

Cepljenje za starejše odrasle

Ostanite zdravi in aktivni





Izdajatelj: Nacionalni inštitut za
javno zdravje
Ljubljana, avgust 2025
2. izdaja

Preventiva je pomembna v vseh življenjskih obdobjih, tudi v tretjem, zato je treba posebno pozornost posvečati preprečevanju bolezni. Med poglavitne preventivne ukrepe sodi cepljenje. Cepiva so varna, zmanjšujejo obolevnost in pomagajo ohranjati dobro zdravje.

Za osebe, stare 65 let in več, so še posebej priporočljiva cepljenja proti gripi, covidu-19 in pnevmokoknim okužbam. Cepljenje je brezplačno za vse, ki imajo urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje.

Zakaj še posebej priporočamo cepljenje proti tem boleznim?

Zato, ker želimo, da ostanete zdravi in aktivni. Gripa, covid-19 in pnevmokokne okužbe pri starejših odraslih potekajo težje in lahko trajno okvarijo vaše zdravje.

Priporočamo pa tudi nekatera druga cepljenja, kot so cepljenje proti respiratornemu sincicijskemu virusu, pasovcu, klopnemu meningoencefalitisu in tetanusu, ki prav tako bolj ogrožajo starejše odrasle.

Želimo vam obilo zdravja.

Nacionalni inštitut za javno zdravje

POSEBEJ PRIPOROČLJIVA CEPLJENJA ZA STAREJŠE ODRASLE, KI SO BREZPLAČNA

Gripa

Pri starejših odraslih (65 let in več) je večje tveganje za resne zaplete ob prebolevanju gripe, zlasti če imajo pridruženo kronično bolezen.

Najpogostejši zaplet gripe je pljučnica.

Gripa ni le prehlad.

Med vsemi, ki umrejo zaradi gripe, je od 70 do 90 % starejših od 65 let.

Kaj je gripa?

Gripa je zelo nalezljiva virusna okužba dihal, ki se zelo hitro širi, zlasti z osebe na osebo, ko okuženi kašlja, kiha ali govori, pa tudi prek površin, ki so onesnažene z izločki dihal obolelega z gripo. V Sloveniji za gripo vsako leto zboli med 100.000 in 200.000 ljudi. Lahko poteka v blagi ali težji obliki, včasih povzroči celo smrt.

Znaki gripe:

Visoka temperatura

Mrazenje

Izčrpanost

Glavobol

Bolečine v mišicah in kosteh

Dražec občutek v žrelu in suh kašelj

Kako poteka gripa pri starejših odraslih?

Čeprav gripo mnogi dojemajo kot blago bolezen, je lahko za starejše odrasle (65 let in več) izjemno nevarna. Ti so še posebej dovzetni za resne zaplete, ki lahko privedejo do bolnišničnega zdravljenja ali celo smrti.

Najpogostejši zaplet gripe je bakterijska pljučnica, ki je pogostejša pri starejših odraslih in pri kroničnih bolnikih. Zaradi gripe se lahko poslabša tudi morebitna kronična bolezen.

Raziskave kažejo, da se pri starejših ob prebolevanju gripe poveča tveganje za srčni infarkt in možgansko kap.

Cepljenje – najboljša zaščita proti gripi

Cepljenje proti gripi je najučinkovitejši način za preprečevanje bolezni in njenih zapletov. Tveganje, da bi zboleli za gripo, se s cepljenjem zmanjša.

Če vseeno zbolimo, cepljenje prepreči težji potek bolezni, zmanjša verjetnost resnih zapletov in potrebo po zdravljenju v bolnišnici.

Kdaj in kje se lahko cepimo proti gripi?

Cepljenje proti gripi je treba opraviti vsako leto, saj se virusi gripe nenehno spreminjajo. Najboljši čas za cepljenje je jeseni, preden se začne sezona gripe. Zaščita po cepljenju po navadi traja od nekaj mesecev do enega leta.

Pri starejših odraslih je učinkovitost cepiva nekoliko manjša kot pri mlajših odraslih, saj imajo starejši slabše odziven imunski sistem. Prav zato je pomembno, da se proti gripi cepijo tudi njihovi svojci.

