

# Щеплення для дітей і дорослих. Від чого потрібно вакцинуватися протягом життя?

Як відомо, щеплення робляться не тільки малюкам – дорослій людині теж необхідно не забувати про відповідальність за власне здоров'я та не ігнорувати заходів профілактики деяких серйозних захворювань.

У багатьох випадках саме **вакцинація** (вона ж – **імунізація**) і стає найефективнішою профілактикою. Введена вакцина викликає імунну відповідь – імунна система реагує на введення в організм ослаблених патогенів або їх часток і вибудовує імунітет проти них. Це допомагає організму «не розгубитися» в разі справжнього зараження і відразу перемогти захворювання, не давши йому розвинутися, або ж перенести його в легкій, безпечної формі.

Тому не варто нехтувати рекомендаціями офіційного календаря щеплень, а також вакцинацією «за обставинами» – наприклад, за медичними показаннями та/або при плануванні поїздок до країн з високим ризиком заразитися тим чи іншим інфекційним захворюванням.

Зараз в Україні діє [календар профілактичних щеплень](#),



затверджений МОЗ у 2018 році. Як бачимо, при відсутності медичних протипоказань, кожна дитина до досягнення 16-річного віку повинна бути вакцинована від десяти наступних інфекційних хвороб:

- поліомієліт;
- гепатит В;
- туберкульоз;
- кір;
- краснуха;
- паротит («свинка»);
- дифтерія;
- правець;
- кашлюк;
- гемофілія (мається на увазі гемофілічний грип типу В –

гемофільна інфекція, яку викликає гемофільна паличка *Haemophilus influenzae* типу **b**, через що цю інфекцію також називають **Hib-** або **ХІБ-інфекцією**).

**ВАЖЛИВО!** Щеплення від **пневмококової інфекції** зараз виконується за бажанням, але з 2022 року в Україні воно перейде у розряд обов'язкових щеплень. Пневмококові хвороби можуть проходити як у вигляді «легких випадків» на кшталт синуситу або вушних інфекцій, так і набагато важчих, аж до запалення легенів і навіть менінгіту. В основні групи ризику входять діти до 2 років і дорослі від 50 років.

## Скільки діє щеплення і чи потрібно його повторювати?

Залежно від захворювання, проти якого вживається профілактичний захід у вигляді вакцинації, щеплення відрізняються за тривалістю дії. Деякі з них продовжують «працювати» протягом року, деякі – п'ять або десять років, а інші (це відноситься до більшості обов'язкових «дитячих» щеплень) – усе життя.

Якщо дитину вакцинували згідно з календарем вакцинації, то, коли вона подорослішає – обов'язковими (або, скажімо, *дуже бажаними*, оскільки змушувати робити щеплення ніхто не стане) залишаться щеплення від **правця та дифтерії**. В ідеалі їх слід повторювати кожні десять років – тобто, отримавши 6 доз до 16 років, потрібно проводити ревакцинацію (повторні щеплення) в 26, 36, 46 років і т. д. Дифтерійно-правцева вакцина називається АДП – одним щепленням оновлюється захист від обох захворювань. Це ж стосується і ревакцинації від гепатиту В (з інтервалом у 6 місяців).

Справа в тому, що імунні антитіла, отримані в результаті вакцинації проти цих хвороб, поступово слабшають, у зв'язку з чим і виникає потреба «підштовхнути» імунітет саме у їхній бік. До речі, це ж стосується і вже згаданої **пневмококової інфекції**, щеплення від якої незабаром стане обов'язковим і, ймовірно, теж вимагатиме періодичної ревакцинації – причому кожні п'ять років, а не десять.

## Що робити, якщо щеплень в дитинстві не було?

Повідомити про це сімейного лікаря. Якщо в дитячому віці не проводилася обов'язкова вакцинація або її графік був порушений – «надолужити згаяне» можна і в дорослому віці: терапевт складе для вас **індивідуальний календар щеплень** (якщо конкретно у вашому випадку до них немає протипоказань).

Для таких випадків існують деякі загальні правила. Наприклад, якщо в дитинстві ви не були вакциновані АДП (**дифтерія/правець**) або АКДП (коклюш/дифтерія/правець), то в дорослому віці щеплення потрібно буде провести в три етапи: друга доза через місяць після першої, а третя – через шість місяців після другої.

