



UK Health
Security
Agency



Aizsargā sevi pret gripu

Imunizācija pret gripu Anglijā

Informācija tiem, kas mācās vidusskolā



Flu **i**mmunisation

Aizsardzība pret gripu

Gripas vakcīna bez maksas tiek piedāvāta:

Visiem bērniem, kam ir 2 vai 3 gadi (31. augustā pirms gripas vakcinācijas sākuma rudenī)



Skolas vecuma bērniem (no sagatavošanas klases līdz 11. klasei)

Bērniem no 6 mēnešu vecuma, kam ir veselības problēmas, kuras rada viņiem lielāku risku, saslimstot ar gripu



Plašāka informācija par to, kuri bērni katru gadu var saņemt bezmaksas vakcīnu, ir vietnē: www.nhs.uk/child-flu



Kāpēc man vajadzētu vakcinēties pret gripu?

Gripa var būt ļoti nepatīkama slimība, kas izraisa drudzi, ārkārtīgu nogurumu, muskuļu un locītavu sāpes, aizliktu degunu, sausu klepu un iekaisušu kaklu. Cilvēki parasti sāk justies labāk pēc aptuveni vienas nedēļas. Dažiem cilvēkiem rodas komplikācijas, un viņiem ir nepieciešams ārstēties slimnīcā.

Kāds ir labums no vakcīnas?

Vakcinācija palīdzēs pasargāt tevi no ļoti nepatīkamas saslimšanas. Tā var palīdzēt izvairīties no nespēšanas darīt to, kas tev patīk, un mācību pārtraukšanas.

Vakcīna arī samazinās iespēju tev inficēt citus cilvēkus, un tas, savukārt, palīdzēs aizsargāt savu ģimeni un draugus.

Es saņēmu gripas vakcīnu pagājušajā gadā. Vai man vajag vakcinēties arī šogad?



Jā. Gripas vīrusi mainās katru gadu, un vakcīna var būt atjaunināta. Tāpēc mēs iesakām šogad no jauna vakcinēties, pat ja esi vakcinējies iepriekšējā gadā.

Kādā veidā notiks vakcinācija?

Vakcīnu parasti saņem nazālā aerosola veidā. Ja nazālais aerosols nav piemērots, tā vietā var saņemt injekciju, — parasti augšdelma muskulī.

Un kā nazālais aerosols darbojas?

Nazālais aerosols satur vīrusus, kas ir novājināti, lai neļautu tiem izraisīt gripu, bet tie palīdzēs tev izveidot imunitāti.

Vakcīna degunā ļoti ātri uzsūcas, tāpēc, pat ja tu uzreiz pēc vakcīnas saņemšanas nošķaudies, tev nav jāuztraucas par to, ka tā varētu neiedarboties.

Vai vakcīnai ir kādas blaknes?

Tev var būt iesnas vai aizlikts deguns, galvassāpes, vispārējs nogurums un zināms ēstgribas zudums. Tomēr šīs blaknes ir daudz vieglākas nekā gripa vai ar gripu saistītās komplikācijas. Nopietnas blaknes rodas reti.

Ko darīt, ja es tajā dienā nejūtos labi?

Ja tev ir drudzis, vakcināciju var atlikt. Turklāt, ja tev ir ļoti aizlikts deguns vai iesnas, tas var traucēt vakcīnai uzsūkties organismā. Tādā gadījumā vakcināciju pret gripu var atlikt līdz laikam, kad nazālie simptomi ir beigušies.

Ko darīt tiem jauniešiem, kam ir ilgstošas veselības problēmas?

Ja tev ir kāda ilgtermiņa veselības problēma, kas rada lielāku gripas komplikāciju risku, tev vajadzētu vakcinēties pret gripu katru gadu. Ja tev ir kāda no šīm veselības problēmām un tu neesi vienā no grupām, kam piedāvā gripas vakcīnu skolā, tu vari lūgt vakcīnu arī savā ģimenes ārsta praksē. Tu arī vari lūgt iespēju vakcinēties savā ģimenes ārsta praksē, ja nevēlies gaidīt līdz vakcinācijai skolā.

Ilgtermiņa veselības problēmas, kas rada lielāku ar gripu saistītu risku

Starp šīm problēmām ir tādas kā:

- nopietnas elpošanas problēmas, piemēram, astma, kuras dēļ vajadzīga regulāra steroīdu inhalatoru vai tablešu lietošana
- nopietnas sirds problēmas
- nieru vai aknu slimības
- diabēts
- novājināta imūnsistēma, ko izraisījusi kāda slimība vai ārstēšana ar tādām zālēm kā steroīdu tabletes vai ķīmijterapija
- problēmas ar liesu, piemēram, sirpjveida šūnu slimība vai izņemta liesa
- mācīšanās traucējumi
- problēmas ar nervu sistēmu, tādas kā cerebrālā trieka



Apmeklē vietni www.nhs.uk/child-flu, lai iegūtu plašāku informāciju

Vai ir jaunieši, kuriem nevajadzētu saņemt nazālo vakcīnu?