Cepljenje je brezplačno. Lahko se opravi pri izbranem osebnem zdravniku, opravljajo pa ga tudi nekateri drugi zdravniki (npr. ambulate za cepljenje v nekaterih zdravstvenih ustanovah) in območne enote Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ). Za cepljenje v ambulantah območnih enot NIJZ se je treba vnaprej naročiti.

Kaj se lahko pričakuje po cepljenju proti gripi?

Cepljenje je varno. Po njem se lahko pojavijo bolečina, rdečina in oteklina na mestu cepljenja, kar izzveni v nekaj dneh. Pri nekaterih se pojavijo glavobol, bolečina v mišicah, vročina, utrujenost in slabost. Ti morebitni neželeni učinki so blagi in minejo hitro. Resni neželeni učinki so izjemno redki.

Verjetnost za težjo obliko gripe pri osebah, starih 65 let in več, je neprimerno večja od verjetnosti za pojav resnih neželenih učinkov po cepljenju.

Cepljenje proti gripi je brezplačno.

Pnevmokokne okužbe

Starejši odrasli sodijo med skupine z večjim tveganjem za težji potek pnevmokokne okužbe.

Zaradi okužbe s pnevmokoki lahko zbolite za meningitisom, sepso, bakteriemijo in pljučnico.

Povzročitelj teh okužb je vse bolj odporen proti številnim antibiotikom.

V številnih evropskih državah, kjer so uvedli cepljenje proti pnevmokoknim okužbam, se je pogostost invazivnih pnevmokoknih okužb znatno zmanjšala.

Kaj so pnevmokokne okužbe?

Pnevmokoki (*Streptococcus pneumoniae*) so skupina bakterij, ki živijo v žrelu zdravih ljudi, predvsem otrok. Obstaja več kot 90 različic (serotipov) te bakterije in večina jih lahko povzroča bolezni, kar se lahko zgodi, ko imamo zmanjšano odpornost, ali po predhodni virusni okužbi dihal. Ogroženi so predvsem majhni otroci, starejši odrasli (65 let in več) ter ljudje s kroničnimi boleznimi in imunskimi pomanjkljivostmi. Pnevmokoki se prenašajo s človeka na človeka s kužnimi kapljicami, s kihanjem in kašljanjem.

Prebolela okužba z enim od 90 serotipov pnevmokokov ne zagotavlja odpornosti na okužbo z drugimi serotipi. Cepljenje se priporoča tudi, če je posameznik že prebolel pnevmokokno okužbo.

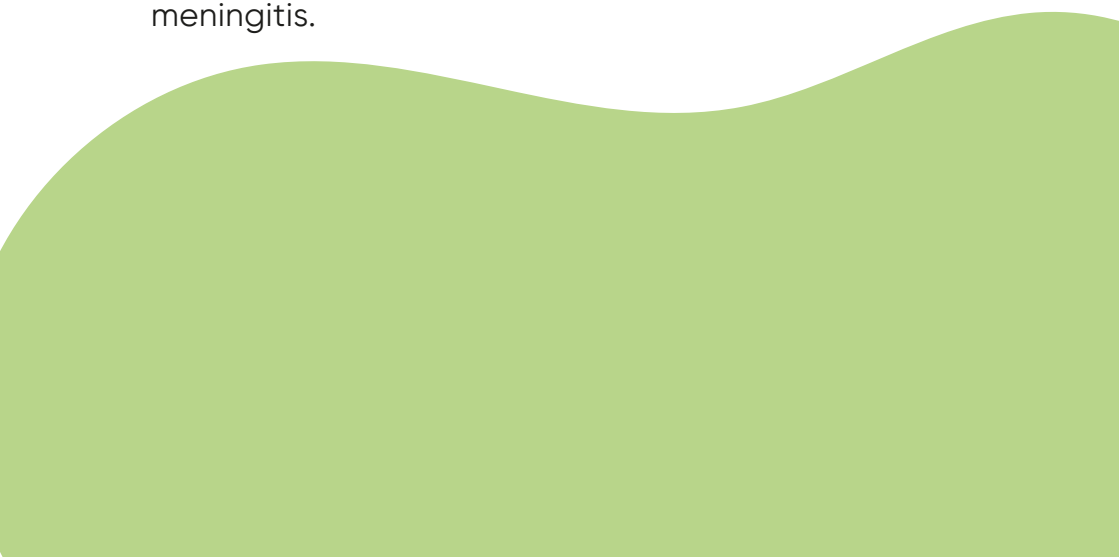
Katere bolezni lahko povzroča pnevmokok?

