

# VAKCINĒTIES VAI TOMĒR NE

Saslimt ar infekcijas slimību var jebkurš. Īpaši uzņēmīgi pret infekcijas slimībām ir bērni līdz divu gadu vecumam, jo viņu imūnsistēma vēl nav pilnībā attīstījusies. Vairākas infekcijas slimības ir ļoti bīstamas, tās var radīt smagas komplikācijas, invaliditāti, dažkārt pat nāvi. Vakcinācija pasargā bērnu no infekcijām, novērš smagu slimības gaitu un komplikācijas. Ik gadu, pateicoties vakcinācijai, pasaulē izdodas pasargāt vairāk nekā 2,5 miljonus bērnu dzīvību.

MONIKA SPROĢE

## Kāpēc vakcinēties, ja var to nedarīt!

“Vakcinācija ir visefektīvākais aizsardzības veids pret infekcijas slimībām - vakcinētam cilvēkam iespēja saslimt ir ļoti maza, ja tas tomēr notiek, slimība norit vieglākā formā. Turklāt vakcinācija novērš infekcijas slimību izplatīšanos. Tā nepieciešama kopējai sabiedrības veselības aizsargāšanai - pateicoties kolektīvajai imunitātei, infekcija vairs neizplatās no cilvēka uz cilvēku un iznīkst,” atsaucoties uz rūpīgi izstrādātu informatīvo materiālu, vēsta Slimību un profilakses un kontroles (SPKC) centra pārstāve Ilze Arāja.

SPKC informē, ka pasaulē ir izskaustas bakas, bet daļā valstu arī stingumkrampji jaundzimušajiem, poliomiēlīts, Eiropa tiecas uz masalu un masaliņu izskaušanu. Lai gan valsts var būt pasludināta brīva no konkrētas infekcijas slimības (kad nav reģistrēti vietējas izcelsmes gadījumi), mūsdienās neviena valsts nav izolēta, infekcijas slimības nerespēktē valstu robežas un infekcijas izraisītāji var tikt ievesti no citām valstīm, kurās turpinās šo slimību izplatīšanās.

Samazinoties kolektīvajai imunitātei, saslimšana ar atsevišķām infekcijas slimībām pieaug. Lai nepieļautu infekcijas slimību atgriešanos, vakcināciju nepieciešams turpināt arī tad, ja valstī saslimšanas gadījumi ar konkrēto slimību pēdējos gados netiek reģistrēti vai tiek reģistrēti ļoti reti.

“Latvijā statistiskie rādītāji ir labi. Vakcinējušies ir aptuveni 95% iedzīvotāju, no atlikušajiem 5% apzināti nevakcinēt savu bērnu izvēlējušies 2% vecāku,” pauž SPKC Infekcijas slimību riska analīzes un profilakses departamenta direktors Jurijs Perevoščikovs. Viņš arī skaidro, ka nevakcinēto iedzīvotāju veselība balstās uz vakcinēto iedzīvotāju pleciem. Tikko nevakcinēto individu būs vairāk, risks saslimt palielināsies.

## Klusās un nāvējošās

Vakcinācija, īpaši jau bērniem, ir visefektīvākais pašlaik zināmais ilgtermiņa profilakses veids, kas pasargā no saslimšanas ar infekcijas slimībām un smagām sekām vai pat nāves, ko var izraisīt tādas infekcijas slimības kā, piemēram, difterija, garais klepus, poliomiēlīts, masalas, pneimokoku infekcija un citas. Statistikas dati liecina, ka Latvijā aizvadītajā gadā bērniem konstatēti 86 garā klepus saslimšanas gadījumi, kurus būtu varēts novērst, ja būtu veikta vakcinācija. Citi infekcijas slimību profilakses veidi ir nespecifiski un līdz ar to nav tik efektīvi kā vakcinācija. Norūdišanās, pilnvērtīgs uzturs un citi veselīga dzīvesveida faktori ir ļoti svarīgi, tomēr nespēj pasargāt bērnu no infekcijām, pret kurām tiek veikta vakcinācija.

