



UK Health  
Security  
Agency



**M**

**ODRA**

**M**

**ŚWINKA**

**R**

**RÓŻYCZKA**



**SZCZEPIENIE**

W niniejsze ulotce zostały  
przedstawione informacje  
dotyczące odry, świnki i  
różyczki oraz szczepionki  
MMR, która zabezpiecza przed  
wszyskimi trzema chorobami.



**i Szczepienia**

Ochrona dla wszystkich, w każdym wieku



## Co to jest odra?

Odra jest bardzo zakaźną chorobą wirusową przenoszoną drogą kropelkową. Istnieje duże prawdopodobieństwo, że w razie braku zabezpieczenia można zarazić się odrą nawet podczas chwilowego kontaktu z osobą chorą. Samopoczucie osób chorych jest bardzo złe, pozostają one najczęściej w domu przez około 10 dni. Nie istnieje kuracja ani lek na odrę.

**Objawy** odry to gorączka, bolesne zaczerwienione oczy i wysypka. U niektórych osób choroba może mieć bardzo niebezpieczny przebieg.

**Powikłania** występują najczęściej u osób z osłabionym układem odpornościowym, dzieci poniżej pierwszego roku życia oraz kobiet w ciąży. Do powikłań należą infekcje dróg oddechowych, zapalenie ucha, biegunka oraz zapalenie lub uszkodzenie mózgu. W przypadku powikłań chory może zostać umieszczony w szpitalu i poddany leczeniu.

### Czy odra jest niebezpieczna?

Tak. Mniej więcej jedno na 5000 zachorowań kończy się śmiercią. Od 2006 r. na terenie Anglii i Walii w wyniku odry zmarły 3 osoby.

## Co to jest świnka?

Świnka jest chorobą wirusową przenoszoną drogą kropelkową lub poprzez bliski kontakt z osobą zarażoną.

**Objawy** świnki utrzymują się zazwyczaj około dwóch tygodni i mogą obejmować ból głowy i gorączkę, jednak najczęstszym objawem jest obrzęk okolicy ślinianek przyusznych. Twarz chorego przypomina wtedy nieco „głowę chomika” i może powodować ból i trudności z przełykaniem.

**Powikłania** po śwince mogą być bardzo bolesne i obejmować zapalenie jajników lub jąder, a w rzadkich przypadkach zapalenie trzustki. Świnka może również spowodować wirusowe zapalenie opon mózgowych oraz zapalenie mózgu. Chociaż świnka bardzo rzadko prowadzi do trwałej utraty słuchu, mniej więcej jedna na 20 zarażonych osób może cierpieć na czasową jego utratę.

Nie ma obecnie leku na świnkę, można jedynie starać się łagodzić jej objawy. Po zachorowaniu na świnkę najlepiej pozostać w łóżku i zażywać środki przeciwbólowe. Pomocne może być również spożywanie miękkich pokarmów, które nie wymagają żucia. Większość przypadków świnki występuje obecnie wśród osób młodych, które nie otrzymały szczepionki MMR.

## Co to jest różyczka?

Różyczka, nazywana czasami niemiecka odra, jest chorobą wirusową, która obecnie rzadko występuje na terenie Wielkiej Brytanii dzięki skutecznej szczepionce MMR. Różyczka rozprzestrzenia się podobnie jak świnka i odra. W większości przypadków różyczka przebiega łagodnie i ustępuje po 7-10 dniach bez leczenia. Jednak u kobiet w ciąży może stanowić poważne zagrożenie dla nienarodzonego dziecka.

**Objawy** różyczki obejmują wysypkę, typowe symptomy jak przy przeziębieniu oraz ból stawów.

**Powikłania** po różyczce występują rzadko, ale w przypadku kobiet w ciąży mogą mieć groźne konsekwencje dla nienarodzonego dziecka, powodując zaćmę (uszkodzenie wzroku), głuchotę, problemy z sercem lub uszkodzenie mózgu.

