



JAK ROZMAWIAĆ Z PACJENTAMI O SZCZEPIENIACH PRZECIW GRYPIE?

PORADNIK

dr n.med. Justyna Tymińska

Jak rozmawiać z pacjentami o szczepieniach przeciw grypie?

Poradnik dla farmaceuty

Autor:

Dr n. med. Justyna Tymińska
Specjalista Medycyny Rodzinnej

Wydawca:

Fundacja Nadzieja dla Zdrowia
w ramach projektu *Koalicja na rzecz szczepień w aptekach*

ISBN 978-83-944794-4-2

Wydanie I

Opracowanie graficzne:

Rafał Pugacz, RA-V-Studio, tel. 601 213 028

Warszawa, 2023



Spis treści

1. Dlaczego PORADNIK?.....	3
2. Dlaczego GRYPA?.....	4
3. Dlaczego SZCZEPIENIA?.....	5
4. Zasady prowadzenia rozmów z pacjentami na temat szczepienia przeciw grypie.....	6
KROK 1 - Zastanów się, czy i jakie wskazania do szczepienia ma pacjent.....	7
KROK 2 - Poznaj postawę pacjenta wobec szczepienia przeciw grypie.....	9
KROK 3 - Dostosuj komunikację do reakcji pacjenta.....	12
KROK 4 - Postępuj uwzględniając perspektywę pacjenta.....	14
5. Przykładowe rozmowy z pacjentem.....	20
6. Podsumowanie.....	22
7. Piśmiennictwo.....	23

1. Dlaczego PORADNIK?



Co roku, aż ok. 10% populacji dorosłych i około 20% populacji dzieci na świecie ulega zakażeniu wirusem grypy, przy czym ok. 250 tysięcy osób nie udaje się uratować.¹ W związku z tym **grypa stanowi duże wyzwanie dla systemu opieki zdrowotnej wielu krajów.**

W zwalczanie grypy w Polsce od lat zaangażowanych jest wiele instytucji publicznych, towarzystwa naukowe, samorządy zawodowe, stowarzyszenia pracodawców i pacjentów. Mimo to nadal odsetek osób zaszczepionych przeciw grypie w Polsce jest zbyt niski i wynosi około 5% w populacji ogólnej oraz około 20% w populacji osób powyżej 65 roku życia. To dużo poniżej oczekiwań Światowej Organizacji Zdrowia, której celem jest osiągnięcie wyszczepialności przeciw grypie w grupach ryzyka na poziomie 75%.^{2,3} **Aby go osiągnąć, trzeba wielu systemowych działań, w tym zaangażowania personelu medycznego.**

Do tej pory obowiązek informowania, a tym samym edukacji pacjentów na temat szczepień spoczywał głównie na lekarzach, położnych i pielęgniarkach. Kolejną ważną grupą zawodową mogącą zrobić wiele w tym zakresie są farmaceuci, zwłaszcza że mają prawo do wykonywania szczepień w aptekach. Nie ulega wątpliwości, **że skuteczność działań na rzecz szczepień jest większa, gdy wszystkie grupy personelu medycznego będą mówić jednym głosem.**

Niniejszy poradnik ma za zadanie pomóc farmaceutom w rozmowach z pacjentami na temat szczepień, prezentując krok po kroku zasady prowadzenia rozmów z pacjentami. Jest skierowany do tych, którzy chcą dołączyć do ambasadorów szczepień i aktywnie uczestniczyć w budowaniu świadomości pacjentów na temat grypy i możliwości jej profilaktyki.



2. Dlaczego GRYPA?



Grypa to choroba dróg oddechowych wywołana przez wirusa grypy z rodziny *Orthomyxoviridae* charakteryzująca się wzrostem zachorowań na jesieni i zimę. Wirus ten odpowiada za występowanie epidemii zakażeń. Często mutuje, po to, aby sprawniej się replikować. Do zakażenia wirusem grypy dochodzi głównie drogą kropelkową, chociaż możliwe jest także zakażenie przez kontakt bezpośredni lub ze skażoną powierzchnią.

Okres wylęgania grypy jest bardzo krótki i wynosi 1-4 dni. Najbardziej charakterystyczne objawy grypy to: ból głowy, katar, kaszel i wysoka gorączka powyżej 38°, której często towarzyszą dreszcze, a ponadto ból mięśni i zmęczenie.¹

Typy wirusów grypy występujące u ludzi to: A, B i C. Typ A wirusa dzieli się na podtypy, w tym m.in. A/H1N1/, A/H3N2/, A/H2N2/. Obecnie przy pomocy badań diagnostycznych możemy potwierdzić zakażenia typami A i B wirusa. Zakażenie typem C wirusa przebiega bezobjawowo.⁴

W leczeniu grypy w zależności od ciężkości przebiegu i wieku pacjenta stosuje się leki przeciwwirusowe, przeciwgorączkowe, przeciwbólowe, czy preparaty obkurczające błonę śluzową nosa. Niektórzy pacjenci, zwłaszcza z tzw. grup ryzyka muszą być leczeni w szpitalu.⁴

Choroba trwa średnio około 7 dni, chyba że dojdzie do powikłań, które najczęściej wynikają z zaostrzenia choroby przewlekłej danego pacjenta, ale nie tylko. **Powikłania mogą obejmować różne narządy.** Wśród nich wymienia się m.in.: zapalenie mięśnia serca i osierdzia, zapalenie oskrzelików, oskrzeli i płuc, poprzeczne zapalenie rdzenia, zapalenie mózgu i opon mózgowych. **Powikłania pogrypowe mogą prowadzić do inwalidztwa lub nawet zgonu.**⁴



3. Dlaczego SZCZEPIENIA?



Szczepienia są najskuteczniejszym narzędziem do walki z grypą. Szczepienia nie tylko zapobiegają zachorowaniom, ale **przede wszystkim chronią przed wystąpieniem groźnych dla życia powikłań.** Niestety jak wynika z raportu działań Ogólnopolskiego Programu Zwalczania Grypy w Polsce ciągle wykonywane jest zbyt mało szczepień przeciw tej chorobie.² Szczepienia niosą ze sobą wiele korzyści nie tylko dla osoby szczepionej i jej otoczenia, lecz także dla całego społeczeństwa i systemu opieki zdrowotnej.

