

# KAS SUL ON KÜSIMUSI COVID-19 VAKTSIINI KOHTA?

## Teave avalikkusega kokkupuutuvatele töötajatele

Sinu töö on tähtis. Teistega kokkupuutumine võib suurendada sinu viirusega kokkupuutumise ohtu. Sinu tervis ja ohutus on meie jaoks olulised, seega toetame sind vaksineerimisel, kui sulle seda võimalust pakutakse.

COVID-19 viirusega kokku puutudes võib vanusest olenemata haigestuda igaüks. Enamik haigestunutest põeb seda kergelt ja lühidalt, kuid paljudel kulgeb haigus raskelt ja nad vajavad haiglaravi. COVID-19 on põhjustanud selles riigis juba üle 100 000 surmajuhtumi. Vaksineerimine mängib olulist rolli edasiste COVID-19 surmade ärahoidmises ja aitab meil normaalse elu juurde tagasi pöörduda.

See on igati normaalne, kui sul on mis tahes ravimi, sealhulgas vaktsiinide kohta küsimusi. Kui sa pole veel vaksineeritud, kuna sul on kahtlusi, võib alltoodud teave olla sulle kasulik.

### **1. Ma pole ühegi perearsti (GP) juures registreeritud / mul puudub NHS-i number ...**

Kui sulle pakutakse vaksineerimist, peaksid enese ja teiste kaitsmiseks võimalust kasutama olenemata sellest, kas oled perearsti juures registreeritud või ei.

Siiski soovitame endale perearsti valida. Inglismaal on igaühel õigus perearsti juures registreeruda ja tasuta tema poole pöörduda. Sinu rändestaatus pole seejuures oluline ja sul ei pea olema püsivat aadressi. Võta registreerumiseks lihtsalt ühendust lähima arstikabinetiga (kohaliku perearstipraksise leiad siit:

<https://www.nhs.uk/service-search/find-a-gp>

### **2. Olen mures, et vaktsiin mõjutab minu viljakust ...**

Selliste kõrvaltoimete kaalumise on vastutustundlik, eriti kui proovid aktiivselt rasestuda. Puuduvad tõendid selle kohta, et mõni Ühendkuningriigis pakutav vaktsiin mõjutaks viljakust. Dr. Edward Morris, õppeasutuse Royal College of Obstetricians and Gynaecologists president (arstid, kes on spetsialiseerunud rasedusega seotud probleemidele), ütles: „Tahame naistele kinnitada, et pole tõendeid, mis viitaksid sellele, et COVID-19 vaktsiinid mõjutaksid viljakust. Väited COVID-19 vaksineerimise mis tahes mõjust viljakusele on spekulatiivsed ja neid ei toeta mitte mingisugused andmed.“

Vaktsiini osas otsuse tegemisel peaksid kaaluma ka COVID-19 nakatumise võimalikke tagajärgi raseduse ajal (see võib juhtuda, kui sa end ei vaksineeri). Mõned inimesed haigestuvad raskelt, mis võib mõjutada ka sündimata lapsi.

### **3. Toidan last rinnaga ja muretsen, et vaktsiin võib mu last kahjustada ...**

Enamik rinnaga toitvaid emasid on väga ettevaatlikud kõige suhtes, mida nad oma kehasse lubavad, veendumaks, et nad ei kahjusta oma last. Võib-olla oled näinud, et pole tõendeid selle kohta, et vaktsiinid oleksid raseduse ja rinnaga toitmise ajal ohutud. Selle põhjuseks on asjaolu, et rasedaid ja imetavaid naisi ei kaasatud ohutusuringutesse.

Ekspertid on aga ühel nõul, et imetavatele emadele ei kaasne vaktsineerimisega mingit teadaolevat ohtu. Imetavatele naistele pakutakse ka paljusid muid vaktsiine. Seda seisukohta toetab Royal College of Midwives. Kui sul on kahtlusi, räägi kindlasti oma meditsiiniõega.

Organisatsiooni Tommy's veebisaidil on palju kasulikku teavet:

<https://www.tommys.org/pregnancyhub/blogs-stories/covid-19-vaccine-pregnancy-and-breastfeeding>

#### **4. Olen kuulnud, et vaktsiin töötati välja loomsete saaduste abil – see on aga vastuolus minu tõekspidamistega ...**

Ühendkuningriigis pakutavad vaktsiinid ei sisalda loomset päritolu saaduseid. Saadaval pole ühtegi sellist vaktsiini, mille väljatöötamise käigus poleks kasutatud loomkatseid. Organisatsioonid nagu Vegan Society tunnistavad, et vaktsiin on inimeste päästmise oluline osa.