# 1

## Jedna szczepionka

Szczepionka MMR jest pojedynczym zastrzykiem podawanym w udo małego dziecka lub w ramię starszych dzieci i dorosłych. Szczepionka jest żywa, co oznacza, że zawiera żywe, lecz osłabione wirusy odrę, świnki i różyczki. Wirusy osłabione są na tyle, aby powodować uodpornienie nie wywołując choroby.

.....

# 2

## Dwie dawki

Szczepionka MMR zapewnia długotrwałą ochronę już po podaniu dwóch dawek. Pierwsza dawka podawana jest po ukończeniu przez dziecko 12. miesiąca życia, druga w wieku około trzech lat i czterech miesięcy, przed rozpoczęciem nauki w szkole. Podanie dwóch dawek zapewnia długotrwałą ochronę przed odrą, świnką i różyczką. Osobom dorosłym oraz starszym dzieciom te dwie dawki mogą zostać podane w odstępie jednego miesiąca.

.....

# 3

## Trzy choroby

Szczepionka MMR zabezpiecza przed trzema chorobami: odrą, świnką i różyczką. Są to choroby wirusowe, które szybko rozprzestrzeniają się na niezabezpieczone dzieci i osoby dorosłe - szybciej niż grypa i przeziębienie.

.....



## Długotrwała ochrona

Szczepionka MMR jest najbezpieczniejszym i najskuteczniejszym sposobem ochrony przed odrą, świnką i różyczką. Od jej wprowadzenia w 1988 r. przypadki zachorowań w Wielkiej Brytanii należą do rzadkości. Zwiększona zachorowalność, szczególnie na odrę, pojawiła się po spadku liczby zaszczepionych osób. W razie niepewności, czy było się poddanym szczepieniu, można to sprawdzić u lekarza pierwszego kontaktu. Podanie kolejnych dawek nie wyrządzi krzywdy.

.....

# Kto powinien zostać zaszczepiony?

## Małe dzieci

Szczepionka powinna być podawana małym dzieciom w ramach krajowego programu szczepień. Proponowane są dwie dawki szczepionki, pierwsza tuż po ukończeniu pierwszego roku życia i druga przed rozpoczęciem nauki w szkole - zwykle w wieku trzech lat i czterech miesięcy.

## Starsze dzieci, młodzież oraz młode osoby dorosłe

Osoby, które nie zostały wcześniej zaszczepione lub otrzymały tylko jedną dawkę szczepionki MMR powinny skontaktować się z przychodnią lekarzy pierwszego kontaktu w celu przyjęcia zaległych dawek. Jeżeli we wczesnym dzieciństwie została podana jedna dawka szczepionki, wystarczy przyjąć drugą dawkę, bez względu na długość przerwy między nimi. W razie konieczności podania dwóch dawek, mogą one zostać podane w odstępie jednego miesiąca.

## Kobiety w wieku rozrodczym

Różyczka może stanowić poważne zagrożenie dla nienarodzonych dzieci, powodując u nich ślepotę, głuchotę, a nawet zgon. Kobiety

w wieku rozrodczym, nawet jeśli nie planują dziecka, powinny przyjąć dwie dawki szczepionki MMR przed zajściem w ciążę. W razie wcześniejszego nieprzyjęcia dwóch dawek szczepionki lub przyjęcia tylko jednej dawki, należy skontaktować się z przychodnią lekarzy pierwszego kontaktu w celu ich uzupełnienia. Ponieważ szczepionka jest żywa, należy unikać zaisc w ciążę przez miesiąc po jej podaniu, stosując przez ten czas skuteczne metody antykoncepcyjne.

Kobiety w ciąży oraz tuż po urodzeniu dziecka, które nie są pewne czy przyjęły dwie dawki szczepionki MMR, powinny porozmawiać o tym z lekarzem pierwszego kontaktu lub pielęgniarką podczas wizyty kontrolnej sześć tygodni po porodzie.

## Osoby dorosłe

Osoby dorosłe urodzone w Wielkiej Brytanii przed 1970 r. najprawdopodobniej przeszły odrę, świnkę i różyczkę w wieku dziecięcym lub otrzymały pojedyncze szczepienia przeciwko odrze i różyczce stosowane przed wprowadzeniem szczepionki MMR w 1988 r.

