatke i štite npr. od gljivičnih oboljenja.



Slika 1: Kompjuterski prikaz uzročnika velikog kašlja/hripavca – bakterije *Bordetella pertussis*

Virusi

Virusi su mnogo manji od bakterija. Na glavu čiode može da stane oko 8 biliona virusa gripa (slika 2). Virusi mogu da prodru u ljudske ćelije/stanice i prisile ih da razmnožavaju virus. Pri tome se napadnute ćelije na kraju uništavaju.



Slika 2: Snimak virusa gripa pod elektronskim mikroskopom

Šta je infekcija?

Pod infekcijom ili zarazom podrazumijeva se naseljavanje i razmnožavanje uzročnika (npr. bakterija, virusa) u ljudskom tijelu. Infekcija od nekog izazivača još uvijek nije oboljenje. Samo ako infekcija odmah ili sa vremenskom zadržkom dovede do manifestacija bolesti (simptoma), kao npr. temperatura, slabost ili osip po koži, onda je infekcija postala infektivno oboljenje.

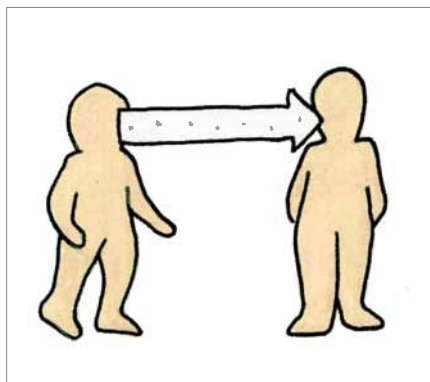
Inficirane osobe mogu da zaraze i druge ljude, a da se same ne razbole niti da znaju da imaju infekciju. Zbog toga se mnoge infektivne bolesti brzo šire.

Kako se prenose uzročnici bolesti?

Za infekciju je od velike važnosti način prenošenja odn. zaražavanja. Samo ako dovoljno veliki broj uzročnika doprije neoštećen u tijelo, može doći do infektivne bolesti. Zavisno od uzročnika i oboljenja mogući su različiti načini prenošenja.

Kapljična infekcija

Kod kihanja, kašljanja, pričanja i disanja oslobađamo kapljice tečnosti/tekućine, koje mogu da sadrže uzročnike infekcije. Zavisno od veličine kapljica, one ostaju u vazduhu/ zraku različito dugo, tako da drugi ljudi mogu da ih udahnu (slika 3).



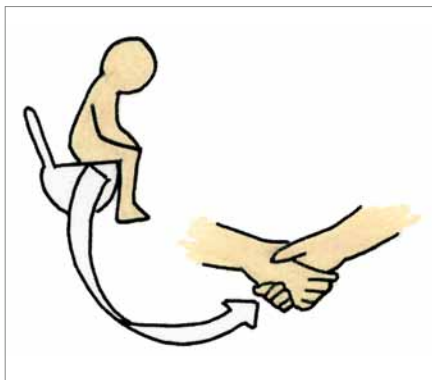
Slika 3: Infekcija kapljicama

Fekalno-oralno prenošenje

Neki uzročnici izlaze iz tijela u stolici i tako dospijevaju u okolinu. Prije svega u zemljama sa niskim standardom higijene česti su uzročnici infekcija u vodi za piće. Onaj ko pije tu vodu, jede nekuvane namirnice ili neoguljeno voće, može se inficirati.

Infekcija dodirom

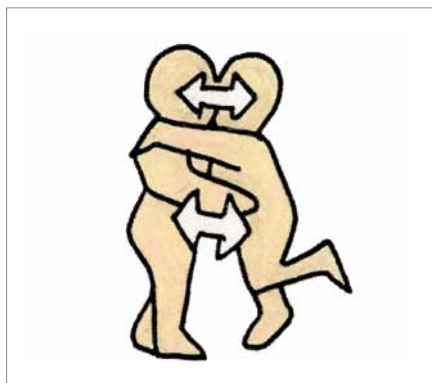
Još češće je indirektno prenošenje, naročito preko ruku ili predmeta koje dolaze u kontakt sa izlučevinama (slika 4). Mnogi uzročnici proliva/proljeva su ekstremno otporni i zarazni i u najmanjim količinama.



Slika 4: Infekcija brisanjem – fekalno-oralni način prenošenja

Kontaktna infekcija

Neki uzročnici prenose se fizičkim/tjelesnim kontaktom, npr. ljubljenjem ili (s)polnim odnosom (slika 5). Rijedak je indirektna način prenošenja preko peškira/ručnika ili naočara za toalet.



Slika 5: Kontaktna infekcija

Prenošenje putem insekata i drugih živih bića

Neke bolesti ne prenose se neposredno sa čovjeka na čovjeka, ili se to dešava jako rijetko, nego je za to potreban prenosnik. Uglavnom su to insekti. Tako se kod žute groznice najprije tigrasti komarac inficira krvlju neke inficirane životinje. Ako insekt kasnije ubode čovjeka, onda i on može da se inficira virusom žute groznice.

Krv i druge tjelesne tečnosti/tekućine

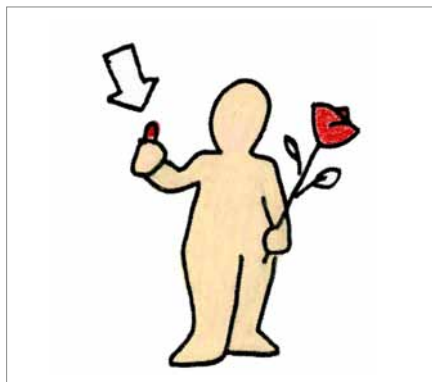
Neki uzročnici šire se preko krvi (slika 6) ili drugih tjelesnih tečnosti/tekućina, kao što su pljuvačka, suze, sperma i vaginalna tečnost. Kao i kod kontaktne infekcije, i ovdje blizak fizički/tjelesni kontakt igra veliku ulogu. Kod infekcije putem krvi, prenos krvi (transfuzija) igra u Njemačkoj krajnje rijetku ulogu, jer se doze krvi strogo kontroliraju. Mnogo češće do prenošenja dolazi tokom trudnoće, jer je krv majke i djeteta usko povezana.



Slika 6: Prenosjenjje infekcije putem krvi
Ovdje: tokom trudnoće

Infekcije putem rana

Kod povreda uzročnici često prodiru u ranu (slika 7). Pri tome veličina rane često ne igra odlučujuću ulogu. Onaj ko se, npr. ubode na trn ruže, može da oboli od tetanusa, čak i ako je rana neznatna.



Slika 7: Infekcija putem rane

Osnove vakcinacije/cijepljenja i vakcina/cjepiva

Šta je vakcinacija/cijepljenje i kako ono funkcioniše?

Vakcinacija/cijepljenje čini ljude otpornijim na posebno opasne uzročnike infekcije – naročito na bakterije i viruse. Vakcine mogu da štite od bolesti, a time i od teških komplikacija, kao što su fizičke/tjelesne ili duševne ometenosti, ponekad čak i od smrti.

Ako se jako mnogo ljudi vakciniše/cijepi protiv određenih infektivnih bolesti, onda se te bolesti ne mogu više širiti među stanovništvom. Zbog preventivnog karaktera vakcinacije/cijepljenja, često se govori o zaštitnoj vakcinaciji/cijepljenju. Trenutno u Njemačkoj postoje vakcine/cjepiva za zaštitu od oko 25 infektivnih oboljenja.

Princip vakcinacije/cijepljenja veoma je jednostavan: Oslabljani ili umrtvljeni uzročnici ili njihovi sastojci daju se kao cjepivo. Imuni sistem/sustav tijela reaguje na njih baš kao i na „normalne“ uzročnike bolesti, tako što u svrhu odbrane organizma stvara **antitijela** i **odbrambene ćelije/stanice**, kao i odgovarajuće memorijske ćelije/stanice.