Pnevmokok najpogosteje povzroča pljučnico, lahko pa tudi vnetje obnosnih votlin in srednjega ušesa, okužbo krvi (bakteriemijo, sepsa) ter vnetje možganskih ovojnic (meningitis). Nekateri hujše pnevmokokne okužbe – invazivna pljučnica, sepsa, meningitis – se lahko končajo tudi s smrtjo.

Kako poteka invazivna pnevmokokna pljučnica?

Simptomi in znaki so odvisni od organa, ki ga prizadene okužba.

Najpogosteje gre za pnevmokokno pljučnico, ki se kaže s povišano telesno temperaturo, mrzlico, kašljem z gnojnim izločkom, bolečino v prsnem košu, težkim in/ali pospešenim dihanjem, povišanim utripom srca in oslabeledostjo. Spremlja jo lahko tudi okužba krvi, meningitis.



Kako se lahko starejši odrasli zaščitijo pred pnevmokoknimi boleznimi?

Za osebe, stare 65 let in več, in kronične bolnike cepljenje proti pnevmokoknim okužbam krije obvezno zdravstveno zavarovanje. Za učinkovito zaščito zadostuje en odmerek cepiva.

Zakaj je cepljenje za starejše odrasle pomembno?

Imunski sistem s staranjem oslabi, zaradi česar so starejši odrasli bolj dovzetni za težje potekajoče (invazivne) pnevmokokne okužbe, kot so pljučnica, meningitis in sepsa. Pri starejših odraslih je lahko potek bolezni dolgotrajen in zapleten kljub zdravljenju. Zato so posledice pri starejših odraslih pogosto hujše, vključno z dolgotrajno bolnišnično oskrbo, trajno invalidnostjo ali celo smrtjo.

V povprečju eden od 20 starejših odraslih, ki zboli za pnevmokokno pljučnico, umre. Umre tudi eden od šestih starejših odraslih s pnevmokokno okužbo krvi ali s pnevmokoknim meningitisom.

Kako varna so cepiva proti pnevmokoknim okužbam?

Cepiva proti pnevmokoknim okužbam so se izkazala kot varna in učinkovita. Po cepljenju se lahko pojavijo lokalna reakcija na mestu cepljenja (rdečina, bolečina, oteklina), povišana telesna temperatura, bolečine v mišicah in sklepih, glavobol, utrujenost, začasna izguba apetita, bruhanje, driska in izpuščaj. Resni neželeni učinki so izjemno redki. Tveganje za pojav zapletov zaradi bolezni je bistveno večje kot tveganje za pojav resnih neželenih učinkov po cepljenju.

Prebolevanje gripe lahko poveča tveganje za invazivno pnevmokokno bolezen pri starejših. Zato je priporočljivo, da se vsako leto cepite proti gripi.

Kje se lahko cepimo?

Cepljenje poteka pri izbranih osebnih zdravnikih in drugih zdravnikih (npr. v ambulantah za cepljenje v nekaterih zdravstvenih ustanovah).

Cepljenje proti pnevmokoknim okužbam je za osebe, stare 65 let in več ter za kronične bolnike ne glede na starost, brezplačno.

Covid-19

Cepljenje proti covidu-19
zmanjša verjetnost
za težji potek bolezni,
zaplete zaradi covid-19
in potrebo po
bolnišničnem zdravljenju.

Pri starejših odraslih
je večje tveganje,
da bodo zaradi
covid-19 huje zboleli.

Tveganje za zaplete
se dodatno poveča,
če ima starejša oseba
kronično bolezen.

Kaj je covid-19?

Povzročitelj covid-19 je virus SARS-CoV-2, ki sodi med koronaviruse. Okužimo se lahko prek zraka in kužnih kapljic, ki nastanejo ob kašljanju, kihanju ali govorjenju okuženega. Virus se lahko prenaša tudi prek površin ali predmetov, ki so onesnaženi z izločki dihal okužene osebe.

Znaki covid-19:

Kašelj

Bolečine v žrelu

Izcedek iz nosu

Slabo počutje

Izguba voha in okusa

Utrujenost

Prebavne težave

Bolečine v mišicah in sklepih

Povišana telesna temperatura

Kako poteka covid-19 pri starejših?