Lielākā daļa bērnu un jauniešu saņem nazālo aerosola vakcīnu, kas ir ātri un vienkārši administrējama un kura ir ieteicamā vakcīna bērniem. Tomēr ir daži jaunieši, kuri, iespējams, nevar saņemt nazālo vakcīnu (sk. tālāk sniegto informāciju). Tavi vecāki saņems piekrišanas veidlapu, kas jāaizpilda pirms vakcinācijas un ietver jautājumus, lai noskaidrotu, vai tā tev ir piemērota. Ja viņiem radīsies jebkādi jautājumi, viņi varēs runāt ar skolas imunizācijas grupas darbiniekiem. Ja tu nevari saņemt nazālo aerosolu, tev piedāvās injicējamo gripas vakcīnu.

Kam nevajadzētu saņemt nazālo vakcīnu?

Nazālā aerosola vakcīnas vietā tev vajadzētu saņemt injicējamo gripas vakcīnu, ja tev:

- šobrīd ir vai arī pēdējo 72 stundu laikā ir bijusi sēkšana krūtīs
- ir ļoti novājināta imūnsistēma vai kādam no taviem mājiniekiem ir nepieciešama izolācija smagas imūndepresijas dēļ
- ir kāda slimība, kas jāārstē ar salicilātiem
- ir iepriekš bijusi anafilaktiska reakcija pret gripas vakcīnu vai jebkuru no tās sastāvdaļām (izņemot olu)

Jauniešiem, kuri vakcinēti ar nazālo aerosolu, apmēram divas nedēļas pēc vakcinācijas vajadzētu izvairīties no tuvas saskares ar cilvēkiem, kam ir stipri novājināta imūnsistēma (piemēram, tiem, kam nesen bijusi kaula smadzeņu transplantācija).

Ja visdrīzāk notiks saskarsme vai no tās nav iespējams izvairīties, tad vajadzētu saņemt cita veida gripas vakcīnu. Ja par kaut ko neesi pārliecināts, runā ar skolas imunizācijas grupas darbiniekiem vai arī medmāsu vai ģimenes ārstu savā poliklīnikā.

Taviem vecākiem vajadzētu konsultēties ar savu speciālistu, ja tev ir:

- iepriekš bijusi smaga alerģiska reakcija pret olām (anafilakse), kuras dēļ bijusi nepieciešama ārstēšana intensīvās terapijas nodaļā
- astma, kas tiek ārstēta ar steroīdu tabletēm vai kuras dēļ bijusi nepieciešama ārstēšana slimnīcas intensīvās aprūpes nodaļā

Kur notiks vakcinācija?

Skolas vecuma bērnu vakcinācija notiks skolā, bet tiem, kuri to palaidīs garām, būs iespēja vakcinēties apkaimes klīnikās.

Vakcīna tiks piedāvāta arī mājās mācītajiem bērniem, kuri ietilpst grupās, kurām ir tiesības saņemt vakcīnu. Tu vai tavi vecāki var saņemt informāciju par vakcinēšanu no Vietējās pašvaldības izglītības nodaļas.

Jūs varat izlasīt bukletu par vakcīnas sastāvdaļām šeit: www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc

Vai nazālā vakcīna satur no cūkām iegūtu želatīnu (cūku želatīnu)?

Jā. Nazālā vakcīna satur ļoti nelielu daudzumu no cūkām iegūta želatīna (cūku želatīnu), kas tiek izmantots daudzās svarīgās zālēs. Želatīns palīdz stabilizēt vakcīnas vīrusus, lai tā varētu pareizi iedarboties.

Nazālā aerosola tipa vakcīna ir bērniem vēlamā vakcīna, un tās administrēšana ir ātra un vienkārša.

Tā var būt arī efektīvāka gripas izplatīšanās kopienā samazināšanai. Ja nevarat izmantot medikamentus vai vakcīnas, kuru sastāvā ir cūku želatīns, ir pieejama injicējama gripas vakcīna bez želatīna.

Kur es varu iegūt vairāk informācijas?

Apmeklē vietni www.nhs.uk/child-flu, lai iegūtu plašāku informāciju. Runā ar skolas imunizācijas grupas darbiniekiem, savu ģimenes ārstu vai prakses medmāsu, ja tev ir jebkādi citi jautājumi.



www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024882. Product code: 25SECFLULAT Latvian. 1P 2M May 2025 (APS).

To order more copies of this leaflet please visit: www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002. That this leaflet is available in, Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese (simplified), Chinese (traditional, Cantonese), Estonian, Farsi, French, Greek, Gujarati, Hindi, Latvian, Lithuanian, Nepali, Panjabi, Pashto, Polish, Portuguese, Romanian, Romany, Russian, Somali, Spanish, Tagalog, Turkish, Twi, Ukrainian, Urdu and Yiddish. Accessible versions are also available as an English large print, braille, British Sign Language video and audio version.