



# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## SADRŽAJ

<b>A</b>	Kako mi ovaj edukativni materijal može pomoći? .....	5
<b>B</b>	Zašto je važno cijepiti se? .....	7
<b>C</b>	Koga treba cijepiti? .....	9
<b>D</b>	Koje se bolesti mogu spriječiti procjepljivanjem? .....	13
<b>E</b>	Jesu li cjepiva škodljiva? .....	25
<b>F</b>	Vaše je pravo zatražiti prevoditelja .....	27
<b>G</b>	Odgovori na pitanja koja proizlaze iz uobičajenih razloga za zabrinutost i krivih poimanja o cjepivima i cijepljenju .....	29
<b>H</b>	Korisni metodološki alati	
	Gdje se mogu cijepiti? .....	33
	Što ako nisam zdravstveno osiguran(a) te si ne mogu priuštiti cijepljenje ili cijepljenje svoje djece? .....	33
	Zabilježbe o procijepljenosti (Knjižica cijepjenja) odraslih osoba .....	37
	Zabilježbe o procijepljenosti (Knjižica cijepjenja) djece .....	39

# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## Kako mi ovaj edukativni materijal može pomoći?

Ovaj materijal osmišljen je tako da Vas informira o cijepljenju i cjepivima i pomogne Vam da bolje razumijete smisao i dobrobiti procjepljivanja.

### Nakana mu je pomoći Vam da:

- Saznate više o tome zašto su cjepiva i cijepljenje važni te kako Vas mogu zaštititi;
- Saznate koje se bolesti mogu spriječiti procjepljivanjem;
- Dobijete korisne informacije o tome gdje se možete cijepiti;
- Dobijete svoju osobnu dokumentaciju o procijepljenosti (Knjižicu cijepljenja)

### Kako mogu koristiti ovaj materijal?

- Proučite ovaj edukativni materijal; budete li imali bilo kakvih pitanja, postavite ih svome liječniku.
- Ovaj edukativni materijal pokažite svakoj osobi za koju mislite da bi mogla biti zainteresirana za cijepljenje.
- Zabilježbe o procijepljenosti (Knjižicu cijepljenja), koja čini dio ovoga edukativnoga materijala, možete odnijeti svome liječniku. Zamolite ga da u nju upiše podatke o Vašoj procijepljenosti. Knjižicu imajte uza se svaki put kada odlazite liječniku.

# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## B

### Zašto je važno cijepiti se?

**Cjepiva štite od određenih zaraznih bolesti zbog kojih se ljudi mogu teško razboljeti, ostati invalidi pa čak i umrijeti.** Svakoga dana diljem svijeta milijuni ljudi umiru od bolesti koje je moguće spriječiti procjepljivanjem.

Iz godine u godinu cijepljenjem se sprječava brojne slučajeve obolijevanja od zaraznih bolesti i spašava milijune života. Osim toga, neke bolesti koje su u prošlosti ljude ubijale ili ih činile invalidima, danas su posve nestale.

*Primjerice, zahvaljujući cijepljenju protiv ove bolesti, male boginje su danas iskorijenjene svugdje u svijetu. Radilo se o vrlo opasnoj bolesti koja danas više ne postoji! Stoga Vašu djecu danas više ne treba cijepiti protiv malih boginja.*

**Nastavimo li i nadalje s praksom redovitoga procjepljivanja, neke bolesti koje danas haraju posve će nestati te djeci budućih pokoljenja više neće moći nauditi!**

# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## Koga treba cijepiti?



**Cjepiva mogu spasiti život Vašega djeteta!**

Djeca i nadalje obolijevaju od bolesti koje je procjepljivanjem moguće spriječiti. Dapače, u zadnjih su nekoliko godina neke bolesti koje je procjepljivanjem bilo moguće spriječiti, učestalije negoli prije.

Napose su osjetljiva novorođenčad i dojenčad, kojima je u borbi protiv nekih zaraznih bolesti nužno pružiti pomoć.