Якщо в дитинстві були пропущені щеплення від **кору, краснухи та паротиту**-«свинки» (це теж одна вакцина – КПК, нею вакцинують дітей в 1 рік і в 6 років) – то дорослій людині теж будуть призначені дві дози, але з інтервалом між ними не в кілька років, а в один місяць.

**ВАЖЛИВО!** Кір у дорослого може призвести до сліпоти, набряку мозку та смерті. **Свинка (паротит)** у дорослого – викликати глухоту, чоловіче безпліддя та інші ускладнення. **Краснуха** у вагітної – спровокувати викидень, смерть новонародженого або мертвонародження, каліцтва плоду.

Більшість «дитячих хвороб» мають тяжкий перебіг у дорослих. Якщо ви не перехворіли на них у дитинстві і ще не були вакциновані – захиститися щепленням зараз, воно того варто.

Якщо в дитинстві не проводилося щеплення від **кашлюку** – цю прогалину теж варто заповнити, що особливо стосується **вагітних** (у період між 16-м і 36-м тижнями вагітності): таке щеплення істотно знижує ризик захворювання на кашлюк немовляти в перші місяці життя. Кашлюк є дуже небезпечним для дітей до 6 місяців – він часто викликає у них ускладнення у вигляді запалення легенів, церебральних порушень та інших серйозних захворювань, що вимагають госпіталізації.

Існує лінійка вакцин **Інфанрикс**, куди входять як моно-, так і полівакцини від дифтерії, правця, кашлюку та поліомієліту.

Суто індивідуально призначається схема вакцинації для дорослого, що не отримувач у дитинстві щеплень проти **гепатиту В**.

**А деякі щеплення дорослим не проводяться взагалі.**  
Наприклад, протитуберкульозне, протиполіомієлітне та щеплення проти гемофілічної інфекції (Hib).

**Як дізнатися, чи були щеплення в дитинстві?**

Теоретично інформація про вакцинації повинна зберігатися в медичних картах – у поліклініках за місцем проживання пацієнта. Щоправда, карта зі щеплень раніше зберігалася в архіві ще п'ять років після досягнення пацієнтом повноліття, після чого знищувалася.

Якщо в поліклініці знайти потрібні документи не вдалося, можна спробувати відшукати їх через школу, де ви навчалися, вуз або військкомат – туди ці дані теж повинні були передаватися.

Якщо ж і цей пошуковий захід успіхом не увінчався – можна здати **аналіз крові на наявність антитіл** до гепатиту, кору, дифтерії та інших «прищеплювальних» захворювань. При достатньому титрі антитіл буде зрозуміло, що імунітет є і все в порядку, а якщо їх не виявиться – можна буде ревакцинуватися.

## **Дитячі та дорослі щеплення, які не входять в офіційний календар**

Про імунізацію проти **пневмококової інфекції** ми вже згадували на початку статті (вакцини – [Синфлорикс](#) та ін.). А зараз перерахуємо інші інфекційні хвороби, від яких має сенс робити щеплення.

Дорослим людям, які в дитинстві не хворіли на **вітряну віспу** («вітрянку») і не робили від неї щеплення, варто його зробити. Збудник цієї хвороби – герпесвірус 3 типу, варицелла-зостер вірус (ВЗВ) – для дорослої людини небезпечний розвитком герпетичного або оперізувального лишая, захворювання вкрай неприємного, яке ще й загрожує серйозними ускладненнями. Детальніше про нього можна почитати в [нашій недавній статті](#) (розділи: «*Оперізуючий лишай*» і «*Як лікувати оперізуючий лишай*»). Вакцини проти varicella zoster – [Варілрикс](#) та ін.

У багатьох країнах у календар обов'язкових дитячих щеплень входить вакцинація проти **ротавірусу**. Ротавіруси знайомі практично кожному з нас – саме вони викликають нестримну блювоту з діареєю, які доросла людина так-сяк переживе, а ось малюк може і померти через електrolітний дисбаланс і шок. Вакцини – [Ротарикс](#) та ін.

Щеплення від **ВПЛ (вірусу папіломи людини)** теж внесена до списків рекомендованих щеплень у багатьох країнах. Деякі штами ВПЛ (16-й, 18-й, 31-й, 45-й типи) здатні спровокувати рак шийки матки – за різними даними від 70% до 99% випадків цього виду раку, четвертого за поширеністю серед жінок, пов'язані саме з ВПЛ. Крім того, цей підступний вірус може викликати і інші види раку, в тому числі у чоловіків, а також генітальні папіломи (за них «відповідальні» 6-й та 11-й типи ВПЛ).