Pri starejših odraslih je večje tveganje za težji potek bolezni. S starostjo se slabša delovanje imunskega sistema, ki brani telo pred okužbami. To pomeni, da starejši odrasli težje premagujejo okužbe, zato lahko covid-19 pri njih povzroči težji potek bolezni, večje pa je tudi tveganje, da bo oboleli potreboval bolnišnično zdravljenje.

Najpogostejši zaplet covid-19 je pljučnica, lahko se pojavijo krvni strdki, prizadeti so lahko drugi organi, npr. srce, ledvice, možgani. Starejši odrasli pogosto že imajo kronične bolezni, kot so sladkorna bolezen, visok krvni tlak, srčno-žilne bolezni ali kronične bolezni dihal, kar še povečuje tveganje za zaplete pri prebolevanju covid-19.

Med tistimi, ki zaradi covid-19 umrejo, jih je večina starejših od 65 let.

Kaj storiti, da ne zbolimo za covidom-19?

Za zaščito pred covidom-19, zlasti pred težjo obliko bolezni, je na voljo cepljenje. V Sloveniji je na voljo posodobljeno cepivo, ki ščiti proti novejšim različicam koronavirusa SARS-CoV-2.

Kaj lahko pričakujemo po cepljenju proti covidu-19?

Cepljenje proti covidu-19 zmanjša možnost za težji potek bolezni in za druge zaplete.

Po cepljenju se lahko pojavijo bolečina, otekline oziroma rdečina na mestu cepljenja, utrujenost, glavobol, bolečine v mišicah in sklepih, mrzlica, povišana telesna temperatura, slabost, bruhanje, povečane in boleče bezgavke. Ti simptomi so prehodni in minejo v kratkem času. Resni neželeni učinki so izjemno redki.

Koristi cepljenja so zlasti za osebe z večjim tveganjem za težji potek covida-19 večje kot pa tveganje za resne neželene učinke, ki je izjemno majhno.

Ali naj se proti covidu-19 cepimo, tudi če smo se že lani?

Virus SARS-CoV-2, ki povzroča covid-19, se hitro spreminja, kar pomeni, da se pogosto pojavljajo nove različice. Zato tudi redno posodabljaajo cepiva, ki ščitijo proti novim različicam virusa. Zato starejšim odraslim in vsem drugim skupinam ljudi, pri katerih obstaja tveganje za hujše prebolevanje covid-19, svetujemo, da se zaščitijo pred začetkom vsake sezone kroženja povzročiteljev okužb dihal, torej v jesenskem času.

Proti covidu-19 se lahko cepite sočasno s cepljenjem proti gripi in tudi proti drugim boleznim.

Kdaj in kje naj se cepimo proti covidu-19?

Starejši odrasli se lahko cepi pri izbranemu osebnemu zdravniku, drugem zdravniku (npr. v ambulantah za cepljenje v nekaterih zdravstvenih ustanovah) ter na območnih enotah NIJZ. Za cepljenje v ambulantah območnih enot NIJZ se je treba vnaprej naročiti.

Cepljenje proti covidu-19 je brezplačno.

Tetanus

Četudi redek, je tetanus še navzoč, najpogosteje zbole vajo starejši odrasli, ki niso bili cepljeni.

Bolezen je boleča, četrtna bolnikov umre, zdravljenje je zahtevno in pogosto neuspešno.

Cepljenje je priporočljivo obnavljati vsakih 10 let, v določenih primerih je cepljenje potrebno tudi ob poškodbah.

Kaj je tetanus?

Tetanus ali mrtvični krč je bolezen, za katero so značilni mišični krči celega telesa, ki so zelo boleči. Povzroča ga nevrotoksin oziroma strup bakterije *Clostridium tetani*, katere spore so zaradi živalskih iztrebkov lahko prisotne tudi v zemlji. Okužba se praviloma zgodi prek rane, v katero zaidejo spore (denimo stopimo na žebelj, se porežemo z vrtnim orodjem...), lahko pa se okužimo tudi prek žuljev, opeklin ali celo komaj opaznih ranic. Posebej nevarne so z zemljo onesnažene vbodne rane.

