

Szczepienia dla seniorów

Ewelina Gronczewska

Starszy asystent Sekcji Epidemiologii

Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w Jeleniej Górze



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**



Dlaczego seniorzy potrzebują szczepień?



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



- W przypadku wielu chorób zakaźnych (tj. pneumokokowe zapalenie płuc, grypa), nieuodpornione osoby starsze są narażone na zachorowania i powikłania w większym stopniu niż dzieci.
- Większość ciężkich zachorowań, hospitalizacji, przypadków niepełnosprawności i zgonów z powodu chorób zakaźnych, którym można zapobiegać szczepieniami, występuje u osób starszych.
- Nie wszystkie szczepienia podawane w przeszłości zapewniają długotrwałą ochronę i dlatego w przypadku niektórych szczepień (np. przeciw błonicy, tężcowi i krztuścowi), konieczne są dawki przypominające.
- Potrzeba szczepień ochronnych u seniorów może wynikać także z ich stylu życia, np. uprawianych aktywności na świeżym powietrzu, czy w związku z podróżami.

Dlaczego seniorzy potrzebują szczepień?



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI



- U osób starszych częściej mamy do czynienia z występowaniem chorób przewlekłych, co może sprzyjać rozwojowi chorób infekcyjnych, mogą one mieć cięższy przebieg i prowadzić do groźnych dla zdrowia, a nawet życia powikłań. Szczepionki zmniejszają ryzyko zaostrzenia przebiegu chorób przewlekłych.
- U seniorów, choroby infekcyjne, którym można zapobiegać poprzez szczepienia, występują częściej, mogą mieć cięższy przebieg i prowadzić do groźnych dla zdrowia, a nawet życia powikłań.
- Po 60 roku życia spada odporność, układ immunologiczny starzeje się, zachodzą zmiany w aktywności komórek układu odpornościowego.
- Szczepienia osób starszych mogą wynikać z troski o osoby z bliskiego otoczenia, które nie mogą się szczepić, np. z racji wieku lub medycznych przeciwwskazań. Nazywa się to strategią kokonu. Poprzez szczepienia minimalizujemy ryzyko zachorowania i tym samym nie stajemy się źródłem zakażenia dla najbliższych.

#Słuchamy Ekspertów

“

Są cztery filary dobrego zdrowia u osób starszych: właściwa dieta, odpowiednia aktywność fizyczna, wykonywanie badań profilaktycznych, szczepienia ochronne.

”

Prof. dr hab. Tomasz Targowski

Konsultant krajowy w dziedzinie geriatrii

Źródło: <https://www.eksperciozdrowiu.pl/szczepienia-seniorow-elementem-profilaktyki/>

DLACZEGO OSOBY STARSZE POTRZEBUJĄ SZCZEPIEŃ?

szczepienia  info

SZCZEPIONKI SĄ WAŻNE NIE TYLKO DLA DZIECI.

W przypadku wielu chorób zakaźnych (tj. pneumokokowe zapalenie płuc, grypa), nieuodpornione osoby starsze są narażone na zachorowania i powikłania w większym stopniu niż dzieci. Ryzyko zgonu w przebiegu choroby, której można zapobiegać drogą szczepień u osób starszych jest 100-krotnie wyższe niż u dzieci.

DAWKI PRZYPOMINAJĄCE.

Nie wszystkie szczepienia podawane w przeszłości zapewniają długotrwałą ochronę i dlatego w przypadku niektórych szczepień (np. przeciw błonicy, tężcowi i krztuścowi), konieczne są dawki przypominające.

OCHRONA PRZED CIĘŻKIMI POWIKŁANIAM I W PRZEBIEGU CHOROÓB ZAKAŹNYCH.