Kod kontakta sa pravim uzročnikom, ova antitijela štite odmah. Memorijske ćelije/stanice se brinu za dugoročnu zaštitu od uzročnika.

Cijepljenje je veoma efikasna. Ipak, nijedna vakcina/cjepivo ne može da zaštiti svaku vakcinisanu/cijepljenu osobu 100% od određenog oboljenja.

Kako se daje cjepivo?

Vakcine/cjepiva mogu se davati na različite načine. Većina vakcina/cjepiva daju se putem injekcije u mišić, u potkožno masno tkivo ili u kožu. Mali broj vakcina/cjepiva daje se gutanjem.



Preporučene vakcine/cjepiva i naknada troškova

Ko odlučuje protiv čega se i kada treba vakcinisati/cijepiti?

U Njemačkoj ne postoji obavezno vakcinisanje/cijepljenje. Svaki čovjek može poslije razjašnjenja od strane ljekara/liječnika slobodno da odluči da li da koristi mogućnost određenog vakcinisanja/cijepljenja za sebe ili svoje dijete.

Pitanjem koje cjepiva za koga i kada imaju smisla, bavi se. Stalna komisija za vakcinaciju/cijepljenje (skraćeno: **STIKO**) na Institutu Robert Koch (RKI). Članovi STIKO su ljekari i drugi eksperti koje imenuje Savezno ministarstvo zdravlja.

Članstvo u STIKO je lična počasna služba. Članovi su obavezni na nepartijsko ispunjavanje svojih zadataka.

STIKO izrađuje godišnje preporuke cijepljenja, naročito **kalendar vakcinacije/cijepljenja** (slika 8, vidi stranu 12/13). Ovaj kalendar opisuje koje vakcine/cjepiva su tzv. **standardne vakcine/cjepiva** u kom uzrastu. Pored toga, opisuju se i preporučuju profesionalno uslovljene vakcine/cjepiva, **indikacijske vakcine/cjepiva**, kao i **vakcine/cjepiva kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo**.

Ove preporuke naći ćete, zajedno sa obrazloženjem preporuka, na internet stranici Instituta Robert Koch (<http://www.rki.de>). Preporuke STIKO čine osnov **smjernice za zaštitno cijepljenje** Zajedničkog saveznog odbora (G-BA) ljekara/liječnika, zubara, psihoterapeuta, bolnica i nosilaca zdravstvenog osiguranja u Njemačkoj.

Smjernica za zaštitno vakcinisanje/cijepljenje definiše koje su vakcine/cjepiva obavezne za sve nosioce obaveznog zdravstvenog osiguranja. Ove vakcine/cjepiva besplatne su za osiguranike. Troškove vakcine/cjepiva kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo (sa izuzetkom vakcine/cjepiva protiv dječje paralize) i vakcine/cjepiva za lica koja se bave određenim zanimanjima (njihove troškove snosi poslodavac) ne snose nosioci zdravstvenog osiguranja.

Smjernica za zaštitno vakcinisanje/cijepljenje takođe definiše da propuštene ili zanemarene standardne vakcine/cjepiva do dana prije 18. rođendana plaćaju nosioci zdravstvenog osiguranja kao naknadne vakcine/cjepiva.

Kalendar cijepljenja STIKO za 2016

Šta je kalendar vakcinacije/cijepljenja?

Kalendar vakcinacije/cijepljenja STIKO sadrži sve standardne vakcine/cjepiva, koje se preporučuju za određenu životnu dob. Vakcinaciju/cijepljenje treba obaviti što ranije.



Kalendar cijepljenja STIKO za 2016.

(vidi sliku 8 na strani 13)

Preporučeni uzrast za vakcinaciju/cijepljenje naveden je u nedjeljama/tjednima, mjesecima i godinama. Primjer: vakcinacija/cijepljenje u uzrastu od 9–14 godina: to znači od navršene 9. godine života do jedan dan prije navršene 15. godine života.

Objašnjenja

G	Osnovna vakcinacija/cijepljenje
A	Revakcinacija
S	Standardna vakcinacija/cijepljenje
N	Naknadna vakcinacija/cijepljenje
a	Prijevremeno rođena djeca dobivaju dodatnu dozu vakcine/cjepiva u uzrastu od 3 mjesca, tj. ukupno 4 doze.
b	Prvu vakcinu/cjepivo treba dati počevši već od 6. nedjelje/tjedna života. U zavisnosti od korištenog cjepiva, potrebne su 2 odn. tri doze u razmaku od najmanje 4 nedjelje/tjedna.
c	Ako se koristi monovalentna vakcina/cjepivo, ova doza nije potrebna.
d	Standardna vakcina/cjepivo za djevojčice uzrasta od 9–13 odn. 9–14 godina (zavisno od korištenog cjepiva) sa 2 doze u razmaku od 6 mjeseci, kod naknadne vakcinacije/cijepljenja koje počinje u uzrastu > 13 odn. > 14 godina ili kod intervala vakcinacije/cijepljenja < 6 mjeseci između 1. i 2. doze potrebna je i 3. doza.
e	Td (= tetanus i difterija)-revakcinacija 10 godina poslije posljednje doze. Sljedeća vakcina/cjepivo protiv Td daje se jednokratno, kao kombinovana vakcina/cjepivo Tdap (= tetanus, difterija, veliki kašalj/hrupavac) odn. u slučaju odgovarajuće indikacije, kao kombinovana vakcina/cjepivo Tdap-IPV (= dječja paraliza/poliomijelitis).
f	Naknadna vakcinacija/cijepljenje protiv ospica: jednokratno vakcinisanje/cijepljenje MMR vakcinom/cjepivom (= ospice, zauške/zaušnjaci i rubeola), za sva lica/osobe rođene poslije 1970. godine ≥ 18 godina, sa nejasnim statusom vakcinacije/cijepljenja, bez vakcinacije/cijepljenja ili sa samo jednom vakcinacijom/cijepljenjem u djetinjstvu.

Vakcina/cjepivo	Starosna dob u neopjepljama/ tjednima	Starosna dob u mjesecima						Starosna dob u godinama					
		6	2	3	4	11–14	15–23	2–4	5–6	9–14	15–17	od 18	od 60
Tetanus			G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2		A (ev. N) ^e	
Difterija			G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2		A (ev. N) ^e	
Veliki kašalj/hripavac (pertussis)			G1	G2	G3	G4	N	N	A1	A2		A (ev. N) ^e	
<i>H. influenzae</i> tip b (Hib)			G1	G2 ^c	G3	G4	N	N					
Dječja paraliza (polio)			G1	G2 ^c	G3	G4	N	N	N	A1		ev. N	
Hepatitis B			G1	G2 ^c	G3	G4	N		N				
Pneumokoke ^a			G1		G2	G3	N						S
Rota virusi	G1 ^b	G2	(G3)										
Meningokoke						G1 (od 12 mjeseca)			N				
Ospice/Zauške/ zaušnjaci/Rubeola						G1	G2		N			S ^f	
Varičele						G1	G2		N				
Grip/a (influenza)													S Godišnja vakcinacija/ cijepljenje
Humani papiloma virus (HPV)										G1 ^d	G2 ^d	N ^d	

(Slika 8: Modifikovano prema STIKO kalendaru za 2016.g.)

O rizicima i nuspojavama vakcinacije

Ko registruje i nadzire vakcine/cjepiva?

Onaj ko želi da se informiše o vakcinaciji/cijepljenju, brzo će utvrditi da postoji mnogo izjava, često kontradiktornih i dijelom pogrešnih. Vjerodostojnost izvora informacija teško je ocijeniti, naročito za laike. Prije svega izjave o bezbjednosti vakcina/cjepiva dovode ponekad do velike nesigurnosti i odbijanja vakcinacije/cijepljenja. Činjenica je da se vakcina/cjepivo u Njemačkoj može registrovati samo ako se dokaže da je sigurna i efikasna. Ovaj dokaz proizvođači moraju da pribave putem studija efikasnosti i sigurnosti, na mnogo hiljada učesnika.