Lisateavet leiad siit: <https://vegsoc.org/lifestyle/covid-19-vaccines/>

#### **5. Mul on allergia (või anafülaksia), nii et ma ei peaks vaktsineerima ... Muretsen, kas vaktsiin on ikka ohutu ...**

Praegune soovitus on ikkagi vaktsineerida, v.a juhul kui:

- sul on olnud tõsine allergiline reaktsioon vaktsiini mõne koostisosa suhtes (lingid sellele teabele on toodud käesoleva dokumendi lõpus) või
- sul tekkis pärast esimest COVID-19 vaktsiini annust anafülaksia.

Kui sa pole kindel, pea nõu oma perearstiga. Kindluse mõttes arutatakse allergiaid enne iga vaktsineerimist.

#### **6. Muretsen, kas vaktsiin on ikka ohutu ...**

Mis tahes ravimite, sealhulgas vaktsiinide puhul on selle ohutuses veendumine levinud küsimus.

Suurbritannias kasutamiseks heaks kiidetud vaktsiinid vastavad rangetele ohutuse, kvaliteedi ja tõhususe standarditele, mille on kehtestanud sõltumatu ravimite ja tervishoiutoodete reguleerimise amet (MHRA).

Kõik heakskiidetud koroonaviiruse vaktsiinid peavad läbima kõik kliinilised uuringud ja ohutuskontrollid, mille läbivad ka kõik muud litsensitud ravimid. MHRA järgib rahvusvahelisi ohutusstandardeid.

Välja töötatakse ka teisi vaktsiine. Need tehakse NHS-is kättesaadavaks alles siis, kui need on põhjalikult testitud, et tagada nende ohutus ja tõhusus. Siiani on COVID-19 vastu vaktsineeritud miljoneid inimesi ja teated tõsistest kõrvaltoimetest, nagu allergilised reaktsioonid, on olnud väga haruldased. Pikaajalistest tüsistustest pole teatatud.

#### **7. Mulle tundub, et seda kõike tehti liiga kiiresti ...**

Selle pandeemia tõsiduse tõttu on kogu maailma teadlased teinud koostööd vaktsiinide kiireks väljatöötamiseks. Võrreldes sellega, kui kaua ravimite väljatöötamiseks tavaliselt aega kulub, on COVID-19 vaktsiinide kasutuselevõtmine alates arendustöö algusest läinud väga kiiresti. Selle põhjuseks on asjaolu, et COVID-19 vaktsiini leidmine oli nii oluline, et sellele protsessile pühendati palju jõupingutusi ja ressursse. Vaktsiini kallal töötamine seati esikohale, nii et selles ei tekkinud mingeid viivitusi.

## **8. Olen kõigi vaktsiinide suhtes ettevaatlik ...**

Ettevaatus on igati mõisteta ja kui tunned end ebakindlalt, aitab tutvumine faktide ja kvaliteetse teabega (vt infolehe lõpus olevaid linke). Oluline on veenduda nähtava või kuuldava teabe õigsuses, kuna liikvel on palju valeinfot.

Vaktsiinid on olnud paljude aastate jooksul hea rahvatervise oluline osa. Just nende abil saame kontrolli all hoida selliseid haigusi nagu lastehalvatus või tuberkuloos. Ilma massilise vaktsineerimiseta leviksid need haigused edasi ja tapaksid paljusid inimesi. Tuhanded ja tuhanded inimesed Ühendkuningriigis saavad igal aastal vaktsiine ilma, et neil ilmneks mingeid negatiivseid kõrvaltoimeid.

Mida rohkem inimesi konkreetse haiguse vastu vaktsineeritakse, seda tõhusam on selle haiguse tõrjumine.

## **9. Minu perel/sõpradel teises riigis on teistsugused andmed kui see, mida mulle räägitakse ...**

See on üsna tavaline, et eri riikides jagatakse pisut erinevaid nõuandeid. Nad kõik annavad nõu, mis on nende elanikkonnale parim. Samuti kasutatakse eri riikides erinevaid vaktsiine, nii et kui otsid teavet, veendu, et see oleks seotud Ühendkuningriigis pakutavate vaktsiinidega, mis on praegu:

- Pfizeri/BioNTechi vaktsiin;
- Oxford Astra-Zeneca vaktsiin.

Moderna vaktsiin on nüüd Ühendkuningriigis heaks kiidetud ja tõenäoliselt hakatakse seda varsti kasutama.

## **10. Kõigi nende uute variantidega arvan, et sellel pole mõtet ...**

Kõik viirused muutuvad (muteeruvad), kui nad ennast kopeerivad, et leida viise ellujäämiseks. Seetõttu on uute variantide tekkimine üsna ootuspärane.