Większość ciężkich zachorowań, hospitalizacji, przypadków niepełnosprawności i zgonów z powodu chorób zakaźnych, którym można zapobiegać szczepieniami, występuje u osób starszych. Szczepionki chronią m.in. przed hospitalizacją z powodu Covid-19, powikłaniami z powodu półpaśca, zawałem serca z powodu grypy, czy hospitalizacją z powodu pneumokokowego zapalenia płuc.

NIE TYLKO SZCZEPIENIE PRZECIW GRYPIE.

Wielu seniorów słyszało o zaleceniach corocznych szczepień przeciw grypie. Nie zna jednak zaleceń i korzyści z innych szczepień potrzebnych osobom starszym.

CHOROBY PRZEWLEKLE.

U osób starszych częściej mamy do czynienia z występowaniem chorób przewlekłych, co może sprzyjać rozwojowi chorób infekcyjnych, mogą one mieć cięższy przebieg i prowadzić do groźnych dla zdrowia, a nawet życia powikłań. Szczepionki zmniejszają ryzyko zaostrzenia przebiegu chorób przewlekłych.

SZCZEPIONKI PODNOSZĄ JAKOŚĆ ŻYCIA.

Są cztery filary dobrego zdrowia u osób starszych: właściwa dieta, odpowiednia aktywność fizyczna, wykonywanie badań profilaktycznych, szczepienia ochronne.

STARZENIE SIĘ UKŁADU IMMUNOLOGICZNEGO.

Po 60 roku życia spada odporność, układ immunologiczny starzeje się, zachodzą zmiany w aktywności komórek układu odpornościowego.

OCHRONA OSÓB Z NAJBLIŻSZEGO OTOCZENIA – STRATEGIA KOKONU.

Szczepienia osób starszych mogą wynikać z troski o osoby z bliskiego otoczenia, które nie mogą się szczepić, np. z racji wieku lub medycznych przeciwwskazań. Nazywa się to strategią kokonu. Poprzez szczepienia minimalizujemy ryzyko zachorowania i tym samym nie stajemy się źródłem zakażenia dla najbliższych.

STYL ŻYCIA, MEDYCYNĄ PODRÓŻY.

Potrzeba szczepień ochronnych u seniorów może wynikać także z ich stylu życia, np. uprawianych aktywności na świeżym powietrzu, czy w związku z podróżami.



Porozmawiaj z pracownikiem ochrony zdrowia na temat szczepionek zalecanych osobom starszym.



**CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI**





KALENDARZ SZCZEPIEŃ DOROSŁYCH OSOBY STARSZE

szczepienia  info

SZCZEPIONKA PRZECIW	WIEK (LATA)		
	50-59	60-64	>65
Grypie (IIV)	1 dawka co roku, w czasie sezonu infekcyjnego (najlepiej na początku sezonu)*		
Błonicy, tężcowi, krztuścowi (Tdap)	1 dawka co 10 lat		
Covid-19	Liczba dawek zależy od historii szczepień i aktualnych zaleceń		
Wirusowemu zapaleniu wątroby typu B (HBV)	3 dawki (osoby, które nie były wcześniej szczepione)		
Pneumokokom (PCV, PPSV)	1 dawka PCV-13 lub PCV-20	1 dawka PCV-13 lub PCV-20	1 dawka PCV-13 + PPSV-23 lub 1 dawka PCV-20
Półpaścowi (RZV)	2 dawki w odstępie 2-6 miesięcy		
Syncytialnemu wirusowi oddechowemu (RSV)	1 dawka		
Kleszczowemu zapaleniu mózgu (KZM)	3 dawki + dawki przypominające co 3-5 lat		
Wirusowemu zapaleniu wątroby typu A (HAV)	2 dawki (osoby, które nie były wcześniej szczepione)		
Meningokokom (MenB, MenACWY)	MenB- 2 dawki, MenACWY- 1 dawka		

*dla osób w wieku ≥60 lat szczepionką zalecaną jest szczepionka wysokodawkowa, w przypadku jej niedostępności lub braku akceptacji przez pacjenta – szczepionka standardowa.