W razie niepewności, czy dana osoba przeszła wspomniane choroby lub została przeciw nim

zaszczepiona, należy poprosić lekarza pierwszego kontaktu o zaszczepienie. Należy przyjąć dwie dawki szczepionki w odstępie jednego miesiąca. Nawet w razie wcześniejszego przyjęcia szczepionek, ich dodatkowe podanie nie wyrządzi krzywdy, ponieważ system odpornościowy rozpozna i szybko zniszczy wirusy ze szczepionki.

## **Osoby urodzone lub dorastające za granicą**

Osoby urodzone lub dorastające za granicą mogą wymagać podania dwóch dawek szczepionki MMR. W różnych krajach stosowane są różne szczepienia. Nie wszystkie kraje korzystają ze skojarzonej szczepionki MMR. W razie braku dokumentacji dotyczącej szczepień lub niepewności, czy zostały podane, należy omówić te kwestie z lekarzem pierwszego kontaktu. Wymagane może być również podanie pozostałych szczepień, aby uzyskać pełne zabezpieczenie przed innymi chorobami.

## **Jak działa szczepionka MMR?**

Szczepionka MMR jest żywa i zabezpiecza przed trzema chorobami: odrą, świnką i różyczką. Dwie dawki szczepionki podawane są w formie zastrzyku w udo lub w ramię. Układ odpornościowy reaguje na szczepionkę produkując komórki, które rozpoznają i zapamiętują każdy z trzech wirusów. W razie kontaktu z którąkolwiek z tych chorób w przyszłości, komórki te budzą się i aktywizują organizm do gwałtownej produkcji przeciwciał. Ochrona ta jest zwykle długotrwała.



## Na ile bezpieczna jest szczepionka?

Skojarzona szczepionka MMR od wielu lat bezpiecznie chroni dzieci w wielu krajach na całym świecie. Od czasu wprowadzenia w Wielkiej Brytanii w 1988 r. podano miliony jej dawek. Przed wprowadzeniem szczepionek do użycia, muszą one zostać dokładnie zbadane pod względem bezpieczeństwa. Chociaż po podaniu szczepionki mogą wystąpić skutki uboczne, są one zwykle łagodne i mniej groźne niż sama choroba. Gwałtowne reakcje na szczepionkę występują rzadko.

Przeprowadzono liczne badania mające na celu sprawdzenie bezpieczeństwa i skuteczności szczepionki MMR. Dowody świadczą wyraźnie, że nie istnieje żaden związek pomiędzy szczepionką i autyzmem.

## Czy szczepionka jest skuteczna?

Tak. Szczepionka skutecznie zabezpiecza przed odrą, świnką i różyczką.

Ponad 99% osób, którym podano dwie dawki szczepionki uzyskuje ochronę przed odrą i różyczką. Chociaż ochrona przed świnką jest nieznacznie niższa, u osób zaszczepionych choroba przebiega znacznie łagodniej.

Po wprowadzeniu szczepionki MMR w Wielkiej Brytanii w 1988 r. rzadko występują przypadki zachorowań wśród dzieci. W ostatnich latach pojawiły się epidemie odry i świnki. Występują one najczęściej na obszarach o niskim poziomie zaszczepień, mogą jednak pojawić się w każdym czasie, dlatego ważne jest zabezpieczenie się dwoma dawkami szczepionki MMR.

## Jakie są skutki uboczne szczepionki?

Nie u wszystkich zaszczepionych występują skutki uboczne. Aby zapewnić ochronę, szczepionka naśladuje trzy choroby, przed którymi ma zabezpieczać. U niektórych osób może wystąpić wysypka przypominająca łagodną formę odry, opuchlizna twarzy, jak przy śwince lub ból stawów, jak podczas różyczki. Te skutki uboczne występują u niewielkiej liczby osób po podaniu pierwszej dawki.