Korzyści dla pacjenta wynikające ze szczepienia przeciw grypie:

- ▶ mniejsze ryzyko zachorowania na grypę
- ▶ większa szansa na łagodny przebieg grypy
- ▶ mniejsze ryzyko wystąpienia ciężkich powikłań, w tym zgonu
- ▶ mniejsze ryzyko hospitalizacji
- ▶ większa szansa na uczestnictwo w życiu rodzinnym
- ▶ mniejsze ryzyko zaostrzenia choroby przewlekłej
- ▶ mniejsze ryzyko czasowej niezdolności do pracy
- ▶ mniejsze ryzyko trwałej niezdolności do pracy
- ▶ mniejsze ryzyko powikłań w ciąży lub utraty ciąży



4. Zasady prowadzenia rozmów z pacjentami na temat szczepienia przeciw grypie

Prowadzenie rozmów na temat szczepień jest elementem pracy personelu medycznego. Mimo iż takie rozmowy są niezwykle ważne w kontekście podnoszenia świadomości społecznej na temat możliwości profilaktyki chorób zakaźnych, to nie zawsze są łatwe. **Poniżej przedstawiono krok po kroku algorytm prowadzenia rozmowy farmaceuty z pacjentem na temat szczepienia przeciw grypie możliwy do zastosowania w warunkach apteki.**

ROZMOWA Z PACJENTEM

KROK 1 Zastanów się, czy i jakie wskazania do szczepienia ma pacjent

- ▶ Ustal wskazania
- ▶ Wyklucz przeciwwskazania

KROK 2 Poznaj postawę pacjenta wobec szczepienia przeciw grypie

- ▶ 5 postaw społecznych wobec szczepień
- ▶ Zainicjowanie rozmowy o szczepieniach
- ▶ Specyfika komunikacji z pacjentem w aptece
- ▶ Zasady komunikacji z pacjentem w aptece

KROK 3 Dostosuj komunikację do reakcji pacjenta

KROK 4 Postępuj uwzględniając postawę pacjenta

- ▶ Obsłuż pacjenta, który jednoznacznie odmówi szczepienia
- ▶ Umów lub Zaszczep pacjenta, który jest gotowy do szczepienia
- ▶ Rozwiej wątpliwości pacjenta i zaproponuj mu szczepienie

Rekomendując szczepienie trzeba:

- ▶ **ustalić wskazania do szczepienia uwzględniając wiek pacjenta i jego stan zdrowia**

Należy zwrócić szczególną uwagę na seniorów, osoby z chorobami przewlekłymi, dzieci i kobiety w ciąży.

Wskazania do szczepienia przeciw grypie:⁵

KLINICZNE	EPIDEMIOLOGICZNE
osoby po transplantacji narządów	zdrowe dzieci w wieku od ukończenia 6 miesiąca życia do ukończenia 18 roku życia ^e
przewlekłe chore dzieci (od ukończenia 6 miesiąca życia) i osoby dorosłe ^a	osoby w wieku powyżej 55 lat
osoby w stanach obniżonej odporności ^b	osoby mające bliski kontakt zawodowy lub rodzinny z dziećmi w wieku do ukończenia 6 miesiąca życia oraz z osobami w wieku podeszłym lub przewlekłe chorymi ^f
dzieci z grup ryzyka od ukończenia 6 miesiąca życia do ukończenia 18 roku życia ^c	uczniowie i studenci szkół i uczelni medycznych lub innych szkół i uczelni prowadzących kształcenie na kierunkach medycznych, pracownicy ochrony zdrowia (personel medyczny, niezależnie od posiadanej specjalizacji oraz personel administracyjny), pracownicy szkół, handlu, transportu, funkcjonariusze publiczni w szczególności: policji, wojska, straży granicznej, straży pożarnej
dzieci z wadami wrodzonymi serca ^d	pensjonariusze domów spokojnej starości, domów pomocy społecznej oraz innych placówek zapewniających całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekłe chorym lub osobom w podeszłym wieku, w szczególności przebywającym w zakładach opiekuńczo-leczniczych, placówkach pielęgnacyjno-opiekuńczych, podmiotach świadczących usługi z zakresu opieki paliatywnej, hospicyjnej, długoterminowej, rehabilitacji leczniczej, leczenia uzależnień, psychiatrycznej opieki zdrowotnej oraz lecznictwa uzdrowiskowego.
kobiety w ciąży lub planujące ciążę	

