



# Zoper kaj in kdaj se lahko cepimo?

Tekst: MARIJANA MANDIČ

## Cepiva za otroke

V Sloveniji je že več let obvezno cepljenje otrok proti devetim boleznim:

Bolezen	Začetek in čas cepljenja	Število odmerkov cepljenja
Tuberkuloza*	Novorojenec*	1
Davica	3.,4.,5. mesec 2. leto 3. razred	5
Tetanus	3.,4., 5. mesec 2. leto 3. razred 18. leto	6
Oslovski kašelj	3.,4.,5. mesec 2. leto	4
Otroška paraliza	3.,4., 5. mesec 2. leto	4
Haemophilus Influenzae tip b	3.,4., 5. mesec 2. leto	4
Ošpice+mumps+rdečke	2. leto Vstop v šolo	2
Hepatitis B	Vstop v šolo	3

\*Zoper tuberkulozo cepijo le novorojenčke mater, ki so v nosečnosti ali med porodom prebolele tuberkulozo, in novorojenčke iz družin, ki so se v zadnjih petih letih pred rojstvom otroka preselile iz držav z visoko stopnjo obolevnosti za tuberkulozo.

»Obvezno cepljenje proti tuberkulozi so opustili, ker ni bilo dovolj učinkovito. Razmišljamo pa o dodatnem odmerku cepljenja proti oslovskemu kašlju. Ta se je začel ponovno pojavljati, predvsem pri devet- ali desetletnih otrocih, ker učinki prejšnjih cepljenj lahko popustijo,« pravi dr. Nives Letnar Žbogar.

## Cepljenje zoper klopni meningoencefalitis in gripo

Koristi obveznih cepljenj so velike. Tako smo pri nas s programom obveznega cepljenja ošpice skoraj iz-

koreninili, medtem ko se drugod po Evropi, denimo v nekaterih waldorfskih šolah, še pojavljajo, ker tam otroci niso cepljeni v zadostnem številu. »Bolezen bi se ponovno razplamtela, če bi takšno preventivo izpustili, kakor smo v Sloveniji, žal, že izpustili nekatere druge preventivne programe v vrtcih in šolah,« je opozorila naša sogovornica.

Za dojenčke svetujejo cepljenje proti rotavirusnim okužbam, ker lahko privedejo do resnih dehidracij. A cepijo jih lahko le do šestega meseca starosti.

Otrokom in odraslim z oslabiljenim imunskim sistemom ali nekaterimi zdravstvenimi posebnostmi priporočajo cepljenje proti pnevmokoknim in meningokoknim okužbam, kar predlaga lečeči zdravnik.

»Če se rekreativno ali službeno veliko gibljete v naravi in glede na to, da so po skoraj vseh Sloveniji klopi prenašalci klopnega meningoencefalitisa, še posebej priporočam prav cepljenje zoper tega,« svetuje naša sogovornica in dodaja, da se tudi vse več odraslih cepi zoper norice, ker jih niso preboleli. Norice še vedno preboli več kot 20.000 ljudi na leto, predvsem otroci, najnevarnejše pa so norice v nosečnosti.

V jesensko-zimskem času zdravniki vsem svetujejo cepljenje proti gripi, ki lahko poteka tudi s komplikacijami in se lahko pojavi tudi še marca ali aprila.

Vsem, ki še niso cepljeni proti hepatitisu B, ki je razširjen po vsem svetu, predvsem mladim, strokovnjaki to priporočajo. Ker veliko mladih rado potuje, jim naša sogovornica svetuje

Prvo cepljenje, in sicer proti črnim kozam, so pri nas opravili davnega leta 1803, že po drugi svetovni vojni pa so cepljenja proti nalezljivim boleznim postala obvezna in brezplačna za vse otroke. Zoper nekatere virusne in bakterijske okužbe se lahko zavarujemo tudi odrasli, glede na naravo dela, preživljanje prostega časa, glede na kraje, v katere nameravamo odpotovati ali, denimo, proti steklini, če nas je poškodovala žival. Možnost zaščite s cepljenjem nam je predstavila dr. Nives Letnar Žbogar, dr. med., specialistka higijene iz Zavoda za zdravstveno varstvo Ljubljana.



**Zaščita za otroke in odrasle**

tudi cepljenje proti hepatitisu A in B. Cepljenje zoper hepatitis A, tifus, rumeno mrzlico in meningokokne okužbe pa priporoča ljudem, ki potujejo v dežele, kjer obstaja nevarnost za okužbo.