Nadzor vrše nacionalni i međunarodni organi. U Njemačkoj je za registraciju i nadzor vakcina/cjepiva nadležan državni Institut Paul Ehrlich (PEI), kao najviši državni organ.

Uz pomoć studija o bezbjednosti mogu se obuhvatiti mnoge, iako ne sve, nuspojave još prije registrovanja. Osim toga, državni organ mora da registruje svaku pojedinačnu seriju vakcina/cjepiva. To znači da državni organi moraju odobriti svaki pojedinačni postupak proizvodnje. Ni kod jedne grupe lijekova zahtjevi bezbjednosti nisu tako visoki kao kod vakcina/cjepiva.

Koje nuspojave mogu da izazovu vakcine/cjepiva?

Kao što smo već objasnili, kod vakcinacije/cijepljenja imuni sistem/sustav tijela pobuđuje se oslabljenim ili umrtvljenim uzročnicima ili sastojcima uzročnika bolesti. Oponašaju se procesi koji se u tijelu odvijaju i kod kontakta sa uzročnikom bolesti. Zato poslije vakcinacije/cijepljenja dolazi do potpuno normalne i željene upalne reakcije.

Sa tom reakcijom ponekad su povezane, uglavnom, bezazlene neprijatnosti za vakcinisanu/cijepljenu osobu.

Na mjestu uboda injekcije relativno često se javlja više ili manje izraženo crvenilo i otok. Ponekad se javljaju i bolovi u mišićima u predjelu uboda. Osim toga, može doći do otoka limfnih čvorova, temperature/vrućice, glavobolje, mučnine, kao i iscrpljenost i pospanosti.

Kod **živih vakcina/cjepiva**, kao npr. vakcina/cjepiva protiv ospica, javlja se u oko 5 procenata tzv. reakcija na vakcinu/cjepivo. Radi se o oslabljenom, bezazlenom oponašanju bolesti od koje je potrebna zaštita.

Obično su nuspojave lagane i nestaju same od sebe za jedan do tri dana. Samo rijetko neka nuspojava traje znatno duže od toga i onda se naziva **komplikacijom kod vakcinacije/cijepljenje**. Komplikacije moraju da se prijave, tj. ljekar/liječnik koji je dao vakcinu/cjepivo mora takve komplikacije da prijavi nadležnoj zdravstvenoj službi.

Od 02.10.2012. mogu i moraju pacijenti prijaviti svom ljekaru/liječniku, apotekaru/ljekarniku ili nadležnoj službi za lijekove sve nuspojave za koje smatraju da potiču od nekog lijeka. Na adresi <https://verbraucher-uaw.pei.de> pripremljena je odgovarajuća stranica za prijavljivanje neželjenih djelovanja lijekova odn. reakcija na vakcine/cjepiva.

U vrlo rijetkim slučajevima može nastupiti reakcija nepodnošenja. Prije vakcinacije/cijepljenja trebete razjasniti sa ljekarem/liječnikom da li su poznate **alergije** na sastojke vakcina/cjepiva. Ljekar/liječnik trebao bi prije vakcinacije/cijepljenja da razgovara sa vama o tome, kao i o prednostima, mogućim rizicima i svojim iskustvima sa planiranim vakcinisanjem/cijepljenjem. Iskoristite tu priliku da razjasnite postojeća pitanja ili nedoumice!

Šta se dešava kod šteta od vakcinacije/cijepljenja?

Pojam **štete od cijepljenja** često se, u javnim diskusijama, pogrešno izjednačava sa nuspojavom. Ali, kod već opisanih prolaznih nuspojava ne radi se o štetama od vakcinacije/cijepljenja.

Šteta od cijepljenja postoji ako kao posljedica vakcinacije/cijepljenja dođe do zaostalih zdravstvenih ili ekonomskih šteta, i ako se vakcina/cjepivo može smatrati odgovornom za to.



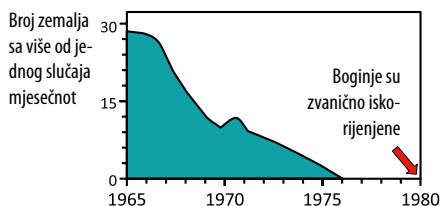
U slučaju **javno preporučenih vakcina/cjepiva** oštećeni ima pravo na državne usluge zbrinjavanja. Štete od vakcinacije/cijepljenja su ekstremno rijetke. Vjerovatnoća je manja od jednog slučaja na milion vakcina/cjepiva. Opasnost je, dakle, jednaka vjerovatnoći da vas udari grom.

Društveni značaj vakcinacije/cijepljenja

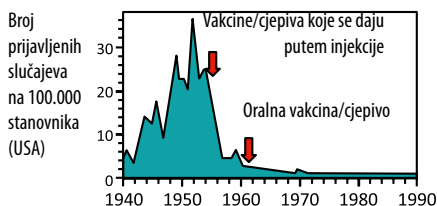
U Njemačkoj je prosječan očekivani životni vijek u proteklih 100 godina porastao za više od 40 godina i time se više nego udvostručio. To je ostvareno, u suštini, putem tri promjene: čistom vodom za piće, poboljšanom higijenom i vakcinacijom/cijepljenjem. U poređenju s tim, poboljšano medicinsko zbrinjavanje igra samo malu ulogu.

Positivni efekti sistematskog cijepljenja dobro su dokumentovani. Na slici 9 prikazana je njegova efikasnost na primjeru boginja i dječje paralize.

Boginje



Dječja paraliza



Slika 9: Djelovanje vakcinacije/cijepljenja. Na primjeru boginja i dječje paralize (poliomijelitisa) pokazuje se dramatično djelovanje vakcinacije/cijepljenja na broj slučajeva. Najuspješnija vakcina do sada bila je ona protiv boginja. Zahvaljujući njoj, Svjetska zdravstvena organizacija (WHO) proglasila je 1980. boginje za iskorištenjene u svijetu.

Praktična pitanja u vezi sa cijepljenjem

Vakcinacija/cijepljenje često izaziva pitanja. Ovdje želimo da govorimo ukratko o nekim od važnih pitanja. Nezavisno od toga preporučujemo da se kod pitanja u vezi sa pojedinim vakcinama/cjepivima, o njihovoj nužnosti i mogućim rizicima obratite svom ljekaru/liječniku. Vaš ljekar/liječnik ob(a)vezan je da vas posavjetuje i edukuje prije vakcinacije/cijepljenja. Iskoristite ovu mogućnost!

Koji ljekar obavlja vakcinaciju/cijepljenje?

Načelno svaki registrovani ljekar/liječnik smije da obavlja cijepljenje. Ali ne smije svaki ljekar/liječnik da fakturiše davanje vakcina/cjepiva nosiocima zdravstvenog osiguranja. Ali kod porodičnih ljekara/liječnika i pedijatar to je, praktično, svuda slučaj. Često i ginekolozi imaju pravo da daju vakcine/cjepiva.

Moram li se pripremiti za vakcinaciju/cijepljenje?

Ne, nije potrebna nikakva posebna priprema. Svakako morate obavezno ponijeti svoju legitimaciju vakcinacije/cijepljenja, koja se još naziva i knjižica vakcinacije/cijepljenja ili isprava za vakcinaciju/cijepljenje. Isto važi i ako idete prvi put nekom ljekaru/liječniku. Ako ste izgubili knjižicu vakcinacija/cijepljenja ili je još uvijek nemate, vaš ljekar može da vam izda novi dokument. Djeci i omladini/mladeži ispod 16 godina potrebna je saglasnost roditelja za vakcinaciju/cijepljenje. Poslije toga mogu sami da odlučuju. Ako imate pitanja u vezi sa vakcinacijom/cijepljenjem, zabilježite ih kako biste mogli da ih razjasnite sa ljekarem/liječnikom.

Koliko me košta vakcinacija/cijepljenje?