a. szczególnie chorujące na niewydolność układu oddechowego, astmę oskrzelową, przewlekłą obturacyjną chorobę płuc, niewydolność układu krążenia, chorobę wieńcową (zwłaszcza po przebytych zawałach serca), niewydolność nerek, nawracający zespół nerczycowy, choroby wątroby, choroby metaboliczne, w tym cukrzycę, choroby neurologiczne i neurorozwojowe. **b.** (w tym pacjenci po przeszczepie tkanek) i chorzy na nowotwory układu krwiotwórczego. **c.** szczególnie zakażone wirusem HIV, ze schorzeniami immunologiczno-hematologicznymi, w tym małopłytkowością idiopatyczną, ostrą białaczką, chłoniakiem, sferocytozą wrodzoną, asplenią wrodzoną, dysfunkcją śledziony, po splenektomii, z pierwotnymi niedoborami odporności, po leczeniu immunosupresyjnym, po przeszczepieniu szpiku, przed przeszczepieniem lub po przeszczepieniu narządów wewnętrznych, leczonych przewlekłe salicylanami. **d.** zwłaszcza sinicznymi, z niewydolnością serca, z nadciśnieniem płucnym. **e.** szczególnym uwzględnieniem dzieci w wieku od ukończenia 6 do ukończenia 60 miesiąca życia. **f.** w ramach realizacji strategii kokonowej szczepień.

► **wykluczyć przeciwwskazania do szczepień⁶**

Zgodnie z zaleceniami Komitetu Doradczego ds. Praktyki Szczepień (ACIP) wyróżniamy STAŁE i CZASOWE przeciwwskazania do szczepień

- 1. STAŁYM przeciwwskazaniem do wykonywania szczepień** jest reakcja anafilaktyczna na poprzednią dawkę szczepionki lub na jakikolwiek jej składnik.
- 2. CZASOWE przeciwwskazania do szczepień obejmują:**
 - ostrą chorobę o umiarkowanym lub ciężkim przebiegu, przebiegającą z gorączką lub bez,
 - zaostrzenie choroby przewlekłej.

W kwalifikacji do szczepienia należy także uwzględnić przeciwwskazania umieszczone w charakterystyce danego produktu leczniczego.



W wielu badaniach naukowych udowodniono, że o ile **materiały edukacyjne** na temat szczepień są ważnym narzędziem pomocniczym, to **nie są w stanie zastąpić rozmowy**. Rozmowa jest uznana za najważniejsze narzędzie edukacyjne na temat szczepień. **Pracownicy medyczni są według pacjentów wiarygodnymi źródłami wiedzy** na ten temat, a rola farmaceutów w tej kwestii nabiera coraz większego znaczenia, zwłaszcza w obliczu uzyskania przez nich uprawnień do wykonywania szczepień.⁸⁻¹¹

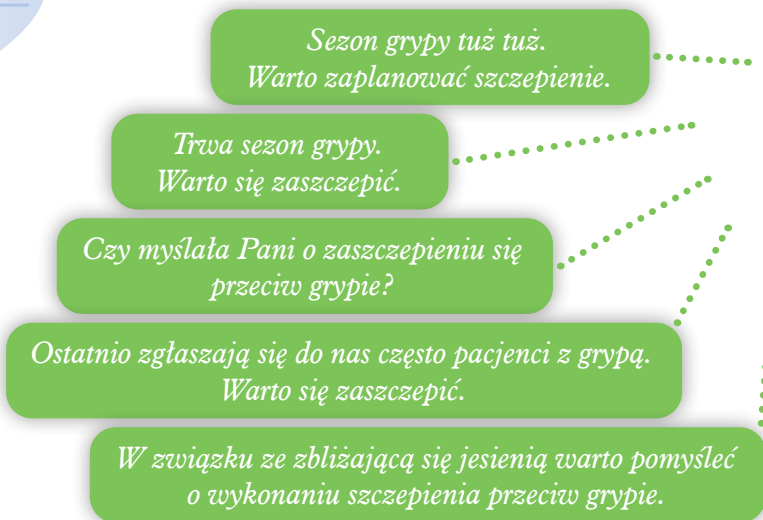
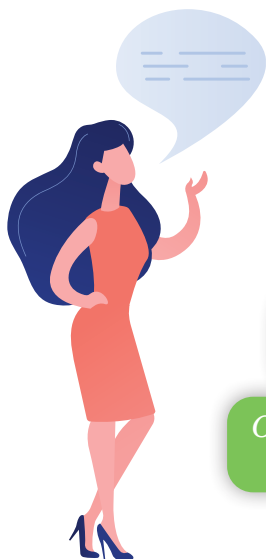
Specyfika zawodu farmaceuty zakłada możliwość obecności osób trzecich. Dlatego chcąc prowadzić rozmowy na temat szczepień farmaceuta powinien mieć na uwadze **prawo pacjenta do tajemnicy o swoim stanie zdrowia**. To jest istotna bariera, dlatego podczas rozmów z pacjentami **warto koncentrować się na faktach np. na temat grypy jako choroby, mechanizmów działania szczepionek, ich skuteczności, czy bezpieczeństwa**.

Specyfika pracy farmaceuty powoduje, że rozmowa na ten temat nie może być długa. W praktyce farmaceuta ma jeszcze mniej czasu niż lekarz, pielęgniarka, czy położna na rozmowę na temat szczepienia. Dodatkowo **często rozmowa ta odbywa się w obecności osób trzecich co uniemożliwia poruszanie w niej informacji na temat stanu zdrowia pacjenta**.

Pytanie otwarte „Co Pani/Pan sądzi na temat szczepienia przeciw grypie?“, które w rozmowach z pacjentami używają lekarze, pielęgniarki lub położne, nie sprawdzi się w warunkach apteki.⁷ Takie pytanie jest zbyt ogólne, może prowadzić do długiej dyskusji, a to z kolei do dezorganizacji pracy farmaceuty.