**ВАЖЛИВО!** Ідеально проводити вакцинацію від ВПЛ до початку **статевого життя**, оскільки вірус передається статевим шляхом. Найкраще щеплення «спрацьовує» до 26 років, хоча за призначенням лікаря може бути проведена і пізніше – в 27-45 років.

Терміни ревакцинації варіюються в залежності від вакцини – 5 років (вакцина Gardasil, Гардасил) або 8 років (Cervarix, Церварикс).

Щеплення від **кліщового енцефаліту** є особливо доцільним для районів із високою активністю кліщів. В Україні до таких регіонів належать

деякі дільниці Львівської та Волинської областей, хоча «для підстраховки» робити ці щеплення можна і мешканцям будь-яких інших регіонів, у першу чергу тим, хто часто буває на природі – у лісах, парках тощо. Кліщовий енцефаліт – вкрай важкий захворювання, яке вражає нервову систему, що може призвести до менінгіту, довічного паралічу і навіть смерті. Протиенцефалітна вакцина вводиться трикратно, імунітет зберігається 1 рік, після чого повторювати щеплення потрібно кожні три роки.

Щеплення проти **гепатиту А** варто зробити якщо був контакт із людиною, у якої він був діагностований, або ж при плануванні поїздки в регіон із зафіксованим спалахом цього захворювання. Вакцини – [Хаврикс](#) та ін.

**Менінгококова інфекція** становить небезпеку для молоді, вакцинуватися рекомендується до 24 років. Вакцини – [Менактра](#) та ін.

З приводу щорічних щеплень від **грипу** (платно), а також вакцинації від нової коронавірусної інфекції **COVID-19** (безкоштовно) кожен українець може приймати рішення самостійно.

## Які щеплення потрібні для виїзду за кордон?

По-перше – всі, що входять до нашого офіційного календаря щеплень. По-друге – додаткові, від захворювань, ризик яких у державі в'їзду є дуже високим. Списки таких щеплень відрізняються в кожній країні. Що це за щеплення – потрібно заздалегідь дізнатися на сайті МЗС потрібної країни.

Наприклад, щеплення від уже згаданого вище гепатиту А потрібно робити при плануванні поїздки до деяких країн Північної Америки, Азії, Африки. Дорослим пацієнтам ця вакцинація проводиться в два етапи з інтервалом від півроку до року.

**ВАЖЛИВО!** Щоб після щеплення «включився» повноцінний імунітет, може знадобитися від 2 тижнів до 2 місяців, тому про вакцинацію слід подбати заздалегідь, а не робити щеплення за пару днів до поїздки. При цьому дуже важливо оформити документ, який підтвердив би вашу вакцинацію.

## Щеплення для дітей і дорослих: протипоказання

Протипоказання до проведення імунізації діляться на дві групи – **абсолютні** (коли робити щеплення робити не можна взагалі) і **тимчасові** (коли щеплення слід відкласти на більш пізній термін).

Наприклад, до абсолютних відносяться:

- сильна, що загрожує життю, алергічна реакція на попереднє щеплення та/або просто обґрунтована підозра щодо виникнення алергії на складові вакцини. У таких випадках лікар

може або підібрати вакцину з іншим складом, або скасувати вакцинацію;

- онкологічні захворювання, нещодавно проведена хіміотерапія.

Серед тимчасових протипоказань варто назвати:

- будь-які хронічні та інфекційні хвороби в стадії загострення;
- підвищення температури більш 38,5оС;
- перенесена нещодавно травма або хірургічна операція;
- вагітність (у цей період заборонено введення вакцин, що містять живі віруси).

**ВАЖЛИВО!** Вакцини, в яких містяться живі віруси, також заборонені до використання серед ВІЛ-інфікованих людей і тих, хто приймає препарати, що пригнічують імунітет.

У будь-якому випадку лікар, що направляє вас на вакцинацію, повинен попередньо скласти повну клінічну картину стану вашого здоров'я, щоб уникнути ускладнень після щеплення. У більшості випадків імунізація проходить успішно і приносить реальну користь, тому боятися щеплень не варто :)

**Бажаємо вам міцного здоров'я!**