### Ali je cepljenje varnejše kakor bolezen?

Vzemimo na primer ošpice. Otroci z ošpicami, ki niso cepljeni, lahko zbolijo za vnetjem možganov (encefalitisom). Encefalitis ob ošpicah pa je tem pogostejši, čim starejši je bolnik. Pri majhnih otrocih se zaplet zgodi pri 1 na 10.000 obolelih, pri mladostnikih in odraslih ljudeh pa že pri 1 na 500 obolelih. »Tudi prepričanje nekaterih staršev, da so stranski učinki cepiv povezani z avtizmom pri otrocih, so strokovnjaki ovrgli na podlagi raziskav,« poudarja dr. Nives Letnar Žbogar.

Predvsem je treba vedeti, da so otroške bolezni pri odraslem večinoma huje izražene, tako rdečke kakor mumps, norice. Le za oslovski kašelj velja, da je bolezen pri otrocih, predvsem dojenčkov, bolj dramatična kot pri odraslih.

### Kdo vam bo pravilno svetoval glede cepljenja?

Glede cepljenja svetujejo osebni zdravniki, pediater, šolski in družin-

ski zdravnik ter ginekolog ali na zavodih za zdravstveno varstvo (ZZV). Tam boste tudi izvedeli vse o cepljenjih pred potovanji v tuje kraje, pri čemer ne pozabite, da se je pomembno cepiti vsaj štiri tedne pred potovanjem. Na ZZV se lahko cepite zoper klopni meningoencefalitis, hepatitis A in B, meningokoke, pnevmokoke, tetanus, davico, norice, rumeno mrzlico, HPV, steklino in trebušni tifus. Svetujejo pa tudi na Inštitutu za varovanje zdravja Republike Slovenije.

Ravno tako vam vaš zdravnik svetuje, proti katerim boleznim bi se morali cepiti glede na naravo svojega poklica, denimo proti steklini ali klopnemu meningoencefalitisu.

### Nas ptičja gripa še ogroža?

»Tudi strokovne službe dobimo vse manj obvestil o okuženih živalih. Očitno je ozaveščenost o bolezni toliko narasla, da lastniki živali pravočasno ukrepajo, zato se nam pandemije ptičje gripe trenutno ni treba bati, verjetnost sezonske gripe pa je vsekakor večja,« pojasnjuje dr. Nives Letnar Žbogar.

### Cena cepljenja

Za obvezna cepljenja ali cepljenja po posebnih indikacijah, ki so navedene tudi v imunizacijskem programu RS, krije stroške cepiva zdravstvena zavarovalnica.

## STE VEDELI?

- Namen nekaterih cepljenj ni preprečevanje okužbe, temveč da bi z značilnim imunskim odzivom onemogočili povzročitelja, še preden bi lahko izzval bolezen.

- Virusne bolezni, za katere je človek edini gostitelj, je mogoče izkoreniniti. Doslej so v svetu že izkoreninili črne koze. Strokovnjaki računajo, da nam bo podobno v 21. stoletju uspelo izkoreniniti tudi otroško ohromelost. Značilno je, da so cepiva zoper viruse mnogo učinkovitejša kot zoper bakterije.

- Cepljenost velikega deleža prebivalstva, od 80 do 90 odstotkov, varuje pred epidemijami ošpic, rdečk, mumpsa, hepatitisa A in B. Vendar bi bolezni popolnoma izkoreninili šele, če bi bil cepljen tolikšen delež prebivalstva po vsem svetu, le ne v nekaterih delih.

- Porajajo se vedno nove nalezljive bolezni, vendar je k sreči tudi cepiv vse več. Še pred desetletjem smo zmajevali z glavo ob misli na cepivo zoper raka na materničnem vratu oziroma humani papiloma virus (HPV), danes pa je to že zelo obetavno cepivo, ki je na voljo tudi pri nas. Še več, cepivo zoper HPV se obeta tudi za moške. »S cepivom se je kajpak treba zaščititi, še preden se okužimo, zato je ključnega pomena, da se dekle cepi, preden postane spolno aktivna. Cepljenje svetujemo že zelo mladim dekletom, saj se tudi starost pri prvem spolnem odnosu znižuje. Materam pa svetujem, naj se o primernosti cepljenja svojih hčera posvetujejo s svojim ali šolskim zdravnikom,« razlaga naša sogovornica.

- Ali bomo staknili katero od nalezljivih bolezni, je, če nismo cepljeni, odvisno predvsem od našega imunskega sistema. Zato je zelo pomembno, da vsak dan skrbimo za dobro splošno imunsko odpornost.