Farmaceucie będzie znacznie łatwiej poznać postawę pacjenta sprawdzając jego gotowość do przyjęcia szczepionki przeciw grypie, zwłaszcza jeżeli w danej aptece można ją podać. Dlatego w warunkach apteki znacznie **lepiej sprawdzą się komunikaty zachęcające pacjentów do wyrażenia swojego zdania na temat tego szczepienia**.

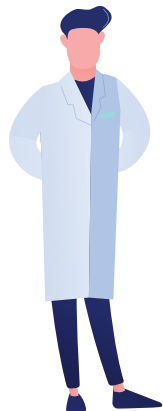
**PRZYKŁADY KOMUNIKATÓW ZACHĘCAJĄCYCH PACJENTÓW
DO WYRAŻENIA SWOJEGO ZDANIA
NA TEMAT SZCZEPIENIA PRZECIW GRYPIE.**



Tak sformułowane komunikaty zawierają informację na temat pozytywnej postawy farmaceuty wobec szczepień oraz zawierają elementy motywujące pacjentów zaznaczając przy tym, że szczepienie się przeciw grypie jest ważne.

**SPECYFIKA KOMUNIKACJI FARMACEUTY
Z PACJENTEM W WARUNKACH APTEKI:**

- ▶ obecność osób trzecich
- ▶ krótki czas spotkania
- ▶ bariery komunikacyjne np. szyba
- ▶ rozmowa przeprowadzana na stojąco



**ZASADY KOMUNIKACJI FARMACEUTY
Z PACJENTEM W WARUNKACH APTEKI:**

- ▶ uszanowanie prawa pacjenta do tajemnicy o swoim stanie zdrowia
- ▶ zachęcanie pacjentów do wyrażenia swojego zdania na temat szczepienia przeciw grypie
- ▶ przedstawianie faktów na temat grypy
- ▶ przedstawianie korzyści szczepienia przeciw grypie

Wyróżniamy 5 postaw społecznych wobec szczepień:



CAŁKOWICIE AKCEPTUJĄCY

- **wykonuje szczepienia chętnie**
- wie, że to jest ważne
- zadaje mało pytań, rzadko ma wątpliwości
- **darzy zaufaniem personel medyczny**



OSTROŻNIE AKCEPTUJĄCY

- **szczepi się mimo wątpliwości**
- wie, że korzyści przewyższają ryzyko
- chętnie rozmawia na temat szczepień
- nie szuka aktywnie informacji na temat szczepień
- **chętnie rozwiewa wątpliwości w rozmowie z personelem medycznym**



NIEZDECYDOWANY

- **ma obawy, zwłaszcza co do bezpieczeństwa szczepień**
- ma dużą wiedzę na temat szczepień zaczerpniętą z różnych źródeł, ponieważ **aktywnie szuka informacji** na ten temat
- **chętnie zaufa personelowi medycznemu**
- **bardzo chętnie rozmawia na temat szczepień**



UMIARKOWANY PRZECIWNIK

- **ma DUŻE obawy, zwłaszcza co do bezpieczeństwa szczepień**
- odracza wykonanie szczepienia
- ma bardzo dużą wiedzę na temat szczepień zaczerpniętą z różnych źródeł, ponieważ **aktywnie szuka informacji** na ten temat, ale jest rozdarty komu zaufać
- **chętnie rozmawia na temat szczepień**



ZDECYDOWANY PRZECIWNIK

- **nie wykonuje żadnych szczepień**
- ma negatywny stosunek do tego rodzaju działań
- **rozmowa na ten temat wywołuje silne emocje**, z reguły negatywne, a czasami nawet agresję
- **nie jest zainteresowany rozmową na temat szczepień**





KROK	▶ KROK 2. Poznaj postawę pacjenta wobec szczepienia przeciw grypie				
Zainicjowanie rozmowy	Sezon grypy tuż tuż. Warto zaplanować szczepienie.				
Przykładowe reakcje pacjentów	<i>Już się zaszczepiłem. Już się zapisałam na szczepienie. Tak, pamiętam. Szczepię się co roku. A u Państwa też można?</i>	<i>To w tym roku też trzeba? A to raz nie wystarczy? Tak lekarz mi już mówił, ale jeszcze się nie zapisałem. Ostatnio mnie ręka bolała po szczepieniu. W zeszłym roku chorowałem po szczepieniu.</i>	<i>Nie wiem czy trzeba. Waham się. To trudna decyzja. Myślałam o tym, ale nie wiem. Muszę porozmawiać z lekarzem.</i>	<i>Nie planuję. Na razie nie planuję. Nie myślę o tym. Jeszcze zobaczę. Jeszcze mam czas.</i>	<i>Ja się nie szczepię. Ja się nie boję grypy. Szczepienia są bez sensu. Niech się inni szczepią. Nie dam sobie nic wstrzyknąć.</i>
Postawa pacjenta	CAŁKOWICIE AKCEPTUJĄCY	OSTROŻNIE AKCEPTUJĄCY	NIEZDECYDOWANY	UMIARKOWANY PRZECIWNIK	ZDECYDOWANY PRZECIWNIK
Charakterystyka pacjenta	Szczepi się, nie ma obaw. Rzadko zadaje pytania. Jest przekonany do szczepień. Wykonuje szczepienia.	Szczepi się mimo obaw. Bardzo chętnie rozmawia. Zadaje konkretne pytania. Słucha zdania rozmówcy.	Ma obawy, ale mało. Chętnie rozmawia. Zadaje dużo pytań. Słucha odpowiedzi.	Ma dużo obaw. Daje znać, że ma swoje stanowisko na ten temat. Czeka na reakcję rozmówcy. Otwiera się zachęcony. Emocje mniej intensywne.	Ma negatywny stosunek do szczepień. Ucina dyskusję. Daje do zrozumienia, że jest przekonany do swoich racji i nie zmieni zdania. Komunikaty są krótkie, jasne, a ton stanowczy. Często towarzyszą emocje.
KROK	▶ KROK 3. Dostosuj komunikat do reakcji pacjenta				
Postawa farmaceuty	Doceń i wzmacnij	Ustal obawy i odpowiedz na pytania			Nie oceniaj
Reakcja farmaceuty	<i>To świetnie, że Pan dba o swoje zdrowie.</i>	<i>Raz w życiu nie wystarczy...</i>	<i>Czego najbardziej się Pani/Pan obawia?</i>	<i>Czy ma Pani/Pan jakieś obawy związane z tym szczepieniem?</i>	Rozumiem
KROK	▶ KROK 4. Zrealizuj szczepienie	▶ KROK 4. Rozwiń wątpliwości, porozmawiaj, omów korzyści, zaplanuj szczepienie			▶ KROK 4. Obsłuż pacjenta