■ szczepienia zalecane dla wszystkich nieuodpornionych osób w tym wieku

■ szczepienia zalecane, gdy występują dodatkowe czynniki ryzyka (np. medyczne, zawodowe, związane ze stylem życia)

IIV - szczepionka przeciw grypie, inaktywowana; Tdap - szczepionka przeciw błonicy, tężcowi i krztuścowi; Covid-19 - szczepionka przeciw Covid-19; HBV (Hepatitis B Vaccine) - szczepionka przeciw wirusowemu zapaleniu wątroby typu B; PCV - skoniugowana szczepionka przeciw pneumokokom; PPSV - polisacharydowa szczepionka przeciw pneumokokom; RZV - szczepionka przeciw półpaścowi; RSV - szczepionka przeciw syncytialnemu wirusowi oddechowemu; KZM - szczepionka przeciw kleszczowemu zapaleniu mózgu; HAV (Hepatitis A Vaccine) - szczepionka przeciw wirusowemu zapaleniu wątroby typu A; MenB - szczepionka przeciw meningokokom grupy B; MenACWY - szczepionka przeciw meningokokom grupy A, C, W, Y lub C.



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI





SZCZEPIONKI ZALECANE DLA OSOBY STARSZEJ sezon 2025/2026

szczepienia  info

SZCZEPIONKA PRZECIW	LICZBA DAWEK	PŁATNA CZY BEZPŁATNA?
GRYPIE	1 dawka w każdym sezonie	BEZPŁATNA (100% refundacji osobom w wieku 65 lat i więcej); 50% REFUNDACJI osobom w wieku 18-64 lata
GRYPIE (wysokodawkowa)	1 dawka w każdym sezonie	50% REFUNDACJI osobom w wieku 60 lat i więcej
COVID-19	1 dawka zgodnie z zaleceniami	BEZPŁATNA
PNEUMOKOKOM	1 dawka PCV-13 + 1 dawka PPSV-23 lub 1 dawka PCV-20	BEZPŁATNA (100% refundacji osobom w wieku 65 lat i więcej z grup ryzyka (preparat PCV-13); PŁATNA (preparaty PPSV-23, PCV-20)
BŁONICY, TĘŻCOWI, KRZTUŚCOWI (Tdap)	1 dawka co 10 lat	PŁATNA
PÓŁPAŚCOWI	2 dawki w odstępie 2-6 miesięcy	BEZPŁATNA (100% refundacji osobom w wieku 65 lat i więcej z grup ryzyka); 50% REFUNDACJI osobom w wieku 18-64 lata z grup ryzyka
WIRUSOWEMU ZAPALENIU WĄTROBY TYPU B (WZWB)	3 dawki w odstępie 0-1-6 miesięcy	PŁATNA
SYNCYTIALNEMU WIRUSOWI ODDECHOWEMU (RSV)	1 dawka	BEZPŁATNA (100% refundacji osobom w wieku 65 lat); 50% REFUNDACJI osobom w wieku 60-64 lata
KLESZCZOWEMU ZAPALENIU MÓZGU (KZM)	3 dawki + dawki przypominające co 3-5 lat	PŁATNA



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI





Seniorze, pamiętaj o szczepieniu przeciw grypie

Dlaczego warto?



- Grypa może być niebezpieczna, szczególnie dla osób starszych, z chorobami przewlekłymi.
- Szczepienia pomagają uniknąć powikłań zagrażających życiu.
- To szybki i prosty sposób, by zadbać o swoje zdrowie.
- Szczepionka dostępna bezpłatnie, w ramach refundacji.

Jak się zaszczepić?

- Poproś lekarza, pielęgniarkę lub farmaceutę o receptę.
- Odbierz szczepionkę w aptece.
- Zaszczep się w aptecę lub przychodni POZ.



Dziękuję za uwagę 😊



CHRONIMY ZDROWIE
Z MYŚLĄ O PRZYSZŁOŚCI