Trenutno su sve vakcine koje je preporučila STIKO **besplatne**. Nema ni dodatnog plaćanja za vakcine/cjepiva. Troškove vakcina/cjepiva koje su povezane sa obavljanjem određenih poslova snosi vaš poslodavac. Samo preporučene cjepiva kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo – osim cjepiva protiv dječije paralize – ne spadaju u obavezne usluge zdravstvenog osiguranja. Ali mnoga zdravstvena osiguranja dobrovoljno vraćaju troškove vakcina/cjepiva kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo, kao i, vakcine/cjepiva protiv humanih papiloma virusa za žene starije od 18 godina ili troškove zaštitnog vakcinisanja/cijepljenja protiv gripa za osobe mlađe od 60 godina u cijelosti ili djelimično. Unaprijed se informišite kod svog zdravstvenog osiguranja ili ljekara/liječnika.

Kada se smije dati vakcina/cjepivo, a kada ne?

Postoji jako malo medicinskih razloga da se ne obavi ili pomjeri preporučeno cijepljenje. Dva najvažnija razloga su akutno infektivno oboljenje koje zahtjeva liječenje ili alergija na neki od sastojaka vakcine/cjepiva. Infekcije sa temperaturom/vrućicom do 38,5°C – koje se, prvenstveno, često javljaju kod male djece – nisu smetnja za vakcinisanje/cijepljenje.

Nažalost, često se ne vakcinišu/cijepe ni ljudi sa **hroničnim bolestima**, kao što je šećerna bolest (dijabetes), astma i oboljenja srca i krvotoka, zbog straha da im se time ne nanese šteta.

Ali upravo hronično bolesni pacijenti najviše profitiraju od vakcinisanja/cijepljenja, jer je njihov imuni sistem/sustav slabiji nego kod zdravih ljudi, tako da su oni pogodniji za infektivna oboljenja. U slučaju dileme upitajte ljekara/liječnika za savjet.

Protiv čega treba da se vakcinišem/cijepim?

Orijentišite se prema preporukama STIKO (vidi i kalendar vakcinacije/cijepljenja, slika 9). Ako djeca ili omladina nisu vakcinisana nikako ili djelimično, potrebno je da to urade, po mogućnosti, prije navršene 18. godine života, jer u tom slučaju to spada u obavezne usluge zdravstvenog osiguranja i **besplatno je**.

Kalendar vakcinacije/cijepljenja navodi samo standardne cjepiva. Zavisno od životnih okolnosti, postoje i druge korisne vakcine/cjepiva (**indikacijske vakcine/cjepiva**).

Mnoga zdravstvena osiguranja nose troškove ovih cjepiva u cijelosti ili djelimično, kao i za mnoge cjepiva kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo.

Na osnovu iskustva teško je laicima da imaju pregled svih preporučenih cjepiva. Zato vam preporučujemo da u redovnim razmacima – najbolje jednom godišnje – pogledate zajedno sa svojim ljekarom/liječnikom u svoju knjižicu vakcinacije/cijepljenje. Prije planiranih dalekih putovanja informišite se najmanje šest nedjelja unaprijed o potrebnim vakcinama/cjepivima kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo.

Na šta trebate obratiti pažnju ako želite dijete, kod trudnoće i perioda dojenja?

Sve žene u dobu kada su sposobne da rađaju, a prije svega žene koje žele dijete, treba što prije da provjere da li su vakcinisane/cijepljene protiv rubeole i varicele, jer izazivači ovih bolesti mogu kod nerođene djece dovesti do teških deformacija ili do smrti prijevremeno rođenog djeteta. Važna je i zaštita od velikog kašlja/hripavca.

Tokom trudnoće treba primiti samo neophodno potrebne vakcine/cjepiva, kako bi se izbjegli rizici za dijete. Vakcina/cjepivo protiv gripa čak je izričito preporučljiva za trudnice. Za trudnice bez zadovoljavajuće zaštite vakcinama/cjepivima naročito je važno da su ljudi u njihovom okruženju vakcinisani/cijepljeni. Time se izbjegava da ti ljudi zaraze trudnice i time ugroze buduću majku i dijete. I ovdje važi pravilo: Ako je moguće, prije trudnoće trebao bi se kompletirati i status vakcinacije/cijepljenja članova porodice, u skladu sa planom u STIKO kalendaru vakcinisanja/cijepljenja (slika 8).

Tokom perioda dojenja ne moraju se kod vakcinisanja/cijepljenja poštovati nikakve posebne mjere opreza.

Kako da se ponašam poslije vakcinisanja/cijepljenja?

Poslije vakcinisanja/cijepljenja nema posebnih pravila ponašanja. Svakako da određeni gubitak energije ili temperatura/vrućica mogu dovesti do toga da ste jedan do tri dana manje sposobni za aktivnosti. Zato trebate neposredno poslije cijepljenja odrediti se maksimalnih sportskih aktivnosti.

U slučaju vrućice mogu se uzeti sredstva za snižavanje vrućice. Protiv otoka pomaže hlađenje i poštediti. Ako niste sigurni, uvijek pitajte svog ordinirajućeg ljekara/liječnika.

Koje vakcine/cjepiva su mi potrebne kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo?

Na internet stranicama Centra za putničku medicinu (Centrum für Reisemedizin) (<http://www.crm.de> ili <http://www.impf-kontrolle.de>), Njemačkog društva za tropsku medicinu (Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin) (<http://dtg.org>) i Instituta Bernhard Nocht (<http://www.gesundes-reisen.de>) naći ćete aktualne zdravstvene informacije o mnogim zemljama, uključujući i određene preporuke u vezi sa vakcinisanjem/cijepljenjem. Kod vakcina/cjepiva kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo obratite pažnju na sljedeće dvije tačke:

Počnite na vrijeme !

Kod mnogih vakcina/cjepiva potrebno je najmanje šest do osam nedjelja/tjedana da bi se stvorila zadovoljavajuća zaštita.

Ako suviše kratko prije putovanja primite propisane vakcine/cjepiva protiv žute groznice ili meningokoknih oboljenja za ulazak u neke zemlje, zemlja u koju ulazite neće ih priznati, tako da možda nećete smjeti ući u tu zemlju (tabela 1)!

Razjasnite pitanje naknade troškova !

Sa izuzetkom vakcine/cjepiva protiv dječije paralize, nijedna vakcina/cjepivo kod putovanja u inostranstvo/inozemstvo ne spada u obavezne usluge zdravstvenog osiguranja. Na vrijeme razjasnite da li vaše osiguranje nadoknađuje troškove.

Vakcina/cjepivo protiv	Vakcinacija/cijepljenje najkasnije	Vakcina/cjepivo važi	Napomena
Žuta groznica	10 dana prije ulaska u zemlju	Doživotno*	Vakcinisanje/cijepljenje mogu obaviti samo verifikovane službe za cijepljenje protiv žute groznice
Meningokoke	10 dana prije ulaska u zemlju	3 godina poslije vakcinacije/cijepljenja	Uglavnom je potrebna jedna kombinovana vakcina/cjepivo protiv tipova A, C, W135 i Y

Tab. 1: Informacije o propisanim cjevivima kod putovanja u inozemstvo protiv žute groznice i meningokoka. Neke zemlje traže kod ulaska dokaz o cijepljenju protiv žute groznice i/ili meningokoknih oboljenja (međunarodni certifikat o cijepljenju u knjižici cijepljenja). Ponekad se mogu tražiti i druge vakcine/cjepiva (npr. cijepljenje protiv gripa). Informišite se na vrijeme.

* Međutim, neke zemlje i dalje zahtijevaju od putnika prilaganje dokaza o ponovnoj vakcinaciji/cijepljenju protiv žutice, ako je njihova potvrda o vakcinaciji/cijepljenju protiv žutice starija od deset godina. Zbog toga obratiti pažnju na propise o ulasku u pojedine zemlje.