Bērnu infektoloģe Dace Zavadska, skaidro, ka vecāki dažkārt vēlas bērnu vakcinēt nevis dzīves pirmajos mēnešos, bet gada vecumā, kaut bērns ārējos infektoloģiskos draudus saņem jau pirmajās dienās, ja ne stundās, kad dzemdību nodaļā ierodas virkne apmeklētāju. “Tikko dzimušais mazulis nav spējīgs sevi pasargāt, viņa imūnā sistēma vēl nefunkcionē tā kā pieaugušajam vai lielākam bērnam, un tas ir papildu faktors, kāpēc zīdaiņi nepieciešams vakcinēt tik mazu,” saka D. Zavadska.

Zināms, ka neliela daļa vecāku pauž stingru nostāju pret bērna vakcināciju, uzskatot, ka tā ir farmācijas gigantu naudas mašīna, D. Zavadska tam nepiekrīt, sakot, ka, visticamāk, šiem vecākiem nav pietiekamu zināšanu vai trūkst atbildības sajūtas. Turklāt virkne infektologu un ārstu uzsver, ka vakcinācija ir lētākais veids, kā sevi pasargāt arī no lie-

lām medicīnas pakalpojumu izmaksām slimības gadījumā.

Ģimenes ārsts Andris Baumanis no savas pieredzes stāsta, ka sabiedrība jāizglīto, jo citkārt jaunie vecāki informāciju smeļas no dažādām interneta vietnēm un uzskatus par vakcināciju balsta leģendās, kas kļūst interneta vidē: “Visbiežāk diskusijas par vakcināciju notiek ārsta kabinetā. Mammām, kuras kategoriski iebilst pret bērna vakcināciju, jautāju, ar ko pamatots šāds lēmums. Parasti viņas nespēj sniegt pamatotus argumentus, atsaucies uz nopietniem pētījumiem. Reiz man bija diskusija ar imunologu, beigās nonācām līdz tādām absurdam, ka mēs, sabiedrība, varam dzīvot alās, atteikties no tehnoloģijām, dzīvot ekoloģiski pareizi, slīmot ar tām infekcijas slimībām, kas kādreiz bija, ar to pašu mirstību, kas bija, un mūsu dzīvildze saīsināsies uz pusi.

Atsakoties bērnu vakcinēt, ir jāparaksta juridisks dokuments, ka vecāks uzņemas visu atbildību, gadījumā, ja... Bija gadījums, kad pie manis ieradās tēvs, parakstīja dokumentu, ka bērnu nevakcinēs. Bet, būdams advokāts, pēc piecām minūtēm atgriezās un dokumentu saplēsa. Acīmredzot apdomāja, ko bija parakstījis.”

Ārsts sarunas laikā modelē dažādas iespējas, kā bērns, kurš, iespējams, nav vakcinēts, var iegūt infekcijas slimības, īpaši ņemot vērā, ka robežas ir atvērtas, cilvēki ceļo un līdzīgi ceļo arī infekcijas. A. Baumanis kā piemēru min ASV, valsts konsekventi neļauj iebraukt studēt gribētājiem, kuri nav vakcinējušies pret konkrētām slimībām: “To sauc par pozitīvo demokrātiju, kad ikvienam ir savas tiesības līdz brīdim, kamēr viņš neapdraud citus, tātad arī dzīves situācijas var piespiest veikt vakcinācijas.”

## Kas lācītim vēderā

Dažas vakcīnas satur veselās nedzīvas baktērijas vai vīrusus, citas - dzīvus, novājinātus vīrusus, vēl citas - baktēriju vai vīrusu daļas, tāpat tajās ir palīgvielas, konservanti un stabilizatori, kas nepieciešami vakcīnu īpašību saglabāšanai. Visas vakcīnu sastāvdaļas ir pārbaudītas un tādā daudzumā, kas pētījumos ir atzīts par veselībai nekaitīgu. Galvenokārt vakcīna tiek ievadīta organismā ar dūrienu (injekciju) ādā, zemādā vai muskulī, turpretī citas, piemēram, dzīvo vakcīnu pret rotavīrusu infekciju, ievada pilienu veidā mutē.

Parasti vakcīnas satur tikai vienu komponenti (pret vienu infekciju), bet var būt arī kombinētas vakcīnas, kas rada imunitāti pret vairākām infekcijas slimībām vienlaikus.

Pēc vakcinācijas organisms, līdzīgi kā slimības laikā, tiek pakļauts slimību izraisošas baktērijas vai vīrusa iedarbībai, bet vakcīnā šie slimību izraisītāji ir nedzīvi, novājināti vai pārveidoti un neizraisa saslimšanu. Organisma aizsardzība pret slimību ierosinātāju rodas septiņu līdz 21 dienas laikā, imūnās sistēmas šūnām izveidojot antivielas (pretvielas) pret konkrēto mikroorganismu. Tāpēc, ja cilvēks inficējas, antivielas atpazīst un neitralizē slimības izraisītāju.

## Pret ko vakcinē Latvijā

Latvijā saskaņā ar vakcinācijas kalendāru bērni tiek vakcinēti pret 14 infekcijas slimībām - tuberkulozi, difteriju, stinguma krampjiem, garo klepu, poliomiēlītu, masalām, masaliņām, epidēmisko parotītu, B tipa Haemophilus influenzae infekciju, B hepatītu, vējbakām, pneimokoku infekciju, cil-

vēka papildomas vīrusa infekciju un rotavīrusa infekciju. Vakcināciju pret šīm infekcijas slimībām simtprocentīgi apmaksā valsts. Tā kā Latvijā ir augsta saslimstība ar tuberkulozi, šo vakcīnu bērni saņem jau pirmajās dzīves dienās. Pret vairākām infekcijas slimībām bērnam pamatvakcinācija jāsaņem līdz septiņu mēnešu vecumam, bet pret masalām, masaliņām, epidēmisko parotītu un vējbakām līdz pusotra gada vecumam. Bērnam jābūt aizsargātam, jo šajā vecumā viņš sāk aktīvi kontaktēties ar citiem bērniem, piemēram, bērnudārzā vai spēļu laukumā.

## Valsts apmaksā

Valsts apmaksā bērnu vakcināciju arī pret ērcu encefalītu bērniem, kuri dzīvo teritorijās, kurās saskaņā ar epidemioloģiskās uzraudzības datiem ir visaugstākā saslimstība ar ērcu encefalītu (ērcu encefalīta endēmiskās teritorijās), ja bērna deklarētā dzīvesvieta ir ērcu encefalīta endēmiskajā teritorijā. Bāreņiem un bez vecāku gādības palikušiem bērniem šo vakcīnu valsts apmaksā neatkarīgi no dzīvesvietas. Trakumsērgas vakcīnu valsts apmaksā bērniem pēc saskares ar dzīvniekiem, kuri ir slimi vai tiek turēti aizdomās par saslimšanu ar trakumsērgu. Pret gripu valsts simtprocentīgi vakcināciju apmaksā bērniem no 6 līdz 24 mēnešiem un bērniem līdz 18 gadu vecumam, ja bērns pieder riska grupai, ko nosaka konkrētas diagnozes. 50% apmērā vakcināciju pret gripu apmaksā grūtniecēm un personām vecumā no 65 gadiem, riska grupām ar hroniskām plaušu, sirds, vielmaiņas un nieru slimībām, pacientiem ar imūndeficīta sindromu, pacientiem ar imūnsupresīvo terapiju. □

## VAKCINĀCIJAS KALENDĀRS

Vakcinējamās personas vecums	Infekcijas slimība, pret kuru obligāti veicama vakcinācija
0-12 stundas	B hepatīts
0-5 dienas	Tuberkuloze
2 mēneši	Difterija, stinguma krampji, garais klepus, poliomiēlīts, B tipa Haemophilus influenzae infekcija un B hepatīts; pneimokoku infekcija; rotavīrusu infekcija
4 mēneši	Difterija, stinguma krampji, garais klepus, poliomiēlīts, B tipa Haemophilus influenzae infekcija un B hepatīts; pneimokoku infekcija; rotavīrusu infekcija
6 mēneši	Difterija, stinguma krampji, garais klepus, poliomiēlīts, B tipa Haemophilus influenzae infekcija un B hepatīts; rotavīrusu infekcija
12-15 mēneši	Difterija, stinguma krampji, garais klepus, poliomiēlīts, B tipa Haemophilus influenzae infekcija un B hepatīts; pneimokoku infekcija; masalas, epidēmiskais parotīts, masaliņas; vējbakas
7 gadi	Difterija, stinguma krampji, garais klepus, poliomiēlīts; masalas, epidēmiskais parotīts, masaliņas;
12 gadi (meitenes)	Masaliņas; cilvēka papildomas vīrusa infekcija
14 gadi	Difterija, stinguma krampji, poliomiēlīts; B hepatīts
Pieaugušajiem ik 10 gadus	Difterija un stinguma krampji

## Infekcijas slimību gadījumi Latvijā janvārī - novembrī

	2017. gads	2016. gads
HIV	260	319
Difterija	2	6
Ērcu encefalīts	205	226
Garais klepus	85	250
Seksuāli transmisīvās slimības	1268	1254
Laima slimība	555	440
Legionāru slimība	25	24
Salmoneloze	218	455
Sifiliss	127	148
Trihineloze	1	1
Tuberkuloze	429	501
Vējbakas	1440	1428
Vīrusu zarnu infekcijas	2449	2991
Hronisks B vīrushepatīts	322	330
Hronisks C vīrushepatīts	1575	1742

Avots: SPKC epidemioloģijas biļetens, 2017. gada 20. decembrī

Kāpu ģimenē pašlaik ir mamma Kitija, tētis Oskars un gadu vecā meitiņa Kerolaina. Jautājot viņu viedokli par vakcīnām, kuras parasti potē zīdaiņa vecumā, vecākiem iebildumu neesot.

MONIKA SPROĢE

“Mūsu ģimenē nekad šī tēma nav tikusi nedz apspriesta, nedz izvērtēti kādi par un pret, tas ir bijis pašsaprotami, ka bērni, tāpat kā mēs ar vīru bērnībā, tiks vakcinēti tādā kārtībā, kādā tas paredzēts. Kad es augu, nekad netiku dzirdējusi, ka mamma ar kādu diskutētu par to, vai tas maz nepieciešams. Arī mana vīra ģimenē par “obligāto potēšanos” nekādas diskusijas nekad neesot bijušas, līdz ar to man atliek secināt, ka attieksmi pret vakcināciju veido pašu vai tuvinieku pieredze – ja visi vienmēr ir tikuši vakcinēti un viss ir bijis kārtībā, tad es neredzu iemeslu, kāpēc to pēkšņi nedarīt, savukārt, ja pēc vakcīnām rastos kādas nopietnas komplikācijas, tad es droši vien pārdomātu šīs vakcīnas ietekmi uz mana bērna veselību,” saka Kitija.

Vaicāta par izvēles vakcīnām, piemēram, gripas, ērcu pote un citas, mamma atzīstas, ka paši jau gadiem neesot potējušies: “Visdrīzāk tas ir dažādu apstākļu kopums, kas mūs ir pamudinājis to nedarīt – mēs īpaši aktīvi neapmeklējam brīvdabas pasākumus, koncertus vai festivālus. Zinu, ka šādi domāt ir mulķīgi, jo ērces sastopamas arī piemājas dārziņā, taču arī šeit darbojas “ģimenes faktors” – neviens no tuviniekiem jau gadiem nevienam ērci no dārza mājās nav pārnēsis, tāpēc nejutām vajadzību, iespējams, pavisam lieki iztērēt pietie-

# letekmē ģimenes faktors

kami lielu naudu. Un, lūk, arī otrais, bet ne mazāk svarīgais, iemesls – tie ir pietiekami lieli izdevumi, lai arī vienreizēji. Mazliet uzmetot aci ērcu encefālīta vakcīnu cenām internetā – ja vienas vakcīnas cena pieaugušajam ir vismaz 25 eiro, tad summa tomēr ir diezgan liela. Jā, veselība par visu svarīgāka, taču, būsīm godīgi, mūsu valsts ekonomiskajā situācijā, kur jāmaksā ir visiem un par visu, katram eiro ir liela nozīme. Domāju, ka tā tas ir ne tikai mūsu, bet arī daudzās citās ģimenēs. Turklāt, ja ģimenē ir tikai viens pelnītājs, tas ir īpaši svarīgi. Un vēl kas – mēs, pieaugušie, jau parasti domājam – ar mums taču nekad nekas nenotiks. Arī mulķīgi, bet fakts. Taču, kas attiecas uz bērnu, par šo jautājumu gan mēs noteikti padiskutēsim.

Meitai ir gads, un šis būtu laiks, kad vakcinēties pret ērcu encefālītu būtu vislabāk, tāpēc par to mēs noteikti domāsim. Par citām maksas potēm nemaz neesmu iedomājusies, jo tās vienkārši nepazīnu.

Tomēr ir vecāki, kuri izvēlas nevakcinēties paši un nevakcinē arī

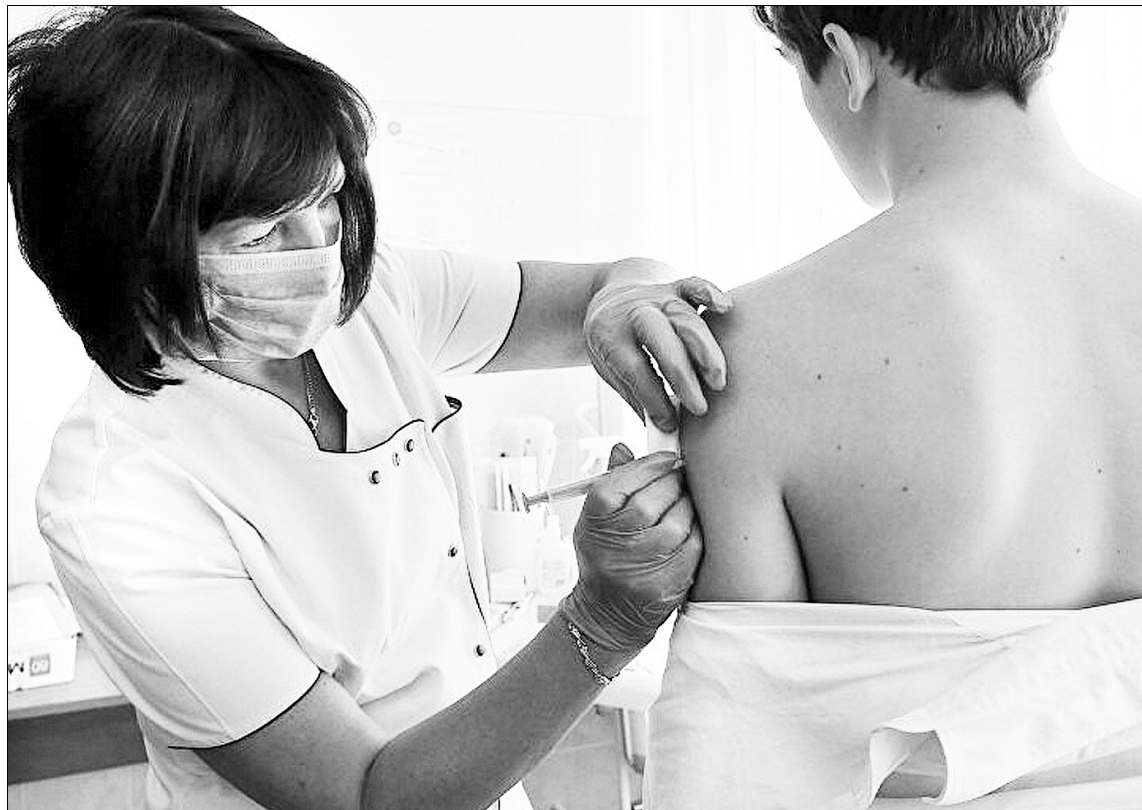


Foto: PUBLICITĀTES

## KITIJA KĀPA:

- Man gribētos teikt īsi - nevajag izaicināt likteni, ir jācenšas pasargāt sevi un tuviniekus no tā, no kā var un vajag sargāt.

mazuli, pamatojot to ar argumentiem, ka daba pati visu noliks pa vietām. “Manuprāt, bet tikai manuprāt, šāda attieksme būtu ļoti nopietni jāpamato, jo, lai kā mums gribētos ticēt, ka vairākas slimības jau gadu simtiem pie mums nav sastopamas, atrodas arvien jauni un jauni pētījumi, kas rāda pretējo. Starp citu, nupat ziņās tika teikts, ka Latvijā vairāki cilvēki, tostarp bērns, inficējies, ja nemaldos, ar kādu no masalu paveidiem, kam, tīri teorētiski, šeit vispār nebūtu bijis jāparādās. Tas vien liek aizdomāties. Man gribētos teikt īsi – nevajag izaicināt likteni, ir jācenšas pasargāt sevi un tuviniekus no tā, no kā var un vajag sargāt, un tas at-

tiecas ne tikai uz vakcinēšanos,” saka Kerolainas mamma.

Vaicāta, vai Kitija pati seko vakcinācijas kalendāram vai paļaujas uz ģimenes ārsti, viņa atbild, ka par tām vakcīnām, kas attiecas uz pieaugušiem, gan tām, kas attiecas uz bērnu, lielākoties paļaujas uz savu ģimenes ārsta un pediatra norādēm vai ieteikumiem. “Galu galā tieši speciālistam par to ir vislielākā skaidrība, visvairāk ticamas informācijas, jo internetā jau mēs varam krustu šķērsu salasīties dažādu “speciālistu” viedokļus, taču, cik ticami ir šie avoti, ne vienmēr ir zināms,” savu nostāju pamato Kitija.

Pabeidzot sarunu, vaicāju, vai

Kitijas ģimenes ārste viņu ir informējusi par iespēju un īsto laiku, kad var vakcinēties pret ērcu encefālītu un gripu. “Kā jau iepriekš minēju, pie ģimenes ārsta dodos reti, faktiski tikai tad, kad man ir kādas ļoti nopietnas veselības problēmas, jo mans ģimenes ārsts atrodas citā pilsētā, esmu mainījusi deklarēto dzīves vietu, taču ģimenes ārstu vēl neesmu nomainījusi, taču, godīgi sakot, neatminos, ka kādreiz būtu ar viņu pārrunājusi šos jautājumus,” saka Kitija un piebilst, ka aktuāli tas esot bijis viņas bērnībā, pusaudžu gados. □

Gripas slimnieku skaits Latvijā īpaši nemainās, kaut gan apzinīgo cilvēku skaits, kuri izmanto iespēju vakcinēties, palielinās.

MONIKA SPROĢE

Jaunajai gripas sezonai tuvojoties, Latvijā pieejamas trīskomponentu un četrkomponentu gripas vakcīnas. Lielākā atšķirība ir tā, ka viena pasargā no trīs izplatītākajiem gripas vīrusa paveidiem, bet otra – “Vixi grip Tetra” – no četriem. Četrkomponentu vakcīna ir dārgāka, taču sniedz lielāku drošību.

Raunas ģimenes ārste Zaiga Zariņa gan saka, ka ģimenes ārstiem, iepērkot gripas vakcīnas, lielas izvēles nav. Esot pieejama tikai “Vixi grip Tetra” vakcīna, un tā šogad manāmi sadārdzinājusies. Aptiekās un dažādās ārstu praksēs šīs vakcīnas cena svārstās no 18 līdz 22 eiro.

“Daudzus tieši cena arī atbaida,” saka daktere, “kopumā nevaru teikt, ka vakcinēto skaits būtu

palielinājies. Pārsvārā vakcinējas tie, kas to dara gadu no gada. Citi vaicā, kāpēc sevī jāievada infekcija, ja tāpat nevar zināt, kurš no visiem gripas paveidiem uzliesmos šogad. Turklāt lauku cilvēki maz apmeklē masu pasākumus. Viņi ēd sīpolus, ķiplokus, visu dabīgo, pa sniegu staigā basām kājām un rūdās. Citi atkal atturas no vakcinēšanās, jo vakcīna darbojas tikai vienu sezonu.”

No teiktā varam secināt, ka, kaut esi vakcinējies, tik