Skutki uboczne powodowane przez tę część szczepionki, która odpowiada za odrę, są zwykle widoczne, kiedy szczepionka zaczyna działać - około 6–10 dni po jej podaniu. Opuchlizna twarzy lub ból stawów występują zwykle po upływie od dwóch do trzech tygodni po zaszczepieniu, kiedy zaczynają działać szczepionki przeciwko śwince i różyczce.

Skutki uboczne, takie jak wysypka lub opuchlizna szyi ustępują zwykle po 2-3 dniach i nie są zakaźne. Oznacza to, że po ich pojawieniu się, nie można zarazić innych osób.

W rzadkich przypadkach, w ciągu sześciu tygodni po szczepieniu może pojawić się czerwono-fioletowa wysypka przypominająca siniaki.

## **Dlaczego należy zaszczepić siebie lub swoje dzieci?**

Należy przyjąć szczepionkę, aby zabezpieczyć się przed trzema niebezpiecznymi chorobami. Pomoże to również w ochronie osób, które nie mogą zostać zaszczepione. Należą do nich dzieci w łonie matki, niemowlęta, które są zbyt małe, aby podać im szczepionkę oraz dzieci i osoby dorosłe, które mają osłabiony system odpornościowy. Można dzięki temu zapobiec wybuchom epidemii choroby.

Szczepionkę powinny również przyjąć osoby, które pracują z małymi dziećmi lub świadczą opiekę w ramach pracy. Zarażenie świnką dzieci, które są zbyt małe, aby

podać im szczepionkę MMR lub osób w złym stanie zdrowia może mieć dla nich poważne skutki zdrowotne. Dla ostrożności kobiety powinny unikać zajścia w ciążę przez miesiąc po podaniu im szczepionki MMR.

## **Czy szczepionka MMR zawiera żelatynę?**

W Wielkiej Brytanii stosowane są dwie szczepionki MMR i obydwie są bardzo skuteczne. Jedna z nich zawiera żelatynę wieprzową. Osoby, które wolą otrzymać szczepionkę bez żelatyny powinny porozmawiać o tym z pielęgniarką lub lekarzem pierwszego kontaktu.



**W razie jakichkolwiek przypuszczeń, że doszło do zachorowania na odrę, świnkę lub różyczkę ważne jest, aby ograniczyć ryzyko rozprzestrzenienia się zakażenia na inne osoby. Należy:**

- Zasięgnąć porady telefonicznej u lekarza pierwszego kontaktu. Konieczne może być umówienie wizyty lekarskiej pod koniec godzin pracy przychodni, aby uniknąć kontaktu z osobami, które są podatne na zakażenie, takimi jak małe dzieci i kobiety w ciąży.
- Nie chodzić do pracy lub do szkoły przez co najmniej cztery dni od pojawienia się wysypki w przypadku odry.
- Ustalić przyjęcie zaległych dawek szczepionki po powrocie do zdrowia. Zapewnią one ochronę przed dwoma pozostałymi chorobami.

## **Czy istnieją osoby, którym nie należy podawać szczepionki MMR?**

Ponieważ MMR jest żywą szczepionką, nie powinna być podawana kobietom w ciąży ani osobom o obniżonej odporności, na przykład po przeszczepie szpiku kostnego lub przyjmujących leki immunosupresyjne.

W razie wątpliwości należy skonsultować się z lekarzem. Szczepionki nie powinny przyjmować osoby o stwierdzonej reakcji anafilaktycznej na neomycynę. Osoby o stwierdzonej reakcji anafilaktycznej na żelatynę powinny ustalić z lekarzem pierwszego kontaktu podanie szczepionki bez żelatyny.

## **Uczulenie na jajka**

Wszystkie osoby uczulone na jajka oraz dzieci chore na astmę powinny mieć podaną szczepionkę MMR w przychodni lekarzy pierwszego kontaktu. Wszystkie osoby z udokumentowaną reakcją anafilaktyczną na szczepionkę MMR powinny zostać zbadane przez alergologa.