Znaki tetanusa:

- Otrdelost in krči v žvekalnih mišicah.
- Otrdelost vratu, težave pri požiranju, krč glasilk in mišic sapnika.
- Krči po celem telesu, okrepljeni refleksi, potenje in povišana telesna temperatura.
- Togost in krči postopoma zajamejo vse telo, oteženo je dihanje, lahko nastopi pomanjkanje kisika ali zadušitev. Bolnik je pri tem ves čas pri polni zavesti.

Zakaj je pomembno cepljenje proti tetanusu za starejše odrasle?

Za tetanusom lahko zboli vsakdo in četudi ga je prebolel, imunosti ne razvije. Najučinkovitejša zaščita proti tetanusu je cepljenje. Za dolgotrajno zaščito je cepljenje treba obnavljati na vsakih 10 let s kombiniranim cepivom proti davici in tetanusu. Sistematično cepljenje proti tetanusu se je v Sloveniji začelo leta 1951. To je pozneje pripeljalo do občutnega zmanjšanja primerov bolezni, a del populacije ostaja necepljen. Zaradi cepljenja je v razvitem svetu tetanus danes redka bolezen.

V Sloveniji zadnja leta obolevajo zlasti starejše necepljene ženske, ki so se okužile pri raznih kmečkih opravilih, pri delu na njivah in vrtovih.

Kakšno korist ima posameznik od cepljenja?

Cepljenje ščiti pred boleznijo, ki je ne samo izjemno boleča, pač pa predstavlja nujno stanje, ki zahteva bolnišnično obravnavo in nenehen nadzor nad bolnikom. Zdravljenje je zahtevno in pogosto neuspešno, saj kljub zdravljenju 10 odstotkov bolnikov umre.

Komu se cepljenje priporoča?

Cepljenje proti tetanusu je v Sloveniji vključeno v obvezni program cepljenja otrok. Pri odraslih pa se priporoča vsem, ki še niso bili cepljeni, so bili cepljeni nepopolno in tistim, pri katerih je od zadnjega odmerka minilo več kot 10 let. V primeru za tetanus sumljive rane se osebo cepi, če je od zadnjega cepljenja minilo več kot 5 let.



Ali je cepivo proti tetanusu varno?

Za cepljenje proti tetanusu sta v Sloveniji na voljo kombinirani cepivi proti davici in tetanusu ter proti davici, tetanusu in oslovskemu kašlju. Obe cepivi sta varni in izjemno učinkoviti. Vsa cepiva proti tetanusu vsebujejo neaktiven toksin, zato cepivo ne more povzročiti bolezni.

Komu se cepljenje proti tetanusu odsvetuje?

Proti tetanusu ne smejo biti cepljene osebe, ki so alergične na katerokoli sestavino cepiva ali so imele resno alergijsko reakcijo ali drug resen neželen učinek po cepljenju s cepivom proti tetanusu.

Pri zmerni ali resni akutni bolezni (s povišano telesno temperaturo ali brez) je treba cepljenje začasno odložiti. Blaga bolezen (npr. prehlad) ni ovira za cepljenje.



PRIPOROČLJIVA CEPLJENJA ZA STAREJŠE ODRASLE, KI SO SAMOPLAČNIŠKA

Respiratorni sincicijski virus (RSV)

RSV je zelo pogost in nalezljiv virus, s katerim se lahko tekom življenja večkrat okužimo.

Pri večini odraslih bo bolezen praviloma potekala blago ali brez simptomov.

Starejši, še posebej s kroničnimi boleznimi, imajo večje tveganje za težji potek RSV in zaplete - bronhitis, pljučnico.

Cepljenje proti RSV učinkovito preprečuje težji potek bolezni in potrebo po bolnišničnem zdravljenju.

Kaj je RSV?

RSV je zelo nalezljiv virus, s katerim se lahko okužimo večkrat tekom življenja, ne glede na starost. Okužba z RSV se prenaša z neposrednim stikom z okuženim, prek kužnih kapljic ki se izločajo s kašljanjem in kihanjem, in prek onesnaženih površin. Simptomi okužbe se običajno razvijejo v obdobju od dveh do osmih dni po okužbi. Okuženi lahko virus širi že en do dva dni pred pojavom prvih znakov bolezni.

Pri odraslih se okužba z RSV najpogosteje kaže kot blaga prehladna bolezen ali poteka celo brez simptomov. Značilni simptomi vključujejo kašelj, kihanje, povišano telesno temperaturo in izcedek iz nosu. Blaga oblika bolezni običajno izzveni v enem do dveh tednih.