Najmniej zaangażowania ze strony farmaceuty będą wymagały dwie spośród wymienionych grup:

CAŁKOWICIE AKCEPTUJĄCY – takich osób nie trzeba przekonywać. One albo są już po szczepieniu, albo są zapisane na szczepieniu, albo zdecydowały się na szczepienie w aptece. To, co warto dodatkowo zrobić w tej grupie, to docenić te osoby i wzmocnić w tym, że dobrze postępują. **Takie osoby pochwalone przez pracownika medycznego mogą nie tylko kontynuować wykonywanie szczepień, ale także zostać orędownikami szczepień w społeczności zamieszkującej teren, na którym pracuje dany farmaceuta.**



ZAREKOMENDUJ SZCZEPIENIE

oraz ustal datę szczepienia lub zaszczep, jeżeli pacjent nie ma przeciwwskazań



PRZECIWNICY – przekonanie takich osób do zmiany zdania jest **bardzo trudne zwłaszcza w warunkach apteki**. Rozmowa na temat szczepień doprowadzi do negatywnych emocji, z którymi będzie się musiał mierzyć farmaceuta. **Dlatego w takich przypadkach należy zaakceptować zdanie pacjenta, nie oceniać go i przejść do rozwiązania problemu, z którym dany pacjent zgłosił się do apteki.**



OBSŁUŻ PACJENTA

Najwięcej zaangażowania ze strony farmaceuty będą wymagały **trzy grupy: umiarkowani przeciwnicy, niezdecydowani i ostrożnie akceptujący**. Takie osoby będą miały często pytania i wątpliwości, a ich ilość będzie zależała od stopnia wahania.



**UMIARKOWANY
PRZECIWNIK**



NIEZDECYDOWANY



**OSTROŻNIE
AKCEPTUJĄCY**



ROZWIĘJ WĄTPLIWOŚCI,
porozmawiaj, omów korzyści.

Dzieląc się swoimi obawami z personelem medycznym, takie osoby liczą na to, że udzielimy im rzetelnych odpowiedzi i rozwiejemy wątpliwości. W świetle badań to właśnie personel medyczny jest najbardziej wiarygodnym źródłem wiedzy na temat szczepień, a wśród lekarzy, pielęgniarek i położnych są wymieniani także farmaceuci.

Chcąc poznać źródło obaw pacjenta wystarczy zadać proste pytanie otwarte np. **Czego najbardziej się Pan/Pani obawia?** Wątpliwości pacjentów mogą dotyczyć najróżniejszych kwestii, ale najczęściej ogniskują się wokół skuteczności, bezpieczeństwa i ich doświadczeń w zakresie szczepień. Rozmawiając z pacjentami na temat szczepień warto **odnosić się do faktów i wyników badań naukowych, przedstawiać korzyści wynikające z zaszczepienia się oraz używać języka dostosowanego do rozmówcy**. Poniżej umieszczono propozycje odpowiedzi na najczęściej zgłaszane wątpliwości pacjentów w odniesieniu do szczepienia przeciw grypie. Kolor ramki przyporządkowuje daną wątpliwość do postawy pacjenta.



Zawsze jakoś zapominam, a potem już jest za późno.



Szczepienie przeciw grypie jest ważne. Ta groźna choroba może dotknąć każdego z nas niezależnie od wieku i stanu zdrowia. **Może się Pani/Pan zaszczepić u nas w aptece.** Mamy dostępne szczepionki. Zakwalifikujemy, zaszczepimy i tym razem nie umknie.