Važna oboljenja koja se izbjegavaju vakcinisanjem/cijepljenjem

Difterija

Uzročnik	<i>Corynebacterium diphtheriae</i>
Način prenošenja	Kapljična infekcija ili direktnim fizičkim/tjelesnim kontaktom
Slika bolesti	Temperatura/vrućica, slabost, bolovi i otoci u grlu, tipične bijele obloge u predjelu ždrijela, otežano disanje i gutanje
Komplikacije	Začepljenje disajnih/dišnih puteva, oštećenje srčanog mišića, oštećenje bubrega i jetre, pojave oduzetosti

Haemophilus influenzae tip b (Hib)

Uzročnik	Bakterija <i>Haemophilus influenzae</i> tip b
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Visoka temperatura
Komplikacije	Gnojna upala moždane ovojnice, epileptični napadi i zaostala oštećenja mozga ili upala grkljanskog poklopca, sa otežanim disanjem i napadima gušenja, trovanje krvi, upala pluća

Hepatitis B

Uzročnik	Virus Hepatitis B (HBV)
Način prenošenja	Krv (prilikom porođaja!) i druge tjelesne tečnosti/tekućine, seksualni odnos
Slika bolesti	Često žutilo kože, tamna boja urina, uvećana jetra, nespecifične tegobe
Komplikacije	Hroničan tok/tijek, koji može da dovede do ciroze ili raka jetre



Ako želite znati više o koristi od cijepljenja, preporučujemo vam online zbirku Njemačkog zelenog krsta (des Deutschen Grünen Kreuzes) Uzročnici infekcija od A do Ž. Osim toga, vaš ljekar upoznat je sa slikama bolesti, prednostima i mogućim rizicima cijepljenja, kao i aktuelnim preporukama STIKO, i može s vama razgovarati o najboljem postupku. **Posavjetujte se s njim!**

Humani papiloma virusi (HPV)

Uzročnik	Razni humani papiloma virusi (HPV)
Način prenošenja	Kontaktna infekcija direktnim/izravnim kontaktom preko kože ili sluzokože, uglavnom kod seksualnog kontakta
Slika bolesti	Patološke promjene na grliću mater(n)ice, uglavnom, ne izazivaju bolove ili druge tegobe. Simptomi se, uglavnom, javljaju tek kada je rak dostigao progresivan stadij(um)
Komplikacije	
Kod žena	Rak grlića mater(n)ice, rak vagine, rak ulaza u vaginu
Kod oba (s)polu	npr. genitalne bradavice, rak anusa.

Pravi grip/a (influenca)

Uzročnik	Virusi influence
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Iznenadna visoka temperatura, glavobolja, bolovi u vratu, mišićima i ekstremitetima/udovima, kašalj, bronhitis
Komplikacije	Upala pluća, upala srčanog mišića, upala paranazalnih šupljina, upala nervnog/živčanog sistema/sustava; pogoršanje osnovnih hroničnih oboljenja

Veliki kašalj/hripavac (pertussis)

Uzročnik	Bakterija <i>Bordetella pertussis</i>
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Napadi kašlja koji traju nedjeljama/tjednima, djelimično sa otežanim disanjem, povraćanje, napadi gušenja (kod dojenčadi dijelom „tihi kašalj“)
Komplikacije	Upala srednjeg uha, upala pluća, epileptični napadi, unutrašnje krvarenje; prvenstveno kod dojenčadi: posljedična oštećenja mozga, zastoj disanja

Dječja paraliza (poliomijelitis, „polio“)

Uzročnik	Polio virusi
Način prenošenja	Infekcija brisanjem
Slika bolesti	Često bez simptoma. Kod lakih oblika: nespecifični simptomi, praćeni temperaturom/vrućicom, bolovima u grlu, mišićima i glavoboljom. Kod težih oblika: dodatno i ukočenost vrata i bolovi u leđima
Komplikacije	Pojava oduzimanja ruku, nogu ili mišića disajnih organa, oduzetost crijeva i bešike/mjehura

Ospice

Uzročnik	Virus ospica
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Temperatura/vrućica, kihanje, upala vežnjače, upala u predjelu grla-ždrijela, tipičan crveni osip po cijelom tijelu; ponekad proljev
Komplikacije	Upala srednjeg uha i pluća, upala mozga, progresivno uništavanje mozga (SSPE), ožiljci na rožnjači oka

Meningokokna oboljenja

Uzročnik	Bakterije iz grupe <i>Neisseria meningitidis</i>
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Laki oblik: infekcija disajnih/dišnih puteva, osip po koži
Komplikacije	Visoka temperatura, osip sa izlivima krvi po koži, simptomi šoka, upala moždane ovojnice (meningitis), trovanje krvi, koma

Zauške/zaušnjaci

Uzročnik	Virus zauški/zaušnjaka
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Glavobolja, upala (parotidnih) pljuvačnih žlijezda, temperatura/vrućica
Komplikacije	Upala moždane ovojnice i mozga, zaostala oštećenja sluha, uticaj na plodnost usljed upale testisa odn. jajnika

Pneumokokna oboljenja

Uzročnik	Bakterije iz grupe <i>Streptococcus pneumoniae</i>
Način prenošenja	Kapljična infekcija
Slika bolesti	Temperatura/vrućica, kašalj, upala srednjeg uha i paranazalnih šupljina (sinusa)
Komplikacije	Upala pluća, gnojna upala moždane ovojnice, trovanje krvi

Oboljenja od rota virusa

Uzročnik	Rota virusi
Način prenošenja	Infekcija dodirrom
Slika bolesti	Često počinju iznenada; proljevi i povraćanje, temperatura/vrućica
Komplikacije	Teški proljevi sa povraćanjem kod male djece; ako se ne liječi, može zbog gubitka tečnosti/tekućine dobiti komplikovan i težak oblik

Rubeola (Crvenka)

Uzročnik	Virus rubeole
Način prenošenja	Infekcija kapljicama; krv (u trudnoći!)
Slika bolesti	Često se javlja i bez simptoma (ali je i pored toga zarazan za druge ljude – rizik postoji prvenstveno za trudnice koje nisu prethodno oboljevale ili vakcinisane/cijepljene – zarazno!); Tok: temperatura/groznica, simptomi kao kod gripa, svjetlocrveni osip po koži, u vidu finih fleka
Komplikacije	Degenerativne promjene kod nerođenog djeteta, ako je postojala infekcija kod majke tokom trudnoće, prvenstveno oka, uha, srca i mozga, prijevremeni porođaj, upala zglobova, upala mozga ili pluća

Varičele („Vodene kozice“/„Ovčije boginje“)

Uzročnik	Uzročnik izaziva varičelu (prva pojava oboljenja), a kasnije ev. i Herpes zoster
Način prenošenja	Infekcija kapljicama; neposredan kontakt; krv (trudnoća!)
Slika bolesti	Temperatura/vrućica, glavobolja i bolovi u zglobovima, mučnina i osip po koži koji svrbi, sa plikovima
Komplikacije	Bakterijska upala kože na raščešanim plikovima, upala pluća, upala mozga, malog mozga ili rožnjača, degenerativne pojave kod novorođenčeta ako je majka oboljela tokom trudnoće. Težak tok kod novorođenčeta ako je majka bila pod infekcijom oko termina porođaja/poroda.

Tetanus („Zli grč“)

Uzročnik	Bakterija <i>Clostridium tetani</i>
Način prenošenja	Preko otvorenih, čak i najmanjih rana. Posebno su opasne zaprljane rane, jer se izazivači nalaze svuda u zemlji
Slika bolesti	Grčenje mišića za žvakanje i mišića lica, kasnije se javljaju grčevi po cijelom tijelu
Komplikacije	Upala pluća, paraliza muskulature za disanje, prelomi kostiju, fibrilacija srčanih komora, zastoj srca

Najvažniji stručni termini

Alergija

Reakcija netolerancije na neku materiju/tvar. Može doći do različitih reakcija tijela. Pored reakcije kože, u najnepovoljnijem slučaju može doći do alergijskog šoka – otkazivanja cirkulacije koja ugrožava život.