Okoli 150.000 odraslih Evropejcev na leto potrebuje bolnišnično zdravljenje zaradi težje oblike RSV, okoli 20.000 oseb, starejših od 60 let, v Evropi vsako leto umre zaradi RSV.

Kako poteka RSV pri starejših odraslih?

Starejši odrasli imajo večje tveganje za težji potek okužbe z RSV in zaplete (bronhitis, pljučnica), še posebej tisti, ki imajo oslabljen imunski sistem ali kronične bolezni, kot so sladkorna bolezen, srčno-žilne bolezni ali kronične pljučne bolezni.

Poleg tega lahko RSV poslabša obstoječe kronične bolezni, kot so astma, kronična obstruktivna pljučna bolezen in srčno popuščanje, kar lahko privede do resnih in potencialno življenjsko nevarnih zapletov.

Cepljenje učinkovito zmanjša tveganje za težji potek bolezni.

Zakaj naj se cepijo starejši odrasli?

Cepljenje proti RSV je priporočljivo za osebe, stare 60 let in več. Učinkovito preprečuje okužbo spodnjih dihal – bronhitis in pljučnico – in zmanjša možnost, da bo oseba potrebovala bolnišnično zdravljenje.

Kje se lahko cepimo?

Cepjenja proti RSV opravljajo izbrani osebni zdravniki ali drugi zdravniki (npr. v ambulantah za cepljenje v nekaterih zdravstvenih ustanovah). Cepljenje izvajajo tudi ambulante za cepljenje na območnih enotah NIJZ, kjer se je treba vnaprej naročiti.

Cepljenje se opravi z enim odmerkom in je samoplačniško.

Kaj lahko pričakujemo po cepljenju?

Po cepljenju se lahko pojavi bolečina, rdečina in oteklina na mestu cepljenja, glavobol in bolečine v mišicah. Ti neželeni učinki so običajno blagi in kratkotrajni.

Pasovec

Starejši od 60 let
pogosteje zbolijo
za pasovcem.

Prebolevanje pasovca
je lahko zelo boleče
in neprijetno,
pri starejših so
pogostejši zapleti.

Cepljenje proti pasovcu
se za starejše od 60 let
priporoča ne glede na to,
ali so preboleli norice.

Najpogostejši in najnadležnejši
zaplet je dolgotrajna bolečina,
ki vztraja še po tem,
ko izpuščaj že izzveni.

Kaj je herpes zoster?

Herpes zoster ali pasovec povzroča isti virus kot norice oziroma vodene koze. V otroštvu večina ljudi preboli norice, nato pa se virus skriva v živčevju, kjer lahko miruje tudi vse življenje. Pri 10 do 30 odstotkih ljudi se vnovič aktivira in povzroči izbruh mehurčastega izpuščaja v določenem pasu kože – na tistem delu, ki jo oživčuje živec, v katerem je virus spal.

Zakaj se virus vnovič aktivira in kdaj, ni povsem jasno. Verjetno pa ključno vlogo igra posameznikov oslabljen imunski odziv.

Znaki pasovca:

- Huda pekoča bolečina na »pasu« kože, ki ga oživčuje okužen čutni živec.
- Po 2 do 3 dneh se na tem pasu pojavijo mehurčki z bistro tekočino.
- Ko mehurčki počijo, nastanejo kraste.
- Prizadeta koža se lahko ob morebitni bakterijski okužbi zagnoji (npr. če bolnik ranice spraska), proces zdravljenja pa je dolgotrajnejši in lahko pusti brazgotine.

Po navadi bolezen traja od 10 do 15 dni.

Pri manj kot 4 odstotkih bolnikov se pasovec lahko ponovi.

Ali se pasovec prenaša?

Pasovec se ne prenaša s človeka na človeka. Lahko pa oseba, ki ima pasovec, okuži osebo, ki še ni prebolela noric. V tem primeru bi ta oseba zbolela za noricami, ne pa za pasovcem.



Kako poteka pri starejših odraslih?

Ker nam s starostjo delovanje imunskega sistema slabi, se tudi pasovec pogosteje pojavi pri starejših od 60 let in pri ljudeh z oslabljenim imunskim odzivom. Pri njih so tudi pogostejši zapleti – izstopa predvsem zelo huda kronična bolečina. Bolečina je sicer glavni znak pasovca, a večinoma izzveni. Če pa traja mesec ali več, gre za postherpetično nevralgijo. Ta je lahko zelo huda in je običajna protibolečinska zdravila ne ublažijo.

