

Lekárka radí: Čo treba vedieť o očkovaní proti COVID-19?

Na Slovensku sa začalo s očkovaním proti ochoreniu COVID-19 mRNA vakcínou. Pre koho je vhodné a treba sa niečoho báť? Aj to vysvetľuje MUDr. Katarína Varechová z ambulancie všeobecného lekára Nemocnice Svet zdravia Michalovce.

O vakcíne Comirnaty, ktorá je aktuálne dostupná, jej zložení a mechanizme účinku sú dnes voľne dostupné informácie a pacienti, ktorí majú obavy, si tak môžu pred očkovaním mnohé naštudovať. MUDr. Katarína Varechová sa rozhodla vysvetliť najdôležitejšie veci.

„Pre alergikov je dôležité, že vakcína neobsahuje klasické zložky potravín, antibiotiká, latex či iné biologické zložky, pretože je vyrobená bezbunkovou technológiou, tzv. in vitro transkripciou. Obsahuje lipidové zložky, anorganické zlúčeniny, sacharózu a vodu. Súčasťou je i polyetylén glykol,“ vysvetľuje **MUDr. Varechová**.

Pokračuje, že podľa imunológov pred očkovaním nie je indikovaná farmakologická antialergická príprava. Pacient alergik teda pokračuje v užívaní svojej chronickej antialergickej liečby.

Kto nemôže byť očkovaný?

Univerzálnou kontraindikáciou podania je podľa lekárky alergia na zložky vakcíny, prípadne anafylaktická, život ohrozujúca alergická reakcia na prvú dávku vakcíny.

„Pri iných závažnejších alergických reakciách, ktoré nastali v minulosti na iné látky, je vhodné poradiť sa so svojim alergológom. Samozrejme, neočkujeme osoby pri akejkoľvek prebiehajúcej akútnej infekcii, vyhnúť sa tiež treba očkovaniu v bezprostrednom období po operácii,“ radí MUDr. Varechová.

Sledovaní 15 minút

Po podaní vakcíny COVID-19 by mali byť očkované osoby minimálne 15 minút sledované kvôli možným okamžitým vedľajším reakciám. Pre pacientov s anamnézou alergických reakcií alebo imunitných ochorení sa táto doba podľa imunológov predlžuje na minimálne 30 minút.

„Čo sa týka nežiaducich účinkov, po očkovaní vakcínou mRNA COVID-19 BNT162b2 počas klinických štúdií viac ako 80 percent účastníkov hlásilo bolesť v mieste vpichu. K tomu došlo do siedmich dní po podaní vakcíny a tieto ťažkosti ustúpili po niekoľkých dňoch,“ hovorí MUDr. Varechová.

Ďalej boli u účastníkov štúdií najčastejšie hlásené:

- únava (> 60%),
- bolesti hlavy (> 50%),
- bolesti svalov (> 30%),
- zimnica (> 30%),
- bolesti kĺbov (> 20%),
- zvýšená teplota (> 10%).

Ako po tetanovke

„Pridávam tiež skúsenosti našich prvých slovenských zaočkovaných zdravotníkov, ktorí bolesť ramena prirovnávali k tej po dobre známej „tetanovke“, teda vakcíne proti tetanu a to bola aj absolútne najčastejšia reakcia na očkovanie. Vyskytli sa tiež krátkodobé bolesti svalov, kĺbov, zvýšená teplota, zimnica, bolesť hlavy, únava a aj krátkodobé zväčšenie lymfatických uzlín. Tieto príznaky boli podľa štúdií aj individuálnych skúseností zvyčajne miernej alebo strednej intenzity a odzneli do niekoľkých dní po očkovaní,“ vysvetľuje lekárka.

Pripomína, že aj keď sú to očakávané reakcie, treba ich nahlásiť svojmu ošetrojúcemu lekárovi, rovnako ako prípadné iné neuvedené alebo nezvyčajné ťažkosti.

„Na tieto ťažkosti je tak, ako pri iných očkovaniach možné užiť lieky proti teplote alebo proti bolesti. Zistilo sa tiež, že preventívne použitie paracetamolu neovplyvňuje takúto imunitnú odpoveď na túto vakcínu, preto nie je nutné,“ podotkla.

Takisto sa neodporúča testovať paušálne osoby pred očkovaním na vylúčenie prítomnosti SARS-CoV-2, a to ani PCR, ani antigénovým testom, ani protilátkovými testami (BI), hoci prvé očkované osoby na Slovensku testované boli.

A čo pacienti s imunosupresívmi?

Vzhľadom na množstvo otázok najmä ohľadom očkovania u pacientov užívajúcich imunosupresíva (lieky, ktoré potláčajú imunitné reakcie) vydala Slovenská spoločnosť alergológie a klinickej imunológie SLS k očkovaniu svoje stanovisko, v ktorom sa o.i. uvádza:

Základné princípy očkovania mRNA vakcínou u pacientov s chronickými chorobami:

- Pacienta očkujeme počas stabilnej fázy ochorenia, pri dobrej klinickej kompenzácii.
- Neočkujeme počas akútnej exacerbácie (vzplanutí, zhoršení) základného ochorenia, respektíve krátko po nej (v závislosti od typu ochorenia od 2 – 6 týždňov po exacerbácii).