Szczepionka jest nieskuteczna, bo skład jest nietrafiony.^{1,3}



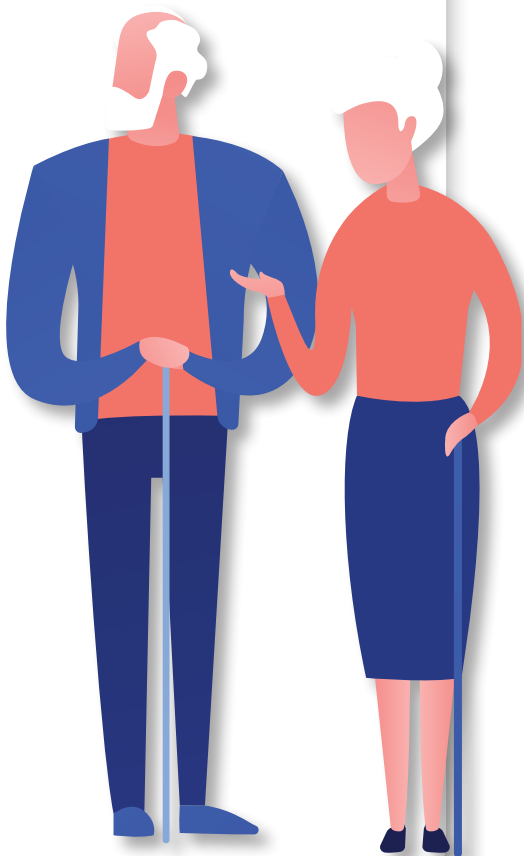
Pokonanie wirusa grypy rzeczywiście nie jest łatwe, **ponieważ on co roku mutuje. Skład szczepionki jest opracowywany co roku w oparciu o dane gromadzone przez Światową Organizację Zdrowia. Zdarza się, że jest bardziej lub mniej trafiony.** Mimo to, warto się zaszczepić, aby skrócić czas trwania choroby i złagodzić jej przebieg. **Proszę pamiętać, że grypa to poważna choroba, która może prowadzić do groźnych powikłań** takich jak zapalenie płuc, zapalenie mózgu, czy zapalenie mięśnia sercowego. Grypa może też prowadzić do zgonu, zwłaszcza u osób z chorobami współistniejącymi takimi jak np. cukrzyca, POCHP, czy astma.



Boję się powikłań po szczepieniu.



Szczepionki rzeczywiście mogą wywoływać niepożądane odczyny poszczepienne (NOP), tak jak leki mogą wywoływać działania niepożądane. Najgroźniejszym powikłaniem jest reakcja uczuleniowa. Ona może wystąpić po pokarmach, lekach i po szczepieniach, nie tylko po tym przeciw grypie. W przypadku szczepień ciężka reakcja uczuleniowa zdarza się niezwykle rzadko 1-2 razy na milion podanych dawek. **Ryzyko wystąpienia ciężkiego NOP-u jest małe, a korzyści z podania szczepionki przeciw grypie duże.** Najczęściej po szczepieniu występują łagodne odczyny takie jak gorączka i obrzęk w miejscu podania. Gorączkę obniżamy przy pomocy leków przeciwgorączkowych, a w razie obrzęku stosujemy okład z sody oczyszczonej. Informacje o działaniach niepożądanych są umieszczane w charakterystykach produktów leczniczych oraz ulotkach dla pacjenta dostępnych także w Internecie.





To szczepienie jest niebezpieczne w ciąży.¹³



W Stanach Zjednoczonych szczepienia przeciw grypie wykonywane są u kobiet w ciąży od końca lat 90tych ubiegłego wieku. Przez te wiele lat przeprowadzono dużo badań, które wykazały, że **te szczepienia są bezpieczne zarówno dla matki jak i dziecka. Możemy je wykonać na każdym etapie ciąży bez obaw o poronienie**, czy przedwczesny poród. Szczepienie przeciw grypie kobiet w ciąży jest bardzo ważne, dlatego przysługuje im bezpłatnie. Kobiety będące w ciąży chorują częściej i ciężiej na grype. **Grypa u kobiety ciężarnej może prowadzić do poronienia**, przedwczesnego porodu, czy urodzenia martwego dziecka. **Szczepiąc matkę chronimy także dziecko**. W wyniku szczepienia powstają przeciwciała, które przenikają przez łożysko i ochronią niemowlę przed grypą w pierwszych miesiącach życia.



Zaszczepiłem się i na drugi dzień byłem przeziębiony.^{1,6}



Przeziębienie to łagodna choroba wirusowa. Najprawdopodobniej infekcja rozwijała się kilka dni przed kwalifikacją do szczepienia, ale w dniu szczepienia nie było jeszcze objawów. Pojawiły się dopiero potem. **Doszło do koïncydencji zdarzeń.**

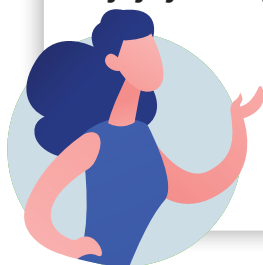
Dodatkowo objawy przeziębienia nie dyskwalifikują pacjenta do szczepienia. W dniu szczepienia można mieć objawy przeziębienia i otrzymać szczepionkę. **Dopiero ostra infekcja z gorączką jest przeciwwskazaniem do podania szczepionki.**



*Za dużo tych szczepień.
Wystarczy, że się na COVID-19 zaszczepiłem.*



Mamy coraz więcej szczepionek na rynku, to fakt. **To wynika z postępu medycyny.** Cieszę się, że zaszczepił się Pan przeciwko COVID-19. **To szczepienie chroni Pana przed COVID-19, ale nie chroni przed innymi chorobami.** Grypa to też poważna choroba, przeciwko której warto się zaszczepić. Mamy w aptece dostępne szczepionki i szczepimy u nas pacjentów. **Gdyby Pan się zdecydował, to zapraszamy.**





Nigdy nie zachorowałem na grypę, więc nie potrzebuję szczepionki.^{1,4}



Cieszę się, że nigdy nie zachorował Pan na grypę, bo to poważna choroba.

Nie mamy niestety pewności, że w tym roku będzie tak samo. Wirus grypy z roku na rok się zmienia – mówimy, że mutuje. **Może się okazać, że w tym roku uda mu się pokonać Pana układ immunologiczny i wywołać takie objawy** jak ból głowy, ból mięśni, kaszel i wysoką gorączkę. Szczepienie zmniejszy ryzyko zachorowania na grypę, a w razie choroby złagodzi jej przebieg i skróci czas występowania objawów, czyli **ochroni Pana przed ciężkimi powikłaniami takimi jak zapalenie płuc, zapalenie mózgu, zapalenie mięśnia sercowego, a także przed zgonem.**



Szczepiłem się przeciw grypie w zeszłym roku, a i tak zachorowałem. Nie widzę sensu szczepienia się.^{1,4}



Skoro Pan zachorował w zeszłym roku mimo szczepienia, to tym bardziej powinien się Pan zaszczepić i w tym.

Szczepionki przeciw grypie mają wysoką skuteczność sięgającą nawet 70%, ale nadal nie chronią w 100% przed zachorowaniem. Dzieje się tak dlatego, że wirus grypy charakteryzuje się dużą zmiennością, czyli często mutuje. Szczepienie zatem zmniejsza ryzyko zachorowania na grypę, a w przypadku, gdy zachorujemy **skracza czas trwania infekcji i łagodzi jej przebieg, czyli chroni przed ciężkimi powikłaniami**, takimi jak: zapalenie płuc, zapalenie mózgu, zapalenie mięśnia sercowego, a także przed zgonem. Pytanie, **jak przebiegałaby grypa w zeszłym roku, gdyby Pan nie przyjął szczepionki?**



Skoro trzeba powtarzać co roku, to jest nieskuteczne.^{1,3}



Rzeczywiście szczepienie przeciw grypie **powinno się co roku powtarzać**. Dzieje się tak głównie dlatego, że **wirus grypy często mutuje. Mówimy, że charakteryzuje się dużą zmiennością**. Skład szczepionki na każdy sezon jest ustalany na podstawie danych gromadzonych przez Światową Organizację Zdrowia właśnie po to, aby była skuteczna.





Zaszczepiłem się i na drugi dzień miałem grypę, to nie ma sensu.



Szczepionki nie wywołują grypy. Zawierają fragmenty zabitych i inaktywowanych lub żywych i osłabionych wirusów. Po podaniu szczepionki nasz organizm uczy się jak wygląda wirus grypy, a w razie wniknięcia wirusa do naszego organizmu od razu się broni wytwarzając przeciwciała. Wygląda na to, że grypa rozwijała się kilka dni przed kwalifikacją do szczepienia, ale w dniu szczepienia nie było jeszcze objawów. Pojawiły się dopiero potem. **Dozło do koincydencji zdarzeń, a szczepionka nie zdążyła jeszcze zadziałać.** Mogła to być również infekcja wywołana przez inny wirus lub bakterię.



Nie ma sensu się szczepić na grypę, bo to łagodna choroba.^{1,4}



Grypa w opinii społecznej często postrzegana jest jako łagodna infekcja – zwykłe przeziębienie, ale **w rzeczywistości to poważna choroba, która może prowadzić do ciężkich powikłań** takich jak zapalenie płuc, zapalenie mózgu, czy zapalenie mięśnia sercowego. **Grypa może też prowadzić do zgonu**, zwłaszcza u osób z chorobami współistniejącymi takimi jak np. cukrzyca, POCHP, czy astma.



Jestem zdrowa, więc nie muszę się szczepić na grypę, bo przejdę ją łagodnie.^{1,4}



Rzeczywiście osoby z chorobami przewlekłymi ciężiej chorują na grypę i częściej występują u nich groźne powikłania. Cieszę się, że Pani jest zdrowa, ale **to niestety nie daje Pani gwarancji ani łagodnego przebiegu grypy**, ani tego że nie będzie powikłań. **Powikłania po grypie mogą wystąpić u każdego z nas, niezależnie od naszego stanu zdrowia, czy wieku.**



5. Przykładowe rozmowy z pacjentem...

...OSTROŻNIE AKCEPTUJĄCYM SZCZEPIONIA:



Farmaceuta: *Czy myślała Pani o zaszczepieniu się przeciw grypie?*

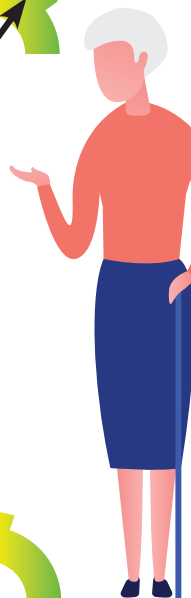
Pacjentka: **Zawsze jakoś zapominam, a potem już jest za późno.**

Farmaceuta: *Szczepienie przeciw grypie jest ważne. Ta groźna choroba może dotknąć każdego z nas niezależnie od wieku i stanu zdrowia.*

Pacjentka: *Wiem, ale nie mam czasu pójść do przychodni.*

Farmaceuta: *Może się Pani zaszczepić u nas w aptecę. Mamy dostępne szczepionki. Zakwalifikujemy, zaszczepimy i tym razem nie umknie.*

Pacjentka: *Dobrze, chętnie.*



...NIEZDECYDOWANYM:



Farmaceuta: *W związku ze zbliżającą się jesienią warto pomyśleć o wykonaniu szczepienia przeciw grypie.*

Pacjent: **Boję się powikłań po szczepieniu.**

Farmaceuta: *Szczepionki rzeczywiście mogą wywoływać niepożądane odczyny poszczepienne, tak jak leki mogą wywoływać działania niepożądane.*

Pacjent: *No właśnie i tego się boję.*

Farmaceuta: *Najczęściej po szczepieniu występują łagodne odczyny, takie jak, gorączka i obrzęk w miejscu podania. Gorączkę obniżamy przy pomocy leków przeciwgorączkowych, a w razie obrzęku stosujemy okład z sody oczyszczonej. Informacje o działaniach niepożądanych są umieszczane w charakterystykach produktów leczniczych dostępnych także w Internecie.*