Antitijela

Antitijela su odbrambene materije/tvari organizma koje imuni sistem stvara poslije kontakta sa uzročnikom bolesti ili poslije vakcinisanje/cijepljenja protiv ovog izazivača.

Bakterija

Jednoćelijski/jednostanični mikroorganizam bez jezgra, ali sa sopstvenom razmjenom materija. Razmnožavanje se vrši diobom ćelija/stanica.

Cijepljenje kod putovanja

Dodatno vakcinisanje/cijepeljenje uz standardne vakcine/cjepiva koje se preporučuju u Njemačkoj radi zaštite od oboljenja raširenih u zemlji u koju putujete. U nekim zemljama se za ulazak traži zvanična potvrda o vakcinisanju/cijepljenju protiv određениh oboljenja (žuta groznica, meningokoke).

Domaćin

U biologiji se kao domaćin označava živo biće koje, osim sebe, snabdjeva i druge organizme hranjivim materijama neophodnim za život.

Hronično

Ono što se polako razvija, dugotrajno (suprotno od akutno).

Indikacijsko vakcinisanje/cijepljenje

Vakcinisanje/cijepljenje preporučeno na osnovu posebnih stanja života ili zdravlja, koje prevazilazi standardno vakcinisanje/cijepljenje.

Infektivna bolest

Bolest izazvana putem uzročnika koji se prenosi.

„Javno preporučeno“ cijepljenje

Za zaštitu javnog zdravlja pojedini pokrajinski zdravstveni organi izrađuju na osnovu aktuelnih STIKO preporuka katalog koji važi u određenoj saveznoj pokrajini, sa „javno preporučenim“ cijepljenjem. Ako u okviru takvog cijepljenja dođe do štete od vakcinacije/cijepljenja, onda postoji pravo na poravnanje štete.

Kalendar vakcinisanja/cijepljenja

Kalendar vakcinisanja/cijepljenja STIKO navodi sve standardne vakcinacije/cijepljenja (vidi i sliku 9). Kalendar pokazuje koje vakcine/cjepiva čovjek treba da primi u određenoj starosnoj dobi.

Komplikacije kod vakcinisanja/cijepljenja

Reakcija preko normalne reakcije na vakcinu/cjepivo. Normalno je kratkotrajno crvenilo, otok ili bolovi u predjelu uboda injekcije, povišena temperatura do 39,5 °C, kao i otoci limfnih čvorova u određenom području. Komplikacije treba prijaviti.

Legitimacija vakcinisanja/cijepljenja

Knjižica vakcinisanja/ijepljenja

Isprava vakcinisanja/cijepljenja

U ovaj dokument upisuju se sve obavljene cijepljenja. Mora redovno da se pokazuje ljekaru/liječniku radi provjere stanja cijepljenja.

Odbrambene ćelije/stanice

Za odbranu imuniteta od velikog značaja su mnogobrojni tipovi ćelija/stanica i njihova komplikovana usklađenost. Ove ćelije/stanice često se nazivaju odbrambenim ćelijama/stanicama.

Osnovna imunizacija

Višestrukim davanjem neke vakcine/cjepiva u utvrđenim intervalima stvara se osnovna zaštita od određene bolesti.

Parazit

Kod parazita (njemački izraz „Schmarotzer“ – „gotovan“) radi se o organizmima koji se hrane drugim organizmima. Ovaj organizam, koji se naziva i domaćin, biva oštećen, ali pri tome ne umire nikako ili tek kasnije. Primjer su pantljičare, ali i virusi.

Revakcinacija

Ponovno cijepljenja, koje slijedi poslije određenog vremena nakon osnovne imunizacije, kako bi se imuni sistem/sustav ponovo podstakao i kako bi se na taj način ponovo povećala koncentracija antitijela.

Smjernica za zaštitno vakcinisanje/cijepljenje

Smjernica za zaštitno vakcinisanje/cijepljenje (SI-RL) obavezujuće utvrđuje koje vakcine/cjepiva su obavezne usluge zdravstvenog osiguranja. Ona se temelji na preporukama STIKO i izdaje ju Zajednički savezni odbor (G-BA).

Standardne vakcine/cjepiva

Vakcine/cjepiva koje STIKO preporučuje za sve stanovnike, u zavisnosti od starosne dobi. Spadaju u obaveznu uslugu zdravstvenog osiguranja, zbog čega su besplatne.

Šteta od vakcinacije/cijepljenja

Rakcija na vakcinu/cjepivo preko uobičajene mjere, koja dovodi do trajne zdravstvene ili ekonomske štete kod vakcinisane/cijepljene osobe ili kod trećeg lica. I nesrećni slučajevi na putu ka mjestu vakcinisanja/cijepljenje ili na povratku sa tog mjesta tretiraju se u socijalnom pravu kao šteta od vakcinacije/cijepljenja.

STIKO

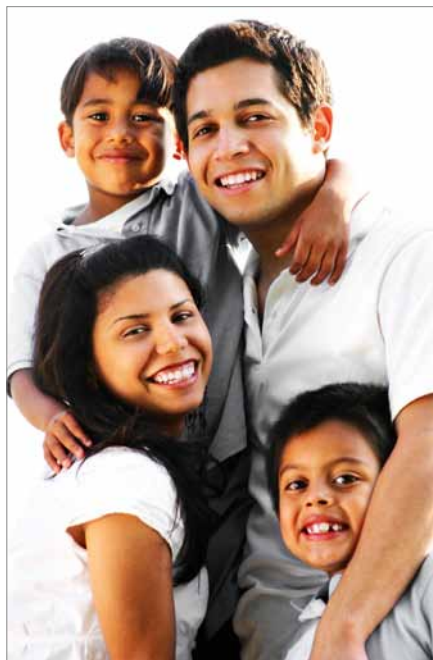
Stalna komisija za vakcinisanje/cijepljenje je nezavisan ekspertski odbor na državnom Institut Robert Koch (RKI) u Berlinu, koji izrađuje aktuelne preporuke vakcinisanja/cijepljenja

Virus, virusi

Virusi su **paraziti** u ćelijama/stanicama živih bića. Oni sadrže „program“ svog razmnožavanja i širenja, ali nemaju sopstvenu razmjenu materija i zbog toga su upućeni na razmjenu materija ćelija/stanica **domaćina**.

Živa vakcina/cjepivo

Vaccine/cjepiva od oslabljenih uzročnika, koji, međutim, još uvijek mogu da se razmnožavaju, koji izazivaju pravu (ali bezazle- nu) infekciju i time vrše aktivnu imunizaciju.



Najvažnije adrese stručnih ustanova

Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)

Ostmerheimer Str. 220 | 51109 Köln
Tel.: 0221 89920 | Fax: 0221 8992300
E-mail: poststelle@bzga.de (za upite, saopštenja)
E-mail: order@bzga.de (za naručivanje medija i materijala)
<http://www.bzga.de>

Savezna centrala za zdravstvenu edukaciju (Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) (BzgA), kao stručni organ za prevenciju i unapređenje zdravlja, razvija strategije i provodi ih u kampanjama, programima i projektima.

Ostale bitne aktivnosti čini izrada osnovnih principa i smjernica za sadržaje i metode praktičnog zdravstvenog vaspitanja/odgoja, obrazovanje i usavršavanje lica koja rade u oblasti zdravstvenog vaspitanja/odgoja i edukacije, kao i koordinacija i jačanje zdravstvenog prosvjećivanja i vaspitanja/odgoja.

U tu svrhu Centrala održava razne informativne portale, upravlja stručnim bankama podataka i publikuje i sopstvene naučne/znanstvene studije. Savezna centrala za zdravstveno prosvjećivanje (Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung) je stručni organ u području rada Saveznog ministarstva zdravlja (Bundesministerium für Gesundheit).