- Možete ih zaštititi procjepljivanjem u ranoj životnoj dobi.
- Iznimno je važno da se Vaša djeca cijepe pravodobno, u točno određenoj životnoj dobi.
- Zapamtite da je u cilju jačanja imunološkoga sustava Vašega djeteta neka cjepiva potrebno dati višekratno.

**O tome kada je Vaše dijete potrebno cijepiti porazgovarajte s Vašim liječnikom.**



### ✓ Odrasle je osobe također nužno cijepiti

Brojne odrasle osobe svake godine obolijevaju, ostaju invalidi ili umiru zbog bolesti koje inače lako spriječiti procjepljivanjem.



- Svaka osoba, od novorođenčadi preko mladih odraslih osoba pa sve do osoba starije životne dobi, mogu imati koristi od procjepljivanja. Za cijepljenje nikada niste prestari.
- Da biste od nekih bolesti bili zaštićeni cijeloga života, u odrasloj dobi nužno cijepiti se više puta.

**Nastavno su nabrojena neka cjepiva koja se preporučuje primiti u odrasloj dobi:** cjepivo protiv gripe, cjepivo protiv tetanusa, cjepivo protiv difterije, cjepivo protiv hripavca, cjepivo protiv pneumokoknih i meningokoknih infekcija, cjepivo protiv infekcija uzrokovanih herpes zoster virusom („pojasastoga osipa“) te virusom hepatitisa A i hepatitisa B. Više o nekima od njih možete pročitati na stranici 14.

### ✓ Procjepljivanjem ne štitite samo sebe, već i ljude oko sebe

Cjepiva pomažu i Vama i cijepljenim članovima Vaše obitelji. Štoviše, prekidanjem „lančanoga puta“ prijenosa zaraze ona pomažu i drugim članovima Vaše društvene zajednice: cjepiva naime onemogućuju prijenos bolesti s jedne osobe na drugu. Što je više osoba procijepljeno, to je mogućnost širenja uzročnika bolesti među stanovništvom manja.



### Zapamtite!

Nikada nije prekasno da se cijepite; isto vrijedi i za članove Vaše obitelji.

Je li se Vaše dijete propustilo cijepiti? Je li Vaše dijete u dobi starijoj od one u kojoj se preporuča cijepljenje određenim cjepivom?

**Molimo upitajte Vašega liječnika što učiniti u takvome slučaju!**



# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## Koje je bolesti moguće spriječiti procjepljivanjem?

**Cjepiva mogu pružiti sigurnost kako Vama, tako i Vašoj djeci.** Ona Vas mogu zaštititi od brojnih teških, a ponekad i po život opasnih infekcija. **Ne cijepite li se, Vi i članovi Vaše obitelji mogli biste se jako razboljeti.**


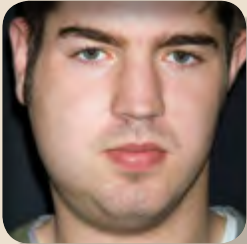

Neka je cjepiva nužno dati većini djece i odraslih osoba. Druga su pak potrebna samo određenim skupinama ljudi (primjerice, ovisno o tome koji na kojem radnom mjestu trenutno radite, koje ste životne dobi i kakvoga ste zdravstvenoga stanja). Propisi koji reguliraju program procjepljivanja u državi u kojoj sada živite, mogu se razlikovati od istovjetnih propisa koji vrijede u Vašoj domovini.

**Kako biste saznali koja cjepiva trebate primiti, molimo obratite se svome liječniku.**



Informacije o nekim bolestima koje se mogu spriječiti procjepljivanjem naći ćete u donjoj tablici.

Prenosiva (zarazna) bolest	Način prijenosa	Simptomi	Komplikacije
<b>Hepatitis A</b> 	<p>U izravnom doticaju, putem kontaminirane hrane i vode.</p>	<p>Hepatitis A može prouzročiti: gubitak apetita, vrućicu, povraćanje, bol u trbuhu i tamnjenje mokraće</p> <p>Često, napose u djece mlađe od šest godina, simptomi mogu i posve izostati.</p>	<p>Zaraženi virusom hepatitisa A rijetko razviju tešku kliničku sliku. Bolest može biti neugodna te se možete osjećati poprilično loše,</p> <p>no većina oboljelih posve se oporavi. Vjerojatnost da se razviju teški hepatitis i zatajenje jetre je mala, no ipak postoji.</p> <p>Za hepatitis A ne postoji nikakva posebna terapija, no moguće ga je spriječiti procjepljivanjem <b>odgovarajućim cjepivom protiv ove bolesti</b>.</p>
<b>Hepatitis B</b> 	<p>Doticaj s krvlju ili drugim tjelesnim tekućinama zaražene osobe.</p>	<p>Simptomi mogu posve izostati. U nekih se osoba razviju akutne tegobe kakve su žućenje kože i očiju (žutica), tamnjenje mokraće, izraziti umor, mučnina, povraćanje i bol u trbuhu, koje traju nekoliko tjedana.</p>	<p>U nekih osoba virus hepatitisa B može biti razlogom kronične infekcije jetre koja kasnije može prerasti u cirozu ili rak jetre.</p> <p>Vjerojatnost da infekcija ovim virusom preraste u kroničnu, ovisi o životnoj dobi u kojoj je osoba zaražena.</p> <p>Vjerojatnost da će infekcija virusom hepatitisa B prijeći u kroničnu, najveća je u male djece.</p>
<b>Morbili (ospice)</b> 	<p>Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.</p>	<p>Simptomi su osip i visoka tjelesna temperatura, curenje nosa i kašalj. Osip isprva izbija na licu i gornjem dijelu vrata, a potom se polako širi naniže.</p>	<p>Ospice mogu ishoditi komplikacijama kakve su infekcija pluća ili uha. Mogu se razviti i teške komplikacije poput upale mozga (encefalitisa) i/ili trajnoga oštećenja mozga i smrti.</p> <p>Iako za ospice nema posebne terapije, moguće ih je spriječiti procjepljivanjem tzv. <b>MO-PA-RU cjepivom</b> (od lat. <b>morbili, parotitis, rubeolla</b>; u eng. izvoriku: <b>MMR; od measles, mumps, rubella</b>).</p>



Prenosiva (zarazna) bolest	Način prijenosa	Simptomi	Komplikacije
<b>Varicella</b> (vodene kozice) 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Infekcija obično počinje vrućicom i osipom koji izbija na licu, a potom se širi na ostale dijelove tijela. Isprva izgleda poput crvenih kvržica koje se u konačnici pretvaraju u mjehuriće.	<p>Vodene kozice u načelu nisu teška bolest, no u inače zdrave djece bolest (u manje od 1-og na svakih 10 000 slučajeva) mogu poprimiti teški pa čak i smrtonosni oblik.</p> <p>Vodene kozice mogu prouzročiti upalu pluća, bakterijsku infekciju te upalu jetre i mozga.</p> <p>Komplikacije se učestalije javljaju u mladeži i odraslih osoba te osoba čiji je obrambeni sustav narušen.</p> <p>Iako za vodene kozice nema posebne terapije, moguće ih je spriječiti procjepljivanjem <b>odgovarajućim cjepivom protiv ove bolesti.</b></p>
<b>Mumps</b> (zaušnjaci) 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Zaušnjaci mogu uzrokovati vrućicu i otok žlijezda smještenih ispred ušiju te iznad čeljusti.	<p>Zaušnjaci mogu prouzročiti infekciju mozga (encefalitis) te ishoditi gubitkom sluha (gluhoćom) i smanjenjem plodnosti ili, u rijetkim slučajevima, neplodnošću (nemogućnošću začeća djeteta).</p> <p>Iako za zaušnjake nema posebne terapije, ovu je bolest moguće spriječiti <b>MO-PA-RU (eng. MMR) cjepivom.</b></p>
<b>Rubella</b> (crljenac ili rubeola tzv. „njemačke ospice“ ) 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Simptomi isprva nalikuju onima gripe. Kasnije izbija crvenkasti osip koji ne svrbi.	<p>Rubeola u načelu nije teška bolest. Bolest je najopasnija kada od nje oboli trudnica u prvim tjednima trudnoće: oboljela trudnica može izgubiti dijete ili virus može znatno naškoditi zdravlju njezina nerođenoga djeteta, slijedom čega dijete može oglušiti ili da virus može oštetiti srce i oči.</p> <p>Iako za rubeola nema posebne terapije, ovu je bolest moguće spriječiti <b>MO-PA-RU (eng. MMR) cjepivom.</b></p>

Prenosiva (zarazna) bolest	Način prijenosa	Simptomi	Komplikacije
<b>Pneumokokne infekcije</b> 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Pneumokok uzrokuje: <ul style="list-style-type: none"> <li>→ infekcije uha</li> <li>→ infekcije sinusa</li> <li>→ infekcije pluća (upalu pluća ili pneumoniju), i</li> <li>→ infekcije pokrovnoga tkiva mozga i leđne moždine (meningitis)</li> </ul>	U malodobne djece i odraslih osoba koje imaju zdravstvenih tegoba, poput šećerne, srčane ili plućne bolesti, pneumokokne infekcije mogu poprimiti vrlo teške oblike.  5% djece oboljele od meningitisa uzrokovanoga pneumokokom umire od ove bolesti.
<b>Menigokokne infekcije</b> 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Meningokok je uzročnik infekcija pokrovnoga tkiva mozga i leđne moždine (meningitisa).  U simptome spadaju: visoka tjelesna temperatura, zakačen vrat, povraćanje i smetenost.	Meningokokni meningitis je izuzetno teška bolest koja može ishoditi brzom smrću unutar nekoliko sati.  Čak i ako oboljeli preživi, može se razviti trajna, doživotna invalidnost, primjerice zbog potrebe amputacije prstiju ili udova.
<b>Pertussis (hripavac)</b> 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Hripavac uzrokuje jaki kašalj.  Bolest obično započinje simptomima prehlade. Jaki kašalj javlja se tjedan dana kasnije.  Kašalj može potrajati tjednima (tzv. „kašalj koji traje 100 dana“), a javlja se u napadajima te u novorođenčadi ponekad može izazvati prestanak disanja.	Hripavac može biti opasan za malodobnu djecu, napose dojenčad (mlađu od godine dana); 50% dojenčadi oboljele od hripavca nužno je zaprimiti u bolnicu. U njih se razvije infekcija pluća (upala pluća ili pneumonija), a može doći i do epileptičkih napadaja ili oštećenja mozga (encefalitisa). Osim toga, za trajanja napadaja kašlja oboljela dojenčad mogu prestati disati. Iako za hripavac nema posebne terapije, moguće ga je spriječiti procjepivanjem tzv. <b>DiTePer cjepivom</b> (od lat. <b>diphtheria, tetanus, pertussis</b> ; u eng. izvorniku DTP; od <b>diphtheria, tetanus, pertussis</b> ).

Prenosiva (zarazna) bolest	Način prijenosa	Simptomi	Komplikacije
<p><b>Tetanus</b></p> 	<p>Preko posjekotina na koži.</p>	<p>Tetanus uzrokuje grčenje mišića.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Prvi znak bolesti obično je grčenje čeljusti.</li> <li>→ Nakon toga uslijedi kočenje vrata, otežano gutanje i kočenje trbušnih mišića.</li> <li>→ Bolest je ujedno razlogom vrućice, znojenja i visokoga krvnoga tlaka.</li> <li>→ Osim toga, zbog nje se znatno ubrzava ritam rada Vašega srca.</li> </ul>	<p>10% osoba oboljelih od tetanusa umire.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Bolest može biti razlogom kočenja glasnica (koje nam pomažu govoriti) i prestanka disanja.</li> <li>→ Zbog nje može doći i do poremećaja rada Vašega srca ili porasta Vašega krvnoga tlaka, itd.</li> </ul> <p>Iako za tetanus nema posebne terapije, ovu je bolest moguće spriječiti <b>DiTePer</b> (eng. <b>DTP</b>) <b>cjepivom</b>.</p>
<p><b>Difterija</b></p> 	<p>Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.</p>	<p>Bolest započinje simptomima prehlade, kakvi su curenje nosa i kašalj.</p> <p>Potom dolazi do oblaganja stražnje strane ždrijela debelom oblogom koja se doima poput opne i otežava disanje, odnosno gutanje.</p>	<p>Difterija je teška bolest: 5%–10% svih oboljelih umire.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>→ Debela opna stvorena na stražnjoj strani ždrijela može biti razlogom gušenja (prestanka disanja).</li> <li>→ Bolest može negativno utjecati i na rad srca te dovesti do poremećaja srčanoga ritma.</li> </ul> <p>Iako za difteriju nema posebne terapije, ovu je bolest moguće spriječiti <b>DiTePer</b> (eng. <b>DTP</b>) <b>cjepivom</b>.</p>

Prenosiva (zarazna) bolest	Način prijenosa	Simptomi	Komplikacije
<b>Poliomijelitis (polio)</b> 	Peroralnim putem (kroz usta)	U oboljelih od poli-omijelitisa simptomi mogu posve izostati ili se mogu javiti grlobolja, vrućica, mučnina i glavobolja.	Poliomijelitis može uzrokovati paralizu i smrt.
<b>Gripa</b> 	Zrakom (kapljična infekcija), u izravnom doticaju.	Gripa je razlogom vrućice, boli u mišićima, grlobolje, kašlja i izrazitoga umora.	U teškim slučajevima gripa može uzrokovati infekciju pluća (upalu pluća ili pneumoniju).

# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## Jesu li cjepiva škodljiva?

**Podaci o neškodljivosti i sigurnosti primjene cjepiva govore u prilog njihove izvrsnosti.**

- Licenciranju i uporabi cjepiva prethode dugogodišnja ispitivanja.
- Jednom kada se cjepivo započne primjenjivati, njegova neškodljivost i sigurnost primjene neprestance je podložna provjeri.

### Što je s nuspojavama?

Kao i pri primjeni niza drugih lijekova, i cjepiva ponekad mogu biti razlogom nuspojava. Najčešće među njima su:

- Razdražljivost (primjerice dugotrajni plač djeteta)
- Otok i bol na mjestu ubrizgavanja cjepiva
- Povišena tjelesna temperatura (obično tek neznatno)
- Bol u mišićima
- Gubitak apetita

Dođe li do takvih nuspojava, one su obično **blage** i **vrlo brzo prolaze**.

**Teže** nuspojave očituju se kao rijetke reakcije na cijepljenje o kojima Vas mora informirati Vaša medicinska sestra ili Vaš liječnik. Ne učine li to, imate ih pravo pitati.

Imajte na umu da je medicinsko osoblje zaduženo za cijepljenje dobro uvježbano te zna što učiniti uslijede li nakon cijepljenja bilo kakve ozbiljne reakcije.

**Važno je zapamtiti:**

**Ukoliko Vi ili Vaša djeca niste cijepljeni, rizici obolijevanja od teške bolesti znatno su veći negoli rizici od teških zdravstvenih reakcija na cijepljenje.**





# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## F

### Vaše je pravo zatražiti prevoditelja

Rasprava o zdravstvenim pitanjima i njihovo razumijevanje mogu biti teški, napose ako se takvi razgovori ne vode na Vašem materinjem jeziku.

Ukoliko Vam je s Vašim liječnikom ili medicinskom sestrom lakše komunicirati na Vašem materinjem jeziku, možete zatražiti prevoditelja.

Prevoditelji će Vam pomoći da bolje razumijete što Vam liječnik govori, a ujedno će i liječniku pomoći da bolje shvati Vašu situaciju i bolje razumije pitanja koja mu postavljate.

- Prevoditelja možete zatražiti prilikom ugovaranja termina posjeta liječniku.
- Prevoditelja možete zatražiti i po dolasku u liječničku ordinaciju ili bolnicu.
- Bolje je angažirati prevoditelja negoli članove Vaše obitelji, napose djecu.

Ukoliko prevoditelje nije moguće angažirati, nađite nekoga tko Vam ulijeva sigurnost i u koga imate povjerenja, i pobrinite se da dobijete informacije koje su Vam potrebne.

**Pobrinite se za to da, prije negoli napustite ordinaciju svoga liječnika, postavite sva željena pitanja.**

Kako neko od pitanja ne biste zaboravili postaviti, zapišite ih prije posjete liječniku.



# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



Odgovori na pitanja koja proizlaze iz uobičajenih razloga za zabrinutost i krivih poimanja o cjevivima i cijepljenju

## Krivo poimanje broj 1:

*“Cjepiva su posve neučinkovita.”*

### Činjenice:

Cjepiva su jedan od najboljih načina sprječavanja zaraznih bolesti:



- Cijepljenjem se svake godine spašava živote više od 3 milijuna ljudi diljem svijeta.
- Cijepljenjem se milijune ljudi dodatno spašava od obolijevanja ili doživotne invalidnosti.
- Prije uvođenja prakse procjepljivanja, zarazne su bolesti bile vodeći uzrok smrti djece diljem svijeta.
- Male boginje su bile prva zarazna bolest koja je 1977. godine iskorijenjena zahvaljujući procjepljivanju.
- U državama koje programe procjepljivanja uspješno provode, broj bolesti koje je cijepljenjem moguće spriječiti opada, a neke od tih bolesti, primjerice poliomijelitis, posve su iskorijenjene.
- S druge strane, u državama u kojima je procijepljenost stanovništva niska, broj bolesti koje je inače moguće spriječiti procjepljivanjem raste.

**Krivo poimanje broj 2:**

*“Na Internetu sam pročitao(la) da cjepivo protiv zaušnjaka-ospica-rubeole uzrokuje autizam.”*

**Činjenice:**

Istraživanja su pokazala da ovo cjepivo (MO-PA-RU, eng. MMR) ne uzrokuje autizam.

Autizam se često dijagnosticira u istom razdoblju u kojemu se daje i MO-PA-RU (MMR) cjepivo. No ovo cjepivo ne uzrokuje autizam, što su pokazala dobro osmišljena i dobro provedena istraživanja.

**Krivo poimanje broj 3:**

*“Prestar(a) sam da bih se cijepio(la). Cjepiva su namijenjena isključivo djeci.”*

**Činjenice:**

Cijepiti treba i odrasle osobe.

- Neka cjepiva koja ste primili u djetinjstvu, u kasnijoj životnoj dobi valja „obnoviti“ dodatnom dozom: ova dodatna doza podiže razinu zaštite koju cjepivo pruža i Vašem obrambenom sustavu pomaže da Vas zaštiti od bolesti.
- Neka je cjepiva zapravo jednako važno dati i starijim i mlađim osobama. Primjerice, cjepivo protiv pneumokoknih infekcija štiti Vas od bolesti koja može uzrokovati tešku upalu (infekciju) pluća pa čak i smrt.
- Neka Vas cjepiva štite od bolesti koje se javljaju svake godine. Primjer takve bolesti je gripa.
- Protiv tetanusa i difterije se morate redovito cijepiti svakih deset godina svoga života.

**Nikada nismo prestari za cijepljenje.**

**Krivo poimanje broj 4:**

*“Kako bolesti koje je moguće spriječiti procjepljivanjem u Europi više gotovo i nema, procjepljivanja više nisu potrebna.”*

**Činjenice:**

Točno je da je stopa učestalosti brojnih bolesti koje je moguće spriječiti procjepljivanjem u Europi opala. No da bismo ove bolesti držali pod kontrolom, i nadalje su nam potrebna cjepiva.

Razmislite o tome što se dogodilo s ospicama kada se ljude prestalo cijepiti protiv ove bolesti:

Godine 2011. epidemija ospica izbila je u Francuskoj, Ukrajini, Italiji, Rumunjskoj, Španjolskoj i Njemačkoj. Broj djece i odraslih osoba oboljelih od ospica dramatično je porastao (4 puta), a neki među njima su i umrli.

**Krivo poimanje broj 5:**

*“Istodobno procjepljivanje s više cjepiva protiv različitih bolesti nije dobro. Nuspojave mogu biti brojnije, a može doći i do preopterećenja Vašega obrambenoga sustava.”*

**Činjenice:**

Cjepiva ne slabe Vaš obrambeni sustav. Dapače, čine ga jačim.

- Istraživanja dokazuju da se učinci primjene samo jednog, ili više cjepiva istodobno, međusobno ne razlikuju.
- Primjena kombiniranih cjepiva (dvaju ili više različitih cjepiva ubrizganih u istom navratu) smanjuje broj injekcija koje trebate primiti.
- Čak je i obrambeni sustav novorođenčadi i male djece dovoljno snažan da se kadar nositi s učincima primjene više cjepiva odjednom.

**Cjepiva ne štete Vašem obrambenom sustavu. Ona ga osnažuju te mu omogućuju da i djecu i odrasle osobe zaštiti od određenih bolesti.**



# PROMOVAX

Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe



## KORISNI METODOLOŠKI ALATI



### Gdje se mogu cijepiti?

- Odrasle osobe i radnici-migranti mogu se cijepiti u **Hrvatskome državnome zavodu za javno zdravstvo** (Zavod za epidemiologiju).
- Glede procjepljivanja Vaše djece obratite se **liječnicima obiteljske medicine i pedijatrima**.

Što ako nisam zdravstveno osiguran(a) te si ne mogu priuštiti cijepljenje ili cijepljenje svoje djece?

- O tome gdje se možete besplatno cijepiti, informirajte se kod svoga liječnika (opće prakse) ili bilo kojega ovlaštenoga liječnika.

## Zabilježbe o procijepljenosti (Knjižica cijepljenja)



Od svoga liječnika zatražite da Vama i Vašoj djeci izda osobnu dokumentaciju o procijepljenosti (Knjižicu cijepljenja).

Pri svakoj posjeti liječniku ovu dokumentaciju morate imati uza se. Liječnik ili medicinska sestra moraju je dopuniti svaki put kada se cijepite.

*Ukoliko Vaš liječnik nema Knjižicu cijepljenja koju bi mogao izdati Vama i Vašoj djeci, preslikajte donje predloške takvih knjižica i od svoga liječnika zatražite da ih koristi:*

PROMOVAX

*Promiče procjepljivanje populacija migranata diljem Europe*





## Zabilježbe o procijepljenosti odraslih osoba

Prezime		Ime		
Datum rođenja				
Bilješke zdravstvenoga djelatnika (alergije, reakcije na cjepiva)				
Cjepivo	Vrsta cjepiva (serijski -LOT #- broj i proizvođač)	Datum (dan/mjesec/ godina)	Potpis liječnik	Datum narednoga cijepjenja
Hepatitis B				
Difterija-teta- nus-hripavac (DiTePer)				
Ospice – zaušnjaci- rubeola (MO-PA-RU)				
Cjepivo protiv pneumokoknih infekcija				
Cjepivo protiv gripe				
Druga cjepiva				



P R O M O V A X

Promote Vaccinations among Migrant Populations in Europe

## Zabilježbe o procijepljenosti djece

Prezime		Ime		
Datum rođenja				
Bilješke zdravstvenoga djelatnika (alergije, reakcije na cjepiva)				
Cjepivo	Vrsta cjepiva (serijski -LOT #- broj i proizvođač)	Datum (dan/mjesec/ godina)	Potpis liječnik	Datum narednoga cijepjenja
Difterija- tetanus- hripavac (DiTePer)				
OPV / IPV				
Ospice- zaušnjaci- rubeola (MO-PA-RU)				
Vodene kozice				
Cjepivo protiv infekcija Haemophilusom influenzae tipa B				
Hepatitis B				
Cjepivo protiv pneumokoknih infekcija				
Druga cjepiva				

P R O M O V A X

[www.promovax.eu](http://www.promovax.eu)

Promote Vaccinations among Migrant Populations in Europe



P R O M O V A X

*Promote Vaccinations among Migrant Populations in Europe*