Pacjent: *A jakie są poważne odczyny?*

Farmaceuta: *Najgroźniejszym powikłaniem jest reakcja uczuleniowa. W przypadku szczepień ciężka reakcja uczuleniowa zdarza się niezwykle rzadko 1-2 razy na milion podanych dawek. Także, ryzyko wystąpienia ciężkiego NOPu jest małe, a korzyści z podania szczepionki przeciw grypie duże.*

Pacjent: *A, to nie wiedziałem. To pomyślę nad zaszczepieniem się.*



...UMIARKOWANYM PRZECIWNIKIEM SZCZEPIENIA:



Farmaceuta: *Ostatnio zgłaszają się do nas często pacjenci z grypą. Warto się zaszczepić.*

Pacjent: ***Nigdy nie zachorowałem na grypę, więc nie potrzebuję szczepionki.***

Farmaceuta: *Cieszę się, że nigdy nie zachorował Pan na grypę, bo to poważna choroba. Nie mamy niestety pewności, że w tym roku będzie tak samo.*

Pacjent: *Dlaczego?*

Farmaceuta: *Wirus grypy z roku na rok się zmienia – mówimy, że mutuje. Może się okazać, że w tym roku uda mu się pokonać Pana układ immunologiczny i wywołać takie objawy jak ból głowy, ból mięśni, kaszel i wysoką gorączkę*

Pacjent: *Zaryzykuję w tym roku, a jak zachoruję, to po prostu wyzdrowieję.*

Farmaceuta: *Szczepienie skraca czas choroby i łagodzi jej przebieg, czyli chroni przed ciężkimi powikłaniami takimi jak zapalenie płuc, zapalenie mózgu, zapalenie mięśnia sercowego, a także przed zgonem.*

Pacjent: *Rozumiem, ale na razie nie zamierzam się szczepić. Dziękuję za informacje.*



6. Podsumowanie

Farmaceuci od zawsze byli ważnym ogniwem w kształtowaniu postaw pacjentów wobec szczepień. Wraz z nabyciem uprawnień do wykonywania szczepień w aptekach, rola farmaceuty w profilaktyce chorób zakaźnych nabrała jeszcze większego znaczenia. Jest to szczególnie istotne w obliczu utrzymującego się od wielu lat niewystarczającego poziomu zaszczepienia polskiego społeczeństwa przeciw grypie. **Pacjenci mieli, mają i będą mieć obawy dotyczące szczepień, a farmaceuci mają odpowiednią wiedzę, aby na nie odpowiedzieć.** Zaprezentowane zasady komunikacji z pacjentami na temat szczepienia przeciw grypie pozwolą farmaceutom **skuteczniej rozwiewać wątpliwości pacjentów i tym samym kształtować prawidłowe postawy wobec szczepień**, co w przyszłości zaowocuje zwiększeniem się odsetka zaszczepionych osób. Tym bardziej, że szczepienie przeciw grypie może być wreszcie wykonane w aptece.



7. Piśmiennictwo

1. Antczak A, Dutkowska A. Czym jest, a czym nie jest grypa. [w:] Grypa praktyczne kompendium. Antczak A (red.) Medical Tribune, Warszawa 2021
2. <https://opzci.pl/podsumowanie-sezonu-epidemiologicznego-2022-2023-az-114-zgonow-z-powodu-grypy-i-jej-powiklan/> [ostatnia data dostępu: 11 lipca 2023]
3. <https://www.who.int/europe/news-room/fact-sheets/item/influenza-vaccination-coverage-and-effectiveness> [ostatnia data dostępu: 11 lipca 2023]
4. Brydak L.B. Choroby wywoływane przez wirusy DNA i RNA. [w:] Choroby zakaźne i pasożytnicze tom II. Cianciara J, Juszczak J (red.) Czelej, Lublin 2012
5. https://dziennikmz.mz.gov.pl/DUM_MZ/2022/113/oryginal/akt.pdf [ostatnia data dostępu: 11 lipca 2023]
6. <https://www.cdc.gov/vaccines/hcp/acip-recs/general-recs/index.html> [ostatnia data dostępu: 11 lipca 2023]
7. Leask J.: How do general practitioners persuade parents to vaccinate their children? A study using standardised scenarios. NSW Public Health Bull., 2009; 20: 119–124
8. Tymińska J, Wysocki J. *Czy jedna minuta wystarczy, aby przekonać rodziców o zaszczepieniu dziecka?* Przegl Epidemiol 2017;7(3):439-455
9. Ganczak M, Dmytryk-Daniłow G, Karakiewicz B i wsp.: Determinants influencing self-paid vaccination coverage, in 0-5 years old Polish children. Vaccine 2013;31:5687-5692
10. Kardas P. Interwencje poprawiające przestrzeganie zaleceń. W: Nieprzestrzeganie zaleceń terapeutycznych. Od przyczyn do praktycznych rozwiązań. Gaciong Z, Kardas P (red.). Naukowa Fundacja Polfarmy, Warszawa 2015:55
11. Stille ChJ, Christison-Lagay J, Bernstein BA i wsp.: A simple provider-based educational intervention to boost infant immunization rates: a controlled trial. Clin Pediatr. 2001;40:365-373
12. Tymińska J. Jak przekonać nieprzekonanych, czyli zasady prowadzenia rozmów z rodzicami wątpięcymi w szczepienia. Med. Prakt. Szczep. 2023; 3 (47) : 118-123
13. <https://podyplomie.pl/krztusiec/posts/403.szczepienia-ciezarnych> [ostatnia data dostępu: 11 lipca 2023]



**Koalicja na rzecz
szczepień w aptekach**