CRM Centrum für Reisemedizin GmbH

Hansaallee 299 | 40549 Düsseldorf
Tel.: 0211 90429-0 | Fax: 0211 90429-99
E-mail: info@crm.de | <http://www.crm.de>

Centar za putnu medicinu (Centrum für Reisemedizin) GmbH je stručni institut, koji je posvećen poboljšanju medicinskog savjetovanja i praćenju lica koja putuju u inostranstvo/inozemstvo. U tu svrhu centar sakuplja informacije o infektivnim i drugim relevantnim rizicima za zdravlje i procjenjuje ih. CRM priprema u banci podataka koja se tiče putne medicine detaljne informacije o zemljama u koje putujete, tamošnjem nivou/razini higijene i bolestima.

Osim toga, CRM vodi liste službi za vakcinaciju/cijepljenje od žute groznice i ljekara/liječnika koji su stručni u oblasti putne medicine.

Deutsches Grünes Kreuz e.V. (DGK)

Nikolaistraße 3 | 35037 Marburg
Tel.: 06421 2930 | Fax: 06421 229-10
E-mail: dgk@kilian.de | <http://dgk.de>

Njemački zeleni krst/križ (Das Deutsche Grüne Kreuz (DGK) je najstarije udruženje (e.V.) za unapređenje prevencije zdravlja i komunikaciju u Njemačkoj. Njegov cilj sastoji se u pripremi i posredovanju zdravstvenih tema za široku publiku. U vezi s tim ovo udruženje drži obiman informativni portal.

Deutsche Gesellschaft für Tropenmedizin und Internationale Gesundheit e.V. (DTG)

c/o Bernhard-Nocht-Institut für Tropenmedizin
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg
Tel.: 040 42818-478 | Fax: 040 42818-512
www.dtg.org

DTG je skup humanih medicinskih stručnjaka, veterinaru i naučnika/učenjaka koji rade praktično, istražuju i savjetuju u oblasti tropske medicine. U to se ubraja i preventivno praćenje posjetilaca tropskih i subtropskih oblasti, kao i prepoznavanje i liječenje unesenih tropskih bolesti. Sastavni dio tema o tropskim i putnim bolestima obuhvata detaljna uputstva o vakcinama/cjepivima, kao i o infektivnim bolestima. Osim toga, objavljuje se i lista službi za vakcinaciju/cijepljenje protiv žute groznice u čitavoj Njemačkoj. Ali DTG ne nudi pojedinačna savjetovanja.

Paul-Ehrlich-Institut (PEI)

Bundesinstitut für Impfstoffe und biomedizinische Arzneimittel
Paul-Ehrlich-Straße 51–59 | 63225 Langen
Tel.: 06103 77-0 | Fax: 06103 77-1234
E-mail: pei@pei.de | <http://www.pei.de>

Institut Paul Ehrlich/Savezni institut za vakcine/cjepiva i biomedicinske lijekove nadzire sigurnost i efikasnost/učinkovitost biomedicinskih lijekova, kao npr. vakcina/cjepiva za ljude i životinje ili lijekova iz krvi.

Područje nadležnosti Instituta Paul Ehrlich široko je i obuhvata, pored ostalog, registriranje i nadzor biomedicinskih lijekova, odobravanje kliničkih ispitivanja ili procjenu nuspojava lijekova. Osim toga, na Institutu se vrše vlastita istraživanja u oblastima kao što su virologija, imunologija, čelijska i genska terapija itd.

Reisemedizinisches Zentrum am Bernhard-Nocht-Institut

MD Medicus Reise- und Tropenmedizin GmbH
Bernhard-Nocht-Str. 74 | 20359 Hamburg
Tel.: 0900 1234999 (1.80/Min) | Fax: 040 42818-340
E-mail: rmz@gesund-es-reisen.de | <http://www.gesund-es-reisen.de>

Centar putne medicine objavljuje dnevno aktualne informacije o izbijanju bolesti, kao i savjete za zdravstvenu prevenciju na putovanju.

Indirektne informacije o pojedinim zemljama obuhvataju teme bitne za zdravlje, kao što je stanje higijene, ekološka situacija, kao i aktualne opasnosti od infekcije. Osim toga, postoji i savjetovanje u vezi sa putovanjem putem telefona.

Robert Koch-Institut (RKI) / Ständige Impfkommision (STIKO)

Nordufer 20 | 13353 Berlin

Tel.: 030 18754-0 | Fax: 030 18754-2328

<http://www.rki.de>

RKI je centralna ustanova u Njemačkoj u oblasti javnog zdravlja i nadležana je za prepoznavanje, zaštitu i borbu protiv bolesti RKI savjetuje stručnu javnost i nadležna savezna ministarstva, naročito Savezno ministarstvo zdravlja (BMG).

U ovom institutu nalazi se više naučnih komisija npr. Stalna komisija za vakcinaciju/cijepljenje (STIKO), koja izdaje preporuke za vakcinacije/cijepljenje.

RKI na svojim internet stranicama na njemačkom jeziku na adresi http://www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/impfen_node.html informiše na temu zaštitne vakcinacije/cijepljenja, ali ne može da pruža individualne savjete u pojedinačnim slučajevima. Sagovornik za sva pitanja u vazi sa vakcinacijom/cijepljenjem je vaš ljekar/liječnik.

Korisne internet adrese

www.gesundes-kind.de

www.impf-experten.de

www.impfenaktuell.de

www.impfen-info.de

www.j1-info.de/impfen/

www.kindergesundheit-info.de/themen/risiken-vorbeugen/impfen

www.kinderaerzte-im-netz.de

www.mimi-impfen.de

www.netdokter.de/Gesund-Leben/Impfungen

www.reisemed-experten.de

Moj lični/osobni plan vakcinacije/cijepljenja



Uz pomoć „ličnog/osobnog plana vakcinacije/cijepljenja“ možete, dragi čitaoci, da utvrdite svoj aktuelni status vakcinacije/cijepljenja i status članova vaše porodice/obitelji. Možete jednim pogledom da provjerite kada je potrebno da se revakcinišete odn. da naknadno primite određene vakcine/cjepiva. Molimo vas da imate na umu da „lični/osobni plan vakcinacije/cijepljenja“ koji je dat u ovom vodiču služi za osnovnu orijentaciju i **da ne predstavlja** zamjenu za legitimaciju vakcinisanja/cijepljenja, koju ispunjava i kontroliše vaš porodični/obiteljski ljekar/liječnik (strana 17/str. 25). Ako niste sigurni ili imate pitanja, obratite se svom porodičnom/obiteljskom ljekaru/liječniku.

Preporučujemo vam sljedeći postupak kod izrade ličnog/osobnog plana vakcinacije/cijepljenja:

Na str 13 ovog vodiča naći ćete aktuelni kalendar vakcinacije/cijepljenja koji je sastavila STIKO za 2016. U kalendaru je navedeno

koja vakcina/cjepivo se preporučuje za zaštitu vaše porodice/obitelji od infektivnih oboljenja. Uz to, kalendar sadrži detaljne podatke o tome kada je najbolje primiti ove vakcine/cjepiva. Na osnovu informacija u kalendaru može se za svaku vakcinu/cjepivo provjeriti da li su do danas date preporuke **u potpunosti** ispoštovane.

Ako su ispoštovane, za svaku vakcinu/cjepivo označite krstićem/križićem rubriku „Postoji“. Ako vakcinacija/cijepljenje nije kompletno, npr. jer ranijih godina nije obavljeno, jer ne možete da se sjetite detalja ili ste u posljednje vrijeme propustili neku vakcinaciju/cijepljenje, označite krstićem/križićem rubriku „Primiću naknadno/revakcinisaću se“.

Isti postupak primjenjuje se i za vašeg bračnog druga/partnera i za djecu.

Prednosti „ličnog/osobnog plana vakcinacije/cijepljenja“

- Na ovaj način dobije se prvi – privremeni – pregled stanja vakcinacije/cijepljenja.
- Ovaj plan služi kao podloga za razgovor sa porodičnim/obiteljskim ljekarom/liječnikom o ostalim detaljima.