Postherpetično nevralgijo ima kar polovica bolnikov s pasovcem, starih več kot 50 let. Ko je postherpetična nevralgija enkrat že navzoča, jo je težko obvladati, zato je ključno pravočasno ukrepanje s protivirusnimi zdravili, ki jih predpiše zdravnik.

Pasovec lahko prizadene osrednje živčevje. Še zlasti je nevaren, če izbruhne na delu kože, ki jo oživčuje očesna veja obraznega živca. Mehurčki zajamejo veko, polovico čela in nosu, lahko se razširijo tudi na oko. V takem primeru je obvezen pregled pri okulistu, saj lahko z zgodnjim zdravljenjem preprečimo najhujše, tudi izgubo vida.

Cepljenje je priporočljivo tudi za tiste, ki so v otroštvu preboleli norice, saj pasovec povzroča isti virus kot norice; po letih se namreč znova aktivira.

Zakaj naj se cepijo starejši odrasli?

Cepljenje zmanjša tveganje za razvoj pasovca in dolgotrajne bolečine (t. i. postherpetične nevralgije). Cepljenje se opravi z rekombinantnim (mrtvim) cepivom. Za zaščito sta potrebna dva odmerka.

Pri osebah, starih 60 let in več, mrtvo cepivo zmanjša pojavnost pasovca za 97 odstotkov in pojavnost postherpetične nevralgije za 100 odstotkov. Rezultati raziskav kažejo na dobro in dolgotrajno zaščito.

Kaj lahko pričakujemo po cepljenju?

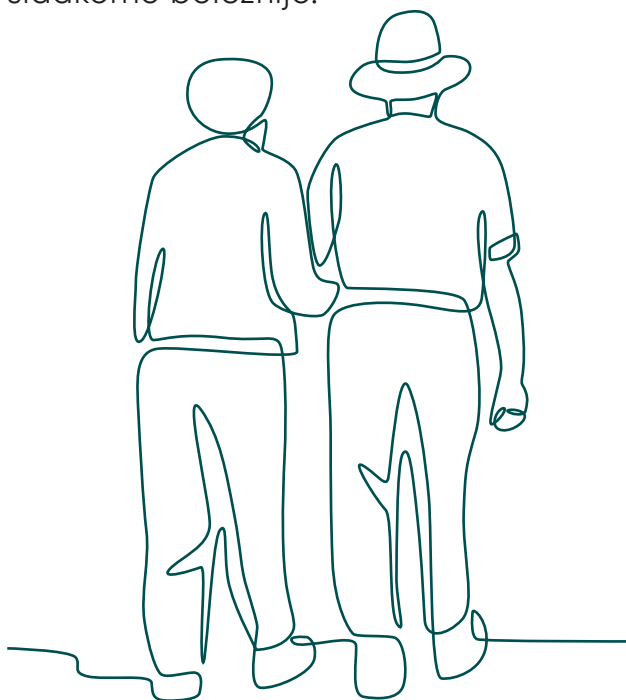
Cepljenje omogoča več kot 90-odstotno zaščito pred pasovcem. Cepivo proti pasovcu izzove močan imunski odziv, ki je pomemben za vzpostavitev zaščite pred boleznijo. Pri desetini cepljenih se pojavijo povišana temperatura, utrujenost, bolečine v mišicah in glavobol, kar lahko traja do dva dneva. To je povsem normalno in pričakovano.

Tudi če ima posameznik po prvem odmerku cepiva opisane neželene učinke, je za ustrezno zaščito pred boleznijo priporočljivo cepljenje še z drugim odmerkom. Ob morebitnih resnih neželenih učinkih naj se posvetuje z zdravnikom.

Kje in kdaj naj se starejši odrasli cepi?

Cepljenje je možno pri izbranem osebnem zdravniku ali v ambulantah na območnih enotah NIJZ, kjer se je treba na cepljenje vnaprej naročiti.