- Pacienta po očkovaní treba sledovať cca 30 minút.
- Keďže mRNA vakcína je neživá vakcína, nemá zásadné obmedzenia ani kontraindikácie pre očkovanie chronicky chorých pacientov s imunointervenčnou liečbou alebo bez nej.
- Chronická imunosupresívna liečba môže skôr viesť k zníženej účinnosti očkovania ako k jeho nežiaducim účinkom.

Pacienti liečení imunosupresívnou liečbou a trpiaci na rôzne formy autoimunitných ochorení majú mierne zvýšené riziko komplikovaného priebehu ochorenia Covid-19. Ak pacient užíva biologickú liečbu aplikovanú parenterálne (injekčne), štandardne je vhodné dodržať interval aspoň sedem dní pred a po očkovaní za účelom rozlíšenia prípadných vedľajších reakcií.

„Očkovanie nie je kontraindikované napríklad ani u pacientov liečených pre HIV, či HCV,“ dodáva lekárka.

Ak pacient nemôže byť očkovaný alebo má neistú postvakcinačnú ochranu, možno zvoliť tzv. cocoon stratégiu, teda očkovať jeho blízke osoby (napr. v domácnosti).

„Pri očkovaní proti Covid-19 mRNA vakcínou v tejto skupine pacientov postupujeme vysoko individualizovane s vyhodnotením pomeru prínosu a rizík,“ konštatuje lekárka v súlade so stanoviskom odbornej spoločnosti.

„Treba tiež podotknúť, že ak chronická imunosupresívna liečba môže viesť skôr k zníženej účinnosti očkovania ako k jeho nežiaducim účinkom, odporúčame aj očkovaným pacientom naďalej dodržiavať protiepidemické opatrenia a nariadenia kompetentných inštitúcií,“ dodáva MUDr. Varechová.

Očkovat' aspoň mesiac po orgánovej transplantácii

Ďalšou špecificky ohrozenou skupinou sú pacienti po transplantácii orgánov. Slovenská transplantologická spoločnosť vo svojom stanovisku odporúča tým, ktorí nedávno podstúpili transplantáciu orgánu, očkovanie najskôr mesiac po orgánovej transplantácii.

Zároveň odporúča očkovanie aj pacientom na čakacích listinách na orgánové transplantácie, ktorí sú vzhľadom k diagnóze zlyhania/zlyhávania životne dôležitého orgánu vo vysokom riziku ťažkého priebehu ochorenia COVID-19. Rovnako odporúča očkovanie osobám v blízkom kontakte s pacientami po transplantácii orgánov, napríklad osoby žijúce v spoločnej domácnosti.

Užívate lieky na riedenie krvi?

„Krátko sa zmienim o zásadách očkovania u pacientov užívajúcich antikoagulanty (lieky na riedenie krvi), keďže vakcinácia prebieha vpichom do svalu. Pacienti na stabilnej

antikoagulačnej liečbe, vrátane tých, ktorí užívajú warfarín, ktorí majú aktuálne plánované kontroly INR a ktorých najnovšia hodnota INR bola pod hornou hranicou terapeutického rozsahu, môžu dostať intramuskulárnu vakcínu,“ hovorí MUDr. Varechová.

V prípade akýchkoľvek pochybností sa treba podľa nej poradiť so špecialistom zodpovedným za predpisovanie alebo sledovanie antikoagulačnej liečby.

Čo (ne)robiť po očkovaní?

Na záver si ešte povedzme všeobecné zásady režimu po očkovaní.

„Chráňte sa naďalej pred možnou nákazou – telo sa potrebuje vysporiadať s vakcínou, aby si vytvorilo imunitu, navyše prvá dávka nechráni stopercentne. Podobne, ako po niektorých iných očkovaniach, sa neodporúča väčšia fyzická záťaž aspoň počas prvých dvoch až troch dní. V rámci opatrnosti neodporúčam v bezprostrednom období napríklad ani príliš dlhé cestovanie. Zaočkovaný by sa všeobecne mal, ak je to možné, vyhnúť veciam, ktoré predstavujú pre organizmus záťaž navyše. Ak je to len trochu možné, mal by si tiež dopriať dostatok spánku, kvalitnú stravu s obsahom prirodzených probiotík, pretože kondícia čreva má vplyv na imunitnú odpoveď organizmu. Nemal by tiež užívať alkohol, ktorý znižuje funkciu imunitného systému a môže tak znížiť účinok vakcíny,“ upozorňuje MUDr. Varechová

V úvode sme si povedali niečo o kontraindikáciách očkovania, teraz si povedzme, kto by mal všeobecne, bez ohľadu na pracovné prostredie, určite zvážiť očkovanie.

„Všeobecne možno z dostupných údajov povedať, že pacienti trpiaci na chronické choroby majú vyššie riziko rôznych infekčných komplikácií, vrátane Covid-19. Medzi najrizikovejšie ochorenia patrí hypertenzia, diabetes mellitus, chronická ischemická choroba srdca, spomedzi respiračných ochorení chronická obštrukčná choroba pľúc. Očkovanie môže byť tým, čo im pomôže prekonať toto ťažké obdobie,“ konštatuje lekárka.

Nadalej však podľa nej netreba zabúdať na epidemiologicky obozretné správanie, posilňovanie prirodzenej imunity a dodržiavanie liečebného režimu.