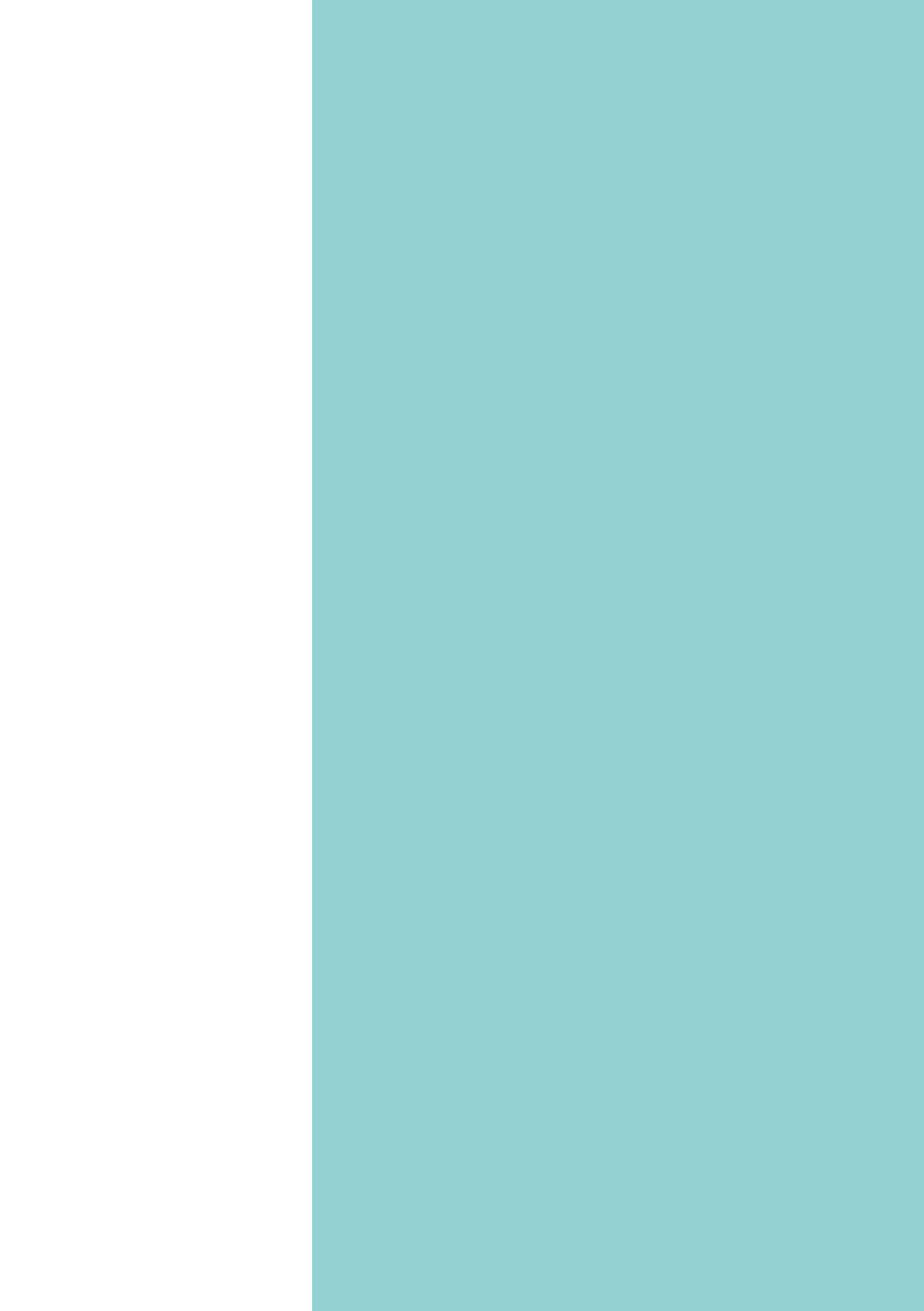
Moj lični/osobni plan vakcinacije/ cijepljenja

Vakcina/cjepivo protiv	Postoji	Primiću vakcinu/cjepivo naknadno/revakcinisaću se
Difterija	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
<i>Haemophilus influenzae</i> b (Hib)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Hepatitis B	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Humani papiloma virusi (HPV)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Influenza (grip/a)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Veliki kašalj/ hripavac (pertussis)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Dječja paraliza (poliomijelitis)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Ospice/Zauške/ zaušnjaci/Rubeola	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Meningokoke	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Pneumokoke	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Rota virusi*	☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Tetanus („Zli grč“)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4
Varičele („Vodene kozice“/„Ovcije boginje“)	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4	☐ Ja ☐ Partner ☐ Dijete 1 ☐ Dijete 2 ☐ Dijete 3 ☐ Dijete 4

*Odnosi sa samo na dojenčad u prvoj godini života.

Ukratko najvažnije

- **Vakcine/cjepiva važne su u svakom uzrastu.**
- **Vakcine/cjepiva preporučuju nezavisni/neovisni eksperti** – Stalna komisija za vakcinaciju/cijepljenje (STIKO) sačinjava u Njemačkoj, po nalogu države, svake godine aktuelne preporuke vakcinacije/cijepljenja, naročito kalendar vakcinacije/cijepljenja.
- **Vakcinacija/cijepljenje je bezbjedno** – nezavisne institucije i organi provjeravaju i nadziru kvalitet, sigurnost i koristi od vakcinacije/cijepljenja.
- **Vakcinacija/cijepljenje je, uglavnom, besplatno** – skoro sve vakcine/cjepiva preporučena od strane STIKO spadaju u obavezne usluge nosilaca zdravstvenog osiguranja i osiguranici ih mogu koristiti besplatno. Ne plaćate nikakvu participaciju za vakcine/cjepiva.
- **Redovno provjeravajte svoj status vakcinacije/cijepljenja** – redovno provjeravajte kod kod ljekara/liječnika svoj status vakcinacije/cijepljenja i status djeteta – najbolje jednom godišnje – (molimo vas da ponesete sa sobom knjižicu vakcinacije/cijepljenja). Propuštene vakcine/cjepiva primite naknadno.
- **Vakcine/cjepiva kod putovanja primite na vrijeme** – prije planiranog putovanja na godišnji odmor ili u rodni kraj provjerite *najmanje* 6 sedmica/tjedana prije polaska svoj status vakcinacije/cijepljenja u odnosu na zemlju putovanja.
- **Redovno se vakcinišite/cijepite prije trudnoće** – žene u plodnom dobu, a posebno one koje žele dijete, moraju što ranije da prime vakcine/cjepiva i da provjere status vakcinacije/cijepljenja članova svoje porodice/obitelji.



Zdravlje je presudan uslov za aktivan život, koji sami uređujete. Vakcine/cjepiva predstavljaju isproban put da se ljudi svih uzrasta zaštite od infektivnih bolesti. Na ovaj način može svako – i to uz minimalan napor – da uradi nešto za svoje zdravlje.

Ovaj vodič namijenjen je posebno doseljenicima. On služi za osnovnu orijentaciju i koncentriše se na praktična pitanja, kao što su troškovi vakcinacije/cijepljenja, osobenosti kod trudnica ili kako se generalno ponašati poslije neke vakcine/cjepiva.

Uz pomoć ličnog/osobnog plana vakcinacije/cijepljenja (naći ćete ga u daljem tekstu) i kalendara vakcinacije/cijepljenja za 2016. čitalac može brzo da utvrdi da li su on i članovi njegove porodice/obitelji u dovoljnoj mjeri zaštićeni vakcinama/cjepivima. Osim toga, naći ćete i kontakt adrese centralnih ustanova i objašnjenje najvažnijih stručnih termina.

Vaš ljekar/liječnik jeste i ostaje najvažniji sagovornik za pitanja vakcinacije/cijepljenja.

Ovaj vodič uručen je od strane: