



PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



CUPRINS

A	În ce mod mă poate ajuta acest material educațional?	5
B	De ce sunt importante vaccinările?	7
C	Cine are nevoie de vaccinări?	9
D	Care boli sunt prevenite prin vaccinuri?	13
E	Sunt sigure vaccinurile?	25
F	Aveți dreptul de a solicita un interpret	27
G	Răspunsuri la preocupările comune și concepțiile greșite cu privire la vaccinare	29
H	Sfaturi practice	
	Unde pot fi imunizat?	33
	Ce se întâmplă dacă nu posed asigurare de sănătate și nu-mi permit să mă vaccinez pe mine sau pe copiii mei?	33
	Fișa de evidență a vaccinărilor pentru adulți ...	37
	Fișa de evidență a vaccinărilor pentru copii	39

PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



În ce mod mă poate ajuta acest material educațional?

Acest material te poate ajuta să te informezi și să înțelegi mai mult despre vaccinări.

Scopul materialului este să te ajute să:

- înveți mai multe despre motivul pentru care vaccinările sunt importante și modul în care te pot proteja
- înveți de ce vaccinările sunt importante și cum te pot proteja
- găsești informații utile despre locul unde poți fi vaccinat
- obții fișa ta personală de vaccinare

Cum poți folosi acest material?

- Analizează materialul și adresează-te doctorului dacă ai întrebări.
- Distribuie acest material educațional oricărei persoane care crezi că ar putea fi interesată de vaccinări.
- Poți duce medicului fișa personală de vaccinare inclusă în acest material educațional. Cerei acestuia să-ți treacă în fișă toate vaccinările. Poartă cu tine fișa de vaccinare de câte ori ai programare la medic.

PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



B

De ce sunt importante vaccinările?

✓ **Vaccinările protejează împotriva bolilor infecțioase specifice care pot provoca boli grave, infirmități sau chiar deces.** Anual, milioane de oameni din întreaga lume mor din cauza unor boli care ar putea fi prevenite prin vaccinare.

✓ De-a lungul anilor, vaccinurile au împiedicat multe cazuri de boală și au salvat milioane de vieți. De asemenea, boli care provocau deces sau infirmități au fost eradicate.

De exemplu, vaccinul anti variolă a eliminat variola la nivel mondial. Această boală foarte periculoasă odinioară nu mai există în prezent! Deci, copiii din ziua de azi nu mai au nevoie de vaccin anti variolă.

✓ **Dacă vom continua să ne vaccinăm, multe boli vor dispărea și nu îi vor mai afecta pe copiii noștri!**

PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



Cine are nevoie de vaccinare?



Vaccinările pot salva viața copilului tău!

Copiii încă pot suferi de boli care ar fi putut fi evitate dacă ar fi fost vaccinați. De fapt, unele boli apar mai des în ultimii ani, deși vaccinările le-ar fi putut preveni.

În special, nou-născuții și copiii sunt foarte sensibili. Ei au nevoie de ajutor pentru a lupta împotriva unor boli infecțioase.

- Îți poți proteja vaccinându-i de timpuriu.
- Este foarte important să vaccinăm copiii la momentul potrivit.
- Rețineți că majoritatea vaccinurilor trebuie făcute de mai multe ori pentru a întări sistemul imunitar al copilului.

Discută cu medicul tău despre când ar trebui să fie vaccinat copilul tău.

✓ De asemenea, și adulții au nevoie de vaccinuri

În fiecare an, mulți adulți se îmbolnăvesc, devin handicapați sau mor din cauza bolilor care ar fi putut fi prevenite simplu prin vaccinare.



- Fiecare, începând de la nou-născuți la persoane tinere sau în vârstă, poate beneficia de vaccinare. Nu ești niciodată prea în vârstă pentru vaccinare.
- Pentru a fi protejat pe toată durata vieții, este necesar să te vaccinezi de mai multe ori.

Iată câteva dintre vaccinurile ce sunt recomandate pentru adulți: antigripal, antitetanos, antidifteric, pertussis (tusea convulsivă), pneumococic, meningococic, zona zoster (herpes zoster), hepatita A, hepatita B. Poți citi mai multe despre câteva dintre acestea la pagina 14.

✓ Vaccinările nu te protejează numai pe tine, dar și pe persoanele aflate în jurul tău

Vaccinările te ajută pe tine și pe membrii familiei tale care au primit vaccinul. Mai mult decât atât, ele ajută de asemenea, la protecția altor persoane din comunitatea noastră dar și la "ruperea lanțului de infecție": nu permit transmiterea bolilor de la o persoană la alta. Cu cât mai multe persoane sunt vaccinate, cu atât mai dificilă este răspândirea microbilor.



Rețineți!

Nu este niciodată prea târziu să vă vaccinați dvs sau copiii dvs. Dvs sau copilul dvs ați ratat data vaccinului? Copilul a depășit vârsta recomandată pentru vaccinare?

Vă rugăm cereți sfatul medicului dvs!



PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



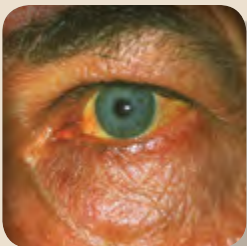


Care boli sunt prevenite de vaccinuri?


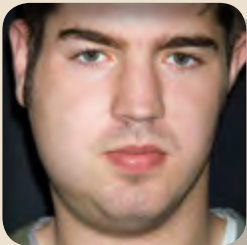

Vaccinurile te pot proteja pe tine și pe copiii tăi. Ele te pot apăra de boli grave, uneori fatale. Fără vaccinuri, tu sau membrii familiei tale vă puteți îmbolnăvi grav.




Câteva dintre vaccinuri sunt necesare pentru majoritatea copiilor și adulților. Altele sunt necesare doar pentru anumite grupuri de persoane (în funcție de Ipocul de muncă, vârstă sau starea de sănătate). În țara în care locuiți, pot exista regulamente de vaccinare diferite de acelea ale țării dumneavoastră de origine.



Pentru a afla ce fel de vaccinuri sunt recomandate pentru dumneavoastră, vă rugăm întrebați-vă medicul.



În tabelul următor, vei găsi informații despre unele dintre bolile ce pot fi prevenite prin vaccinare.

Boli contagioase	Modul de transmitere	Simptome	Complicații
Hepatita A 	contact direct, alimente sau apă contaminată	<p>Hepatita A poate cauza: pierderea apetitului, febră, vomă, durere de stomac și urină închisă la culoare</p> <p>Adesea, mai ales la copiii sub vârsta de șase ani, boala nu prezintă simptome.</p>	<p>Hepatita A produce destul rar agravarea stării de sănătate. Boala vă face să vă simțiți rău, dar cei mai mulți bolnavi se vindecă complet/</p> <p>Există însă și posibilitatea redusă ca Hepatita A să se transforme într-o formă severă ducând la insuficiență hepatică.</p> <p>Nu există tratament pentru Hepatita A, dar boala poate fi prevenită prin vaccinare.</p>
Hepatita B 	Contactul cu sângele sau lichidele corporale ale unei persoane infectate.	<p>Simptomele pot lipsi. Unele persoane pot prezenta simptome care durează câteva săptămâni: îngălbenirea pielii și a ochilor (icter), urină închisă la culoare, oboseală intensă, stări de greață, vomă și dureri abdominale.</p>	<p>La unele persoane, virusul hepatitei de tip B, poate cauza o infecție hepatică cronică care se poate dezvolta în ciroză hepatică sau cancer hepatic.</p> <p>Probabilitatea ca această hepatită să devină cronică, depinde de vârsta la care persoana este contaminată.</p> <p>Copiii mici care sunt contaminați cu virusul hepatitei de tip B sunt cei mai predispuși la dezvoltarea unei infecții cronice.</p>
Rujeolă 	Aer, contact direct	<p>Simptomele sunt erupție cutanată și febră mare, rinoree și tuse.</p> <p>Erupția cutanată începe de la față și gât după care se răspândește încet pe tot corpul.</p>	<p>Rujeola poate duce la complicații, cum ar fi infecții pulmonare sau infecții ale urechilor (otită). Complicații grave, cum ar fi inflamarea creierului (encefalită) și / sau daune permanente ale creierului, putând produce chiar decesul.</p> <p>Chiar dacă nu există niciun tratament pentru rujeolă, vaccinul ROR (rujeolă – oreion - rubeolă) o poate preveni.</p>

Boli contagioase	Modul de transmitere	Simptome	Complicații
Varicela (vărsatul de vânt) 	Aer, contact direct	De obicei, infecția începe cu febră și erupție cutanată pe față care se răspândește pe tot corpul. Erupțiile cutanate încep ca mici umflături roșii care în cele din urmă devin mici vezicule.	<p>Varicela este în general o boală ușoară, dar poate fi și severă sau chiar fatală la copiii sănătoși (1 la 10.000 de cazuri). Varicela poate provoca pneumonie, infecții bacteriene ale pielii, inflamarea ficatului și inflamarea creierului.</p> <p>Complicațiile sunt mai frecvente în rândul adolescenților și adulților precum și în rândul persoanelor cu probleme ale sistemului imunitar.</p> <p>Chiar dacă nu există niciun tratament pentru varicelă, vaccinul împotriva varicelei o poate preveni.</p>
Oreion 	Aer, contact direct	Oreionul provoacă febră, inflamația glandelor parotide și a principalelor glande salivare.	<p>Oreionul poate cauza infecția creierului (encefalită), duce la pierderea auzului (asurzire) și reduce fertilitatea și mai rar provoacă sterilitate (inapt pentru a avea copii).</p> <p>Chiar dacă nu există niciun tratament pentru oreion, vaccinul ROR (rujeolă – oreion - rubeolă) îl poate preveni.</p>
Rubeola (Pojarul german) 	Aer, contact direct	Initial are aceleași simptome precum gripa. Mai târziu, apare o erupție cutanată roșie, care nu este însoțită de prurit.	<p>Boala prezintă cel mai mare pericol pentru gravidele aflate în primele săptămâni de sarcină. În aceste cazuri poate duce la pierderea sarcinii sau poate provoca leziuni grave fătului: surditate, afecțiuni ale inimii și ochilor.</p> <p>Chiar dacă nu există niciun tratament pentru rubeolă, vaccinul ROR (rujeolă – oreion - rubeolă) o poate preveni.</p>

Boli contagioase	Modul de transmitere	Simptome	Complicații
Pneumococul 	Aer, contact direct	Pneumococul cauzează: → Otită → Sinuzită → Infecții pulmonare (pneumonie), și → Infecția țesutului care acoperă creierul și măduva spinării (meningită)	Infecția cauzată de pneumococ poate fi foarte serioasă la copii și la adulți cu probleme medicale cum ar fi diabet, boli cardiace sau boli pulmonare. 5% din totalul copiilor cu meningită cauzată de pneumococ, mor.
Meningococul 	Aer, contact direct	Meningococul este un virus care cauzează infecția membranei ce acoperă creierul și măduva spinării (meningită). Simptomele includ: febră ridicată, rigiditatea cefei, vărsături și confuzii	Meningita meningococică este foarte gravă și poate produce moartea foarte rapid în câteva ore. Dar chiar dacă nu duce la deces, poate duce la invaliditate pe viață cum ar fi amputarea degetelor sau ale membrelor.
Pertussis - Tusea convulsivă (Tusea măgărescă) 	Aer, contact direct	Pertussis provoacă tuse gravă. Boala începe de obicei cu o răceală. Tusea severă se dezvoltă cu o săptămână mai târziu. Tusea poate persista săptămâni întregi (100 de zile de tuse), vine în atacuri și uneori poate cauza copiilor mici oprirea respirației.	Pertussis poate fi periculoasă în special pentru copii mici, nou-născuții (mai mici de 1 an). 50% din copiii bolnavi de pertussis trebuie internați în spital. Ei suferă de infecție pulmonară (pneumonie), crize sau afecțiuni ale creierului (encefalită). De asemenea, în timpul convulsiilor de tuse, li se poate opri respirația. Chiar dacă nu există niciun tratament pentru pertussis, vaccinul DTP (difteria, tetanos, pertussis) o poate preveni.

Boli contagioase	Modul de transmitere	Simptome	Complicații
Tetanos 	<p>Expunerea pielii la tăieturi (infecțarea unei plăgi cutanate)</p>	<p>Tetanosul cauzează contractură musculară.</p> <ul style="list-style-type: none"> → Primul semn este de obicei contractura maxilarului. → Aceasta este urmată de rigiditatea gâtului, dificultate la înghițire (disfagie) și rigiditatea mușchilor abdominali. → Boala de asemenea, produce febră, transpirație și tensiune a sângelui ridicată. → De asemenea, face inima dumneavoastră să bată foarte repede (tahicardie). 	<p>10% din persoanele care au tetanos mor.</p> <ul style="list-style-type: none"> → Boala poate produce spasme ale corzilor vocale (care ne ajută la vorbire) și oprirea respirației. → De asemenea, poate afecta ritmul cardiac sau poate ridica tensiunea. <p>Chiar dacă nu există niciun tratament pentru tetanos, vaccinul DTP (difteria, tetanos, pertussis) îl poate preveni.</p>
Difteria 	<p>Aer, contact direct</p>	<p>Boala începe cu simptome de răceală cum ar fi rinoree și tuse.</p> <p>După aceea, cauzează depunerea unui strat gros, ca o membrană, în interiorul gâtului. Acest lucru face dificilă respirația sau înghițirea.</p>	<p>Difteria este o boală gravă putând provoca decesul în 5%-10% din cazuri.</p> <ul style="list-style-type: none"> → Membrana groasă (pseudomembrana) care este creată în interiorul gâtului poate cauza sufocarea (dispnee). → Boala poate afecta cordul și poate cauza anomalii cardiace. <p>Chiar dacă nu există niciun tratament pentru difterie, vaccinul DTP (difteria, tetanos, pertussis) o poate preveni.</p>

Boli contagioase	Modul de transmitere	Simptome	Complicații
Poliomielita (polio) 	Pe cale orală	Polimielita poate fi asimptomatică sau poate produce dureri în gât, febră, greață și cefalee.	Polimielita poate cauza paralizia și decesul.
Gripa 	Aer, contact direct	Gripa provoacă febră, dureri musculare, dureri în gât, tuse și oboseală.	În unele cazuri, gripa poate cauza infecție pulmonară (pneumonie).

PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



Sunt sigure vaccinurile?

Rapoartele privind nivelul de siguranță al vaccinelor sunt excelente.

- Este nevoie de ani de testare pentru ca un vaccin să fie brevetat și folosit.
- Siguranța vaccinurilor utilizate este verificată în permanență.

Cum rămâne cu reacțiile adverse?

La fel ca multe medicamente, vaccinurile pot provoca câteodată reacții adverse. Cele mai frecvente dintre acestea sunt:

- irascibilitatea (de exemplu plânset pentru un timp lung)
- turgescență sau durere în locul injectat
- febră (de obicei mică)
- dureri musculare
- pierderea poftei de mâncare

Dacă cele menționate mai sus se întâmplă, aceste efecte sunt de obicei **blânde** și dispar **foarte repede**. Reacțiile adverse **mai serioase** ale vaccinării sunt rare. Asistenta medicală sau medicul tău ar trebui să te informeze despre aceste reacții adverse. Dacă ei nu o fac, ai dreptul să-i întrebi. Ține minte că personalul medical care administrează vaccinurile este foarte bine instruit și știe ce ar trebui să facă în cazul unei reacții grave.

Este important să reții:

Riscul de a fi nevaccinat este mult mai serios decât riscul unei reacții grave la vaccin.



PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



Aveți dreptul de a solicita un interpret

Discuțiile și înțelegerea problemelor de sănătate și a vaccinărilor poate fi dificilă. Pot deveni mult mai dificile atunci când nu sunt vorbite în limba ta.

Dacă îți este mai comod ca să comunici cu medicul tău sau cu asistenta medicală în limba ta, poți solicita un interpret.

Interpreții te vor ajuta să-ți înțeleagă mai bine situația și întrebările. De asemenea, ei vor ajuta medicul pentru a înțelege mai bine situația și întrebările tale.

- Poți solicita un interpret atunci când stabilești o programare.
- Poți solicita un interpret atunci când te afli în cabinetul medicului sau la spital.
- Este mai bine să folosești un interpret în locul membrilor familiei tale, în special al copiilor.

În cazul în care interpreții nu sunt disponibili, găsește pe cineva cu care te simți în siguranță și asigură-te că primești informațiile necesare.

Asigură-te că îi vei pune medicului toate întrebările înainte de a părăsi cabinetul.

Pentru a te asigura că nu ai să uiți nimic, notează-ți toate întrebările înainte de a face programarea.



PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



Răspunsuri la preocupările comune și concepțiile greșite cu privire la vaccinare

Concepții greșite 1:

“Vaccinările nu funcționează”

Realitatea:

Vaccinurile sunt unul dintre cele mai bune moduri pentru a preveni bolile infecțioase:



- Vaccinarea salvează mai mult de 3 milioane de vieți anual în lume.
- Vaccinarea salvează mai multe milioane de vieți din populația suferindă de boli sau de invaliditate pe tot parcursul vieții.
- Bolile infecțioase au fost prima cauză de deces a copiilor în lume, înainte de folosirea vaccinărilor.
- Variola a fost prima boală infecțioasă care a fost combătută datorită vaccinărilor în anul 1977.
- În țările cu succes național în programele de imunizare, numărul bolilor care pot fi prevenite de vaccine a scăzut. De asemenea, câteva boli cum ar fi poliomielita, a fost combătută.
- Pe de altă parte, în țările unde acoperirea vaccinală este scăzută, numărul bolilor care pot fi prevenite de vaccin a crescut.

Concepții greșite 2:

“Am citit pe internet că vaccinul contra rujeolei – oreionului – rubeolei cauzează autism.”

Realitatea:

Cercetările au dovedit că acest vaccin (ROR - vaccin) nu produce autism.

Autismul este frecvent diagnosticat în aceeași perioadă cu administrarea vaccinului ROR. Cu toate acestea, vaccinul nu provoacă autism. Studii bine concepute și realizate demonstrează că vaccinul ROR nu este o cauză a autismului.

Concepții greșite 3:

“Am o vârstă prea înaintată pentru a fi vaccinat. Vaccinurile sunt doar pentru copii.”

Realitatea:

Este necesar de asemenea ca și adulții să fie vaccinați.

- Unele dintre vaccinările pe care le-ai făcut în copilărie, au nevoie de o doză de rapel atunci când ești mai în vârstă: această doză mărește protecția vaccinului. Îți ajută sistemul imunitar pentru a evita bolile.
- De fapt, unele dintre vaccinări sunt mult mai importante pentru persoanele mai înaintate în vârstă decât sunt pentru persoanele mai tinere. De exemplu, vaccinul contra pneumococului te protejează de boala care poate provoca pneumonia severă (infecție pulmonară) chiar și de deces.
- Unele dintre vaccinuri te protejează de bolile care apar în fiecare an. Un exemplu este gripa.
- Pentru tetanos și difterie, ar trebui să vă vaccinați la fiecare 10 ani pentru tot restul vieții.

Nu suntem niciodată prea în vârstă pentru a fi vaccinați.

Concepții greșite 4:

“Din moment ce bolile prevenite prin vaccinare sunt aproape dispărute în Europa, atunci vaccinurile nu mai sunt necesare.”

Realitatea:

Este adevărat că frecvența bolilor prevenite prin vaccinare a scăzut în Europa. Cu toate acestea, încă avem nevoie de vaccinări pentru a ține bolile sub control.

Gândiți-vă ce s-a întâmplat cu rujeola deoarece oamenii au încetat să se vaccineze: În anul 2011, în Franța, Ucraina, Italia, România, Spania, și Germania s-au raportat epidemii de rujeolă. Numărul copiilor și adulților suferinzi de rujeolă a crescut dramatic (de 4 ori) și unii dintre ei au decedat.

Concepții greșite 5:

“Nu este indicată vaccinarea pentru diferite boli în același timp. Poți avea mai multe reacții adverse dăunătoare care pot supraîncărca sistemul tău imunitar.”

Realitatea:

Vaccinurile nu îți slăbesc sistemul tău imunitar. Chiar îl fac mai puternic.

- Cercetările au dovedit că este același lucru dacă primești unul sau mai multe vaccinuri în același timp.
- Utilizarea combinării vaccinilor (două sau mai multe vaccine care au fost combinate printr-o singură injectare) reduce numărul injectărilor.
- Chiar și sistemul imunitar al nou-născuților este destul de puternic pentru a răspunde la mai multe vaccinuri făcute în același timp.

Vaccinările nu duc la vătămarea sistemului tău imunitar. Ele îl fac mai puternic pentru protecția contra anumitor boli a copiilor și adulților.



PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



Sfaturi practice



Unde pot fi imunizat (vaccinat)?

- Te poți vaccina gratis la **Locurile Publice de Imunizare**: spitale publice, centre de sănătate / vaccinare.
- Copiii pot fi vaccinați gratis la **școală**.
- De asemenea, poți fi vaccinat la centrele și cabinetele medicale **private** (de medici generaliști), dar cu plată.

Ce se întâmplă dacă nu am asigurare de sănătate și nu-mi permit să mă vaccinez pe mine sau pe copiii mei?

Sectorul Public oferă vaccinări fără plată tuturor copiilor și adulților (indiferent de naționalitatea sau statutul lor social).

- *Vaccinurile fără plată sunt următoarele: Difteria, Tetanos, Pertussis (Tusea convulsivă), Poliomiелita, Rujeola, Oreionul, Rubeola, Hepatita B și Haemophilus influenzae de tip B (HBV).*

Fișa de evidență a vaccinărilor



Solicită medicului tău o fișă de evidență a vaccinărilor tale sau ale copilului tău (cartelă).

Ar trebui să ai grijă ca la fiecare vizită la medic, să ai cu tine fișa de evidență a vaccinărilor. Un medic sau o asistentă medicală trebuie să o completeze de fiecare dată când faci un vaccin.

Dacă medicul dumneavoastră nu are o cartelă de evidență a vaccinărilor pentru tine sau pentru copilul tău, atunci solicită medicului să folosească fișele de mai jos:

PROMOVAX

Promovarea vaccinărilor printre populațiile imigrante din Europa



Fișă de evidență a vaccinărilor pentru adulți

Numele		Prenumele		
Data nașterii				
Note medicale (alergii, reacții la vaccinare)				
Vaccin	Tipul vaccinului (seria & producătorul)	Data (zz/ll/aaaa)	Semnătura medicului	Următoarea doză se va face la data de:
Hepatita B				
Difterie- Tetanos- Pertussis				
Rujeolă-Oreion- Rubeolă				
Pneumococul				
Gripa				
Altele				



PROMOVAX

Promote Vaccinations among Migrant Populations in Europe

Fișă de evidență a vaccinărilor pentru adulți

Numele		Prenumele		
Data nașterii				
Note medicale (alergii, reacții la vaccinare)				
Vaccin	Tipul vaccinului (seria & producătorul)	Data (zz/ll/aaaa)	Semnătura medicului	Următoarea doză se va face la data de:
Difterie- Tetanos- Pertussis				
Poliomielită				
Rujeolă-Oreion- Rubeolă				
Varicelă				
Haemophilus influenzae de tip B				
Hepatita B				
Pneumococul				
Altele				

PROMOVAX



P R O M O V A X

Promote Vaccinations among Migrant Populations in Europe