

# M

**OSÝPKY**



# M

**MUMPS**



# R

**RUBEOLA**



# OČKOVANIE

Tento leták vysvetľuje osýpky, mumps a rubeolu a očkovanie MMR, ktoré pomáha chrániť pred všetkými tromi chorobami.

**i**munizácia

Pomáhame chrániť každého v každom veku



**M****OSÝPKY****M****MUMPS****R****RUBEOLA**

## Čo sú osýpky?

Osýpky sú veľmi infekčné vírusové ochorenie, ktoré sa šíri kašľom a kýchaním. Ak nie ste chránený a máte čo i len prechodný kontakt s niekým, kto má osýpky, je pravdepodobné, že sa nakazíte aj vy. Ak dostanete osýpky, pravdepodobne sa budete cítiť veľmi zle a budete mimo školy alebo práce približne 10 dní. Na osýpky neexistuje žiadna liečba ani liek.

**Príznaky** osýpok zahŕňajú horúčku, boľavé červené oči a vyrážku. Pre niektorých ľudí môže ísť o veľmi vážnu infekciu.

**Komplikácie** sa s väčšou pravdepodobnosťou vyskytnú u určitých skupín vrátane ľudí s oslabeným imunitným systémom, detí mladších ako jeden rok a tehotných žien. Komplikácie môžu zahŕňať infekcie hrudníka a uší, kŕče, hnačku, encefalitídu (infekciu mozgu) a poškodenie mozgu. U tých, u ktorých sa objavia komplikácie, môže byť potrebné hospitalizovať ich na liečbu.

**Je to vážne?** Áno, približne jeden z 5 000 jedincov s osýpkami pravdepodobne zomrie a od roku 2006 sa v Anglicku a Walese vyskytli 3 úmrtia na osýpky.

## Čo je mumps?

Mumps je vírusové ochorenie, ktoré sa šíri kašľom a kýchaním alebo blízkym kontaktom s niekým, kto už má infekciu.

**Príznaky** mumpsu zvyčajne trvajú približne dva týždne a môžu zahŕňať bolesť hlavy a horúčku, ale najčastejším príznakom je opuch žliaz na boku tváre. To môže vyvolať dojem, že máte „škrekovitú tvár“ a môže spôsobiť bolesť a ťažkosti s prehĺtaním.

**Komplikácie** mumpsu môžu byť veľmi bolestivé a môžu zahŕňať zápal vaječníkov alebo semenníkov a v zriedkavých prípadoch aj pankreasu. Mumps môže tiež spôsobiť vírusovú meningitídu a encefalitídu (infekciu mozgu). Hoci trvalá strata sluchu po mumpse je zriedkavá, približne 1 z 20 infikovaných ľudí môže mať dočasnú stratu sluchu.

V súčasnosti neexistujú žiadne lieky na liečbu mumpsu, takže liečba je zameraná na zmiernenie symptómov. Ak sa u vás vyvinie mumps, pravdepodobne budete počas tohto obdobia potrebovať pokoj na lôžku a lieky proti bolesti. Možno budete musieť jesť aj mäkké jedlá, ktoré nevyžadujú veľa žuvania. Väčšina prípadov mumpsu sa teraz vyskytuje u mladých dospelých, ktorí nemali dve dávky MMR vakcíny.

## Čo je rubeola?

Rubeola je vírusové ochorenie, často nazývané Nemecké osýpky, ktoré je teraz v Spojenom kráľovstve zriedkavé vďaka úspechu MMR vakcíny. Šíri sa podobným spôsobom ako mumps a osýpky. Pre väčšinu ľudí je to zvyčajne mierny stav, ktorý sa bez liečby zlepší do 7 až 10 dní. Ak sa však u tehotných žien vyvinie rubeola, môže to byť pre ich nenarodené dieťa veľmi vážne.