## Jakie są objawy podmiotowe i przedmiotowe?

### Odra

Gorączka, objawy jak przy przeziębieniu, wysypka, ból oczu oraz zapalenie spojówek

### Świnka

Gorączka, ból głowy i powiększone węzły chłonne twarzy

### Różyczka

Powiększone węzły chłonne, ból gardła, temperatura i wysypka

## Czy są niebezpieczne?

### Tak

1 na 5 osób wymaga hospitalizacji, a u 1 na 15 rozwiną się poważne powikłania.

Odra może spowodować głuchotę, napady drgawkowe, uszkodzenie i obrzmienie mózgu.

Od 2006 r. odnotowano trzy zgony w wyniku odry na terenie Wielkiej Brytanii.

### Tak

Chociaż w większości przypadków choroba przebiega łagodnie, świnka może spowodować wirusowe zapalenie opon mózgowych oraz bolesne zapalenie jajników lub jąder, a w rzadkich przypadkach zapalenie trzustki.

### Tak

Chociaż choroba przebiega łagodnie, zakażenie różyczką w okresie ciąży może stać się przyczyną poważnej choroby u nienarodzonego dziecka, takiej jak głuchota, ślepotą, a nawet prowadzić do śmierci.

## Komu należy podać szczepionkę?

- Wszystkie dzieci, które ukończyły pierwszy rok życia powinny otrzymać dwie dawki szczepionki. Pierwsza dawka podawana jest zwykle po ukończeniu przez dziecko dwunastego miesiąca życia, druga w wieku około trzech lat i czterech miesięcy.
- Starszym dzieciom i osobom dorosłym dwie dawki mogą zostać podane w odstępie jednego miesiąca.
- Kobiety ciężarne powinny zapewnić sobie ochronę przed zająciem w ciążę lub poddać się szczepieniu wkrótce po urodzeniu dziecka.

## Gdzie można otrzymać szczepionkę?

### W przychodni lekarzy rodzinnych

- Szczepionka powinna być dostępna dla wszystkich dzieci w wieku od jednego roku do trzech lat i czterech miesięcy w ramach rutynowych szczepień w przychodni lekarzy pierwszego kontaktu.

- Starsze dzieci i osoby dorosłe powinny skontaktować się z przychodnią, jeżeli przyjęły tylko jedną dawkę szczepionki lub nie przyjęły jej wcale.
- Kobiety w ciąży mogą zostać zaszczepione w przychodni lekarzy pierwszego kontaktu po urodzeniu dziecka, o ile nie posiadają udokumentowanego podania dwóch dawek szczepionki.

### W szkole

Brakujące dawki szczepionki MMR bywają podawane nastolatkom i młodym osobom dorosłym wraz z innymi szczepieniami przypominającymi.

### W zakładowej jednostce służby zdrowia

Pracownicy służby zdrowia posiadający bezpośredni kontakt z pacjentami powinni zapewnić im ochronę przed tymi trzeba chorobami.



**Nigdy nie jest za późno na zaszczepienie osób, które nie przyjęły dwóch dawek szczepionki.**

**Odra nie jest  
problemem  
dotyczącym  
wyłącznie dzieci**



**Więcej informacji na temat MMR można znaleźć na stronie internetowej**

[www.nhs.uk/conditions/vaccinations/pages/mmr-vaccine.aspx](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/pages/mmr-vaccine.aspx)



© Crown copyright 2017  
3219250 2p 75K sierpień 2017 r. (APS)

Pierwsza publikacja czerwiec 2016 r.

Treść niniejszego dokumentu może być powielana bez oficjalnej zgody oraz opłat za wykorzystanie na potrzeby własne lub wewnątrzzakładowe.

Dodatkowe egzemplarze ulotki można zamówić na stronie internetowej: [www.healthpublications.gov.uk/Home.html](http://www.healthpublications.gov.uk/Home.html)

lub pod numerem telefonu: 0300 123 1002,

Minicom: 0300 123 1003

(w godz. od 8:00 do 18:00, od poniedziałku do piątku)

[www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)