Cepljenje je za sicer zdrave starejše odrasle samoplačniško, brezplačno oz. v breme obveznega zdravstvenega zavarovanja pa je za najbolj ranljive imunsko oslabiljene osebe in osebe, stare 65 let in več, z določenimi kroničnimi boleznimi – okrnjeno imunostjo, okužbo s HIV, revmatoidnim artritisom, sistemskim eritematoznim lupusom, kronično vnetno črevesno boleznijo, kronično obstruktivno pljučno boleznijo ali bronhialno astmo, kronično ledvično insuficienco, sladkorno boleznijo.



Klopni meningoencefalitis (KME)

Za zdravljenje KME
zdravilo ne obstaja.
Lahko pa s cepljenjem
preprečimo, da bi zboleli.

Slovenija sodi med države
z najvišjo pojavnostjo KME
v Evropi.

Bolezen pogosto pušča
trajne posledice,
sploh pri starejših odraslih.

Največ obolelih je v
starostnih skupinah
od 55 do 64 let
ter od 65 do 74 let.

Klopom ste izpostavljeni
tudi na domačem vrtu
ali v parku.

Kaj je KME?

KME je resna virusna bolezen osrednjega živčevja, ki jo povzroča virus KME, ki ga na človeka prenašajo okuženi klopi, možna je tudi okužba z nepasteriziranim mlekom/mlečnimi izdelki. Vbod klopa ne povzroči bolečine ali vidnih sprememb na koži, zato pogosto ostane neopažen.

Znaki:

V prvi fazi: nespecifični znaki virusne okužbe, kot so utrujenost, slabo počutje, vročina, glavobol, bolečine v mišicah in sklepih.

Druga faza (po 3 tednih): visoka vročina, močan glavobol, otrdel in boleč vrat, slabost in bruhanje, lahko tudi tresenje jezika in prstov rok, težave z zbranostjo in zmedenost, motnje zavesti.

Bolezen pogosto pusti trajne posledice, ki vplivajo tako na bolnikovo življenje kot življenje njegovih bližnjih.

Od 100 bolnikov s KME jih bo do deset imelo ohromitve, ki bodo pri petih ostale trajno, eden do dva bosta umrla.

Zakaj je pomembno cepljenje proti KME?

Za KME ni učinkovitega zdravila, zgolj lajšanje simptomov. Zato je cepljenje kot najučinkovitejši način preprečevanja bolezni še toliko pomembnejše. To velja tudi ali še zlasti za starejše odrasle, saj je med njimi – v starostnih skupinah od 55 do 74 let – obolevnost najvišja, poleg tega se pri starejših odraslih pogosteje pojavlja resen potek bolezni, ki lahko vodi v paralize in večkrat pušča trajne posledice, kot so slabši spomin in sluh, motnje ravnotežja in govora, glavobol in pareze.

Vbodu klopa nismo izpostavljeni le v naravi, pač pa tudi v parkih, na domačem vrtu oziroma povsod, kjer rastejo trava in grmičevje.

Je cepivo proti KME varno?

V Sloveniji je na voljo (mrtvo) cepivo proti KME, ki je varno in učinkovito. Zaščita po cepljenju je več kot 95-odstotna in se vzpostavi približno 14 dni po drugem odmerku.

Kdaj se priporoča cepljenje proti KME?

Proti KME se lahko cepimo kadarkoli, vendar je priporočljivo, da se cepljenje s prvima dvema odmerkoma opravi v zimskih mesecih. Tako smo pomladi, ko se klopi prebudijo, že zaščiteni pred boleznijo. Cepljenje s tretjim odmerkom se opravi 5–12 mesecev po drugem odmerku.

Zaradi postopnega upadanja zaščite po osnovnem cepljenju so priporočeni poživitveni odmerki, prvi po treh letih, nato na pet let, po 60 letu starosti (zaradi slabšega imunskega odziva) pa na tri leta.

Komu se cepljene proti KME odsvetuje?

Cepljenje odsvetujemo osebam, ki imajo hudo preobčutljivost na sestavine cepiva ali so imele resen neželen učinek po predhodnem odmerku istega cepiva. Cepljenje se začasno odloži, če oseba preboleva zmerno ali hudo akutno bolezen. Blaga bolezen, kot je denimo prehlad, ni ovira za cepljenje.

Ali je cepljenje plačljivo?

Cepljenje proti KME s tremi odmerki cepiva krije obvezno zdravstveno zavarovanje za odrasle rojene med leti 1970 in 1980 (velja za leto 2025). Za ostale je cepljenje samoplačniško.