Praegu kasutatavad vaktsiinid töötati välja viiruse varasemate variantide järgi, kuid see ei tähenda, et need ei pakuks uute variantide eest mingit kaitset. Saame pidevalt uut teavet vaktsiinide tõhususe kohta eri variantidega.

Kuna see kõik on nii uus, ei tea teadlased veel täpselt, kui tõhusad on praegused vaktsiinid uute variantide eri haigestumise astmete puhul.

Vaktsineerimata jätmine tähendab aga, et sa pole kaitstud mitte ühegi variandi eest.

## **11. Kardan, et mul tekib tromboos ...**

Mõnedes riikides on trombi tekkimise hirmus peatatud ühe vaktsiini (Oxford AstraZeneca) kasutamine. Maailma Terviseorganisatsioon, Euroopa Raviamet ja Ühendkuningriigi raviametid (MHRA) on aga kõik öelnud, et vaktsiini kasulikkus kaalub selle riskid üles.

Üle 17 miljoni inimese kogu Euroopas on seda vaktsiini saanud ja nende hulgas on tromb tekkinud väga vähestel. Tõtt-öelda on neid juhtumeid olnud vähem, kui nii suure valimi puhul võiks arvata, seda eriti vanema elanikkonna hulgas, kes vaktsineeriti esmajärjekorras.

Covid-19 nakkusega inimeste hulgas on aga trombid tekkinud levinud probleem. Seega on sinu tromboosioht Covid-19 nakkuse saamisel palju suurem kui vaktsineerimisel.

## **12. Olen kuulnud, et vaktsineerimist peab igal aastal kordama ...**

Me lihtsalt ei tea veel, milline on Covid-19 vaktsiinide tulevik. Seda, kui tõhusalt esimesed kaks annust uute tüvede vastu kaitsevad ja kui kaua see kaitse kestab, näitab aeg. Kui iga-aastane vaktsineerimine osutub tõepoolest vajalikuks, ei erine see kuidagi praegusest gripivastase vaktsineerimise programmist.

Me teame, et praegused vaktsineerimised vähendavad vaktsineeritud inimeste raske haigestumise ja surma riski märkimisväärselt.

## **13. Minu kogemus esimese annusega oli ebameeldiv ...**

Enamikul inimesel on levinud kõrvaltoimeteks süstekäe valu või peavalu. Nende mõlema vastu aitab tõhusalt parasetamool (kui inimene tohib seda kasutada). Meil on kahju, kui sa oled üks neist vähestest, keda tabasid raskemad kõrvalnähud.

Kui oletad, et teise annusega võib samamoodi minna, võid proovida selleks valmistuda, valides kuupäeva, millele järgneval päeval sul pole palju kohustusi, ja võttes võib-olla pärast vaktsineerimist parasetamooli. Enamiku inimeste jaoks on vaktsineerimise lühiajalised kõrvaltoimed kergemad kui Covid-19 nakatumise tagajärjed.

Kui sinu halb kogemus oli seotud pigem keskkonna kui vaktsiiniga, pea meeles, et võid soovi korral broneerida teise annuse saamise teises kohas. Helista lihtsalt numbrile 119, et leppida vaktsineerimiseks kokku teine koht.

## **14. Kust ma saan täpsemat teavet?**

Kui otsid ise teavet, kasuta alati usaldusväärseid allikaid nagu NHS:

<https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/coronavirus-vaccine/>

Üksikute vaktsiinide, sealhulgas nende koostisosade kohta leiad lisateavet allolevatelt linkidelt. See teave võib olla väga tehniline ja kui vajad kedagi, kes seda selgitaks või vastaks sinu küsimustele vaktsiinide kohta, võid küsida oma arstilt (või muult tervishoiutöötajalt, näiteks ämmaemandalt) või tervishoiutöötajalt, kes sulle vaktsiini pakub.

[https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/955901/Temporary\\_Authorisation\\_Patient\\_Information\\_BNT162\\_6\\_0\\_UK\\_clean.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/955901/Temporary_Authorisation_Patient_Information_BNT162_6_0_UK_clean.pdf)

[https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment\\_data/file/948335/Information\\_for\\_UK\\_recipients\\_COVID-19\\_Vaccine\\_AstraZeneca.pdf](https://assets.publishing.service.gov.uk/government/uploads/system/uploads/attachment_data/file/948335/Information_for_UK_recipients_COVID-19_Vaccine_AstraZeneca.pdf)

Mis kahtlusi sul vaktsiinide kohta ka poleks, võta julgelt ühendust oma perearsti kabineti või mõne muu meditsiinitöötajaga, kes vastavad hea meelega sinu küsimustele.

**Vaktsineerimistel on pandeemia lõpetamisel määrav roll.**