**Príznaky** rubeoly zahŕňajú vyrážku, príznaky podobné prechladnutiu a bolesť kĺbov.

**Komplikácie** rubeoly sú zriedkavé, ale ak tehotná žena dostane rubeolu počas tehotenstva, môže to mať pre jej nenarodené dieťa zničujúce následky, ktoré môžu viesť k tomu, že sa dieťa narodí so šedým zákalom (očné problémy), hluchotou, srdcovými problémami alebo poškodením mozgu.

# 1

## Jedna vakcína

MMR vakcína je jedna injekcia, ktorá sa podáva do stehna malých detí alebo do hornej časti ramena starších detí alebo dospelých. Ide o živú vakcínu, čo znamená, že obsahuje oslabené verzie vírusov osýpok, mumpsu a rubeoly. Tie boli dostatočne oslabené na to, aby vytvorili imunitu bez toho, aby spôsobili ochorenie.

---

# 2

## Dve dávky

Vakcína MMR poskytuje dlhotrvajúcu ochranu len s dvoma dávkami vakcíny. Prvá dávka sa podáva vo veku rokov 12 mesiacov a druhá dávka sa podáva približne tri roky a štyri mesiace pred nástupom do školy. Obe dávky poskytujú dlhotrvajúcu ochranu proti osýpkam, mumpsu a rubeoly. U dospelých a starších detí sa tieto dve dávky môžu podávať s mesačným odstupom.

---

# 3

## Tri infekcie

MMR vakcína chráni pred tromi infekciami; osýpkami, mumpsom a rubeolou. Ide o vírusové infekcie, ktoré sa môžu rýchlo preniesť na nechránené deti a dospelých – šíria sa ľahšie ako chrípka alebo prechladnutie.

---



## Dlhotrvajúca ochrana

MMR vakcína je najbezpečnejším a najúčinnnejším spôsobom, ako sa chrániť proti osýpkam, mumpsu a rubeole. Od zavedenia vakcíny v roku 1988 sa tieto stavy v Spojenom kráľovstve stali zriedkavými. Ohniská chorôb, najmä osýpok, sa však vyskytli, keď klesol počet očkovaných. Ak si nie ste istý, či ste už boli zaočkovaní alebo nie, môžete sa poradiť so svojím praktickým lekárom, ďalšie dávky nespôsobia žiadnu škodu.

# Kto by mal mať vakcínu?

## Malé deti

Malým deťom by sa vakcína mala ponúknuť ako súčasť národného očkovacieho programu Spojeného kráľovstva. Ponúknú sa dve dávky vakcíny, prvú hneď po prvých narodeninách a druhú dávku pred nástupom do školy – zvyčajne vo veku okolo troch rokov a štyroch mesiacov.

## Staršie deti, tínedžeri a mladí dospelí

Ak ste nikdy predtým nemali očkovaciu látku MMR alebo ste mali iba jednu dávku, mali by ste sa obrátiť na svojho praktického lekára a dohodnúť sa na dohnaní nevyčerpaných dávok. Ak ste už dostali jednu dávku MMR vakcíny ako malé dieťa, budete potrebovať iba jednu ďalšiu dávku, bez ohľadu na to, ako kedy bola vaša prvá dávka podaná. Ak potrebujete dve dávky, môžete ich podať s mesačným odstupom.

## Ženy v plodnom veku

Rubeola môže byť veľmi vážnou infekciou pre nenarodené deti, môže spôsobiť slepotu, hluchotu a dokonca aj smrť.

Ak ste žena v plodnom veku, aj keď neplánujete mať dieťa, pred otehotnením by ste mali dostať dve dávky MMR vakcíny. Ak ste nedostali dve dávky alebo si nie ste istí, mali by ste sa obrátiť na svojho praktického lekára, aby ste sa dohodli na prípadných nevyčerpaných dávkach. Keďže je to živá vakcína, jeden mesiac po očkovaní by ste sa mali vyhnúť otehotneniu, takže počas tohto obdobia by ste mali používať aj spoľahlivú metódu antikoncepcie.

Ak ste tehotná alebo práve sa vám narodilo dieťa a nie ste si istá, či ste užili dve dávky MMR, porozprávajte sa so svojím praktickým lekárom alebo praktickou sestrou na vašej 6-týždňovej popôrodnej kontrole.

## Starší dospelí

Dospelí, ktorí sa narodili v Spojenom kráľovstve pred rokom 1970, pravdepodobne mali v detstve osýpky, mumps a rubeolu alebo mali jednotlivé vakcíny proti osýpkam alebo rubeole, ktoré sa používali pred zavedením MMR v roku 1988.

Ak si nie ste istý, či ste mali alebo nemali tieto infekcie alebo vakcíny na ochranu pred nimi, môžete požiadať svojho praktického lekára, aby vás zaočkoval. Budete potrebovať dve dávky s odstupom jedného mesiaca.

Dokonca aj vtedy, ak ste už mali očkovacie látky predtým, neprídete k žiadnej škode z dodatočných dávok, pretože váš imunitný systém rozpozná a rýchlo zničí očkovacie vírusy.

### **Narodený alebo vychovaný v zahraničí?**

Ak ste sa narodili alebo vyrastali v zahraničí, možno budete potrebovať dve dávky MMR. Rozdielne krajiny ponúkajú rôzne očkovania a nie všetky používajú kombinovanú MMR vakcínu. Ak nemáte záznam o vakcínach, ktoré ste dostali, alebo si nie ste istý, porozprávajte sa o tom so svojím praktickým lekárom. Možno budete potrebovať aj iné očkovania, aby ste sa plne ochránili pred inými infekciami.

### **Ako funguje MMR vakcína?**

MMR vakcína je živá vakcína, ktorá chráni proti osýpkam, mumpsu a rubeole. Dve dávky sa podávajú injekčne do nohy alebo nadlaktia. Váš imunitný systém reaguje na vakcínu produkciou buniek, ktoré rozpoznávajú a pamätajú si každý z troch vírusov. Ak budete v budúcnosti v kontakte s niektorou z chorôb, tieto bunky budú prebudia sa a aktivujú vaše telo, aby rýchlo produkovalo protilátky. Táto ochrana je zvyčajne dlhodobá.



## Ako bezpečná je vakcína?

Kombinovaná MMR vakcína bezpečne chráni deti už mnoho rokov v mnohých krajinách sveta. V Spojenom kráľovstve boli podané milióny dávok od ich uvedenia na trh v roku 1988. Predtým, ako sa vakcíny môžu použiť, musia byť dôkladne otestované z hľadiska bezpečnosti.

Hoci očkovanie môže mať nejaké vedľajšie účinky, sú zvyčajne mierne a oveľa menej závažné ako samotná choroba. Závažné reakcie po očkovaní sú zriedkavé. Uskutočnilo sa mnoho štúdií zameraných na bezpečnosť a účinnosť vakcíny MMR. Dôkazy sú jasné, že medzi MMR vakcínou a autizmom neexistuje žiadna súvislosť.

## Funguje to?

Áno, vakcína je veľmi dobrá pri poskytovaní ochrany proti osýpkam, mumpsu a rubeole.

Viac ako 99 % tých, ktorí dostanú dve dávky vakcíny, bude chránených proti osýpkam a rubeole. Hoci proti mumpsu je o niečo nižšia, prípady u očkovaných ľudí sú oveľa menej závažné. MMR bola zavedená v Spojenom kráľovstve v roku 1988 a v súčasnosti je u detí zriedkavé, že sa u nich rozvinú tieto infekcie. Boli tiež pozorované ohniská osýpok a mumpsu v posledných rokoch.

Tieto sa zvyčajne vyskytujú tam, kde je úroveň zaočkovania nízka, ale môžu sa vyskytnúť kedykoľvek, takže je dôležité zabezpečiť, aby ste boli chránení podaním dvoch dávok vakcíny MMR.

## Aké sú vedľajšie účinky vakcíny?

Nie každý dostane vedľajšie účinky vakcíny. Na zabezpečenie ochrany vakcína napodobňuje tri infekcie, pred ktorými chráni. Niektorí ľudia môžu dostať vyrážku, ktorá vyzerá ako mierna forma osýpok, tvár môže opuchnúť, aby vyzerala ako mumps alebo môžu mať bolesti kĺbov ako pri rubeole. Tieto vedľajšie účinky sa vyskytujú u malého percenta ľudí po prvej dávke.

Vedľajšie účinky z časti vakcíny proti osýpkam sa zvyčajne prejavia, keď vakcína začne účinkovať – približne 6 – 10 dní po očkovaní. Opuch tváre alebo bolesti kĺbov majú tendenciu prísť približne dva až tri týždne po očkovaní, keď vakcíny proti mumpsu a rubeole začnú účinkovať.

Vedľajšie účinky, ako je vyrážka alebo opuch krku, trvajú len približne 2 až 3 dni a nie sú infekčné. To znamená, že ak sa u vás objavia tieto vedľajšie účinky, nemôžete infekciu preniesť na iných.

V zriedkavých prípadoch sa môže do šiestich týždňov po očkovaní objaviť červenofialová vyrážka, ktorá vyzerá ako drobné modriny.

## **Prečo by som mal/a ja alebo moje deti dostať vakcínu?**

Mali by ste dostať vakcínu, aby ste sa chránili pred tromi závažnými infekciami. Pomôžete tak chrániť aj ostatných, ktorí nemôžu dostať vakcínu. Patria sem nenarodené deti, dojčatá, ktoré sú príliš malé na to, aby dostali vakcínu, a deti/dospelí, ktorí nemôžu dostať vakcínu, pretože majú oslabený imunitný systém. Pomôže to zabrániť veľkému prepuknutiu choroby.

Očkovaciu látku by ste mali mať aj vtedy, ak pracujete s malými deťmi alebo sa staráte o ľudí ako súčasť vašej práce.

Prenos osýpok na deti, ktoré sú príliš malé na to, aby mali vakcínu MMR, alebo na niekoho, kto je už chorý, môže mať veľmi vážne následky na ich zdravie.

Preventívne by sa ženy mali jeden mesiac po očkovaní MMR vyhýbať otehotneniu.

## **Obsahuje MMR vakcína želatínu?**

V Spojenom kráľovstve máme dve MMR vakcíny, ktoré fungujú veľmi dobre. Jedna z nich obsahuje želatínu pochádzajúcu z ošípaných a druhá nie.

Ak by ste radšej mali vakcínu, ktorá neobsahuje želatínu, poraďte sa so svojou praktickou sestrou alebo všeobecným lekárom.





**Ak si myslíte, že už môžete mať osýpky, mumps alebo rubeolu, je dôležité znížiť riziko šírenia infekcie na iných ľuďoch. Mali by ste:**

- Zavolať svojmu praktickému lekárovi o radu, možno bude musieť zariadiť, aby ste ordináciu navštívili na konci dňa, aby ste sa vyhli kontaktu s ľuďmi, ktorí sú náchylnejší na infekciu, ako sú malé deti a tehotné ženy.
- Vyhýbať sa práci alebo škole aspoň štyri dni od prvého výskytu vyrážok pri osýpkach.
- Urobiť opatrenia, aby ste mali všetky zostávajúce dávky vakcíny, keď sa zotavíte. To vás ochráni pred ďalšími dvoma infekciami.

## **Existuje niekto, kto by nemal mať vakcínu MMR ?**

Keďže MMR vakcína je živá vakcína, nemala by sa podávať tehotným ženám alebo ľuďom s ťažkým zdravotným stavom imunosuprimovaní, napríklad tí, ktorí podstúpili transplantáciu kostnej drene alebo užívajú imunosupresívne lieky.

Ak si nie ste istý, porozprávajte sa o tom so svojím lekárom. Ak ste mali potvrdenú anafylaktickú reakciu na neomycín, nemali by ste dostať vakcínu. Ak ste mali potvrdenú anafylaktickú reakciu na želatínu, mali by ste sa porozprávať so svojím praktickým lekárom a zabezpečiť vakcínu bez želatíny.

### **Alergia na vajcia**

Všetci, ktorí sú alergickí na vajíčka, vrátane detí s astmou, môžu dostať MMR vakcínu v ambulancii svojho praktického lekára. Každý, kto mal zdokumentovanú anafylaktickú reakciu na samotnú MMR vakcínu, by mal byť posúdený alergiológom.

## Aké sú príznaky a symptómy?

### Osýpky

Horúčka, príznaky podobné prechladnutiu, vyrážka, boľavé oči alebo zápal spojiviek

### Mumps

Horúčka, bolesť hlavy a opuchnuté uzliny v tvári

### Rubeola

Zdurené uzliny, bolesť hrdla, teplota a vyrážka

## Je to vážne?

### Áno

Približne 1 z 5 pôjdu do nemocnice a u 1 z 15 sa vyvinú závažné komplikácie.

Osýpky môžu spôsobiť hluchotu, záchvaty, poškodenie mozgu a opuch mozgu. Od roku 2006 došlo v Spojenom kráľovstve k trom úmrtiam na osýpky.

### Áno

Hoci väčšina prípadov je mierna, mumps môže spôsobiť vírusovú meningitídu a bolestivý zápal vaječníkov alebo semenníkov a v zriedkavých prípadoch aj pankreasu.

### Áno

Hoci sú prípady mierne, chytenie rubeoly počas tehotenstva môže spôsobiť vážne ochorenie u nenarodených detí, vrátane hluchoty, slepoty a dokonca smrti.

## Kto potrebuje vakcínu?

- Všetky deti staršie ako jeden rok by mali dostať dve dávky vakcíny, prvá dávka sa zvyčajne podáva vo veku jedného roka a druhá dávka sa zvyčajne sa podáva vo veku troch rokov a štyroch mesiacov.
- Staršie deti a dospelí by mali dostať dve dávky vakcíny s mesačným odstupom.
- Tehotné ženy by sa mali uistiť, že sú chránené ešte pred otehotnením, alebo sa musia zaočkovať hneď po narodení dieťaťa.



**Nikdy nie je neskoro na očkovanie, ak ste nedostali dve dávky.**

## Kde môžem získať vakcínu?

### V ambulancii vášho praktického lekára

- Všetkým deťom vo veku od jedného roka do troch rokov a štyroch mesiacov by mala byť vakcína ponúknutá ako súčasť ich bežného očkovania v ambulancii praktického lekára.
- Staršie deti a dospelí by mali kontaktovať svojho praktického lekára, ak dostali jednu alebo žiadnu dávku vakcíny.
- Tehotné ženy môžu dostať vakcínu v ambulancii svojho praktického lekára po narodení dieťaťa, ak nemajú zdokumentované dve dávky.

### Vo vašej škole

Niektorým dospelým a mladým dospelým sa ponúkajú chýbajúce dávky MMR vakcíny s ich ďalšími tínedžerskými posilňovacími vakcínami.

### V pracovných zdravotných službách vášho zamestnávateľa

Zdravotnícki pracovníci s priamym kontaktom s pacientmi by sa mali uistiť, že sú chránení pred tromi chorobami.

Osýpky, to nie je len  
problém detí

<b>M</b> OSÝPKY	<b>M</b> MUMPS	<b>R</b> RUBEOLA
--------------------	-------------------	---------------------

**Ak by ste chceli viac informácií o MMR, navštívte**

[www.nhs.uk/conditions/vaccinations/pages/mmr-vaccine.aspx](http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/pages/mmr-vaccine.aspx)



©Crown copyright 2016  
3219250 1p 75k jún 2016 (PUR)

Prvýkrát publikované v Júni 2016

Text tohto dokumentu môže byť reprodukován bez formálneho súhlasu alebo poplatku pre osobné alebo interné použitie.

Ak si chcete objednať viac kópií tejto brožúry,  
navštívte: **[www.orderline.dh.gov.uk](http://www.orderline.dh.gov.uk)**  
alebo tel.: 0300 123 1002,  
Minicom: 0300 123 1003  
(8:00 až 18:00, pondelok až piatok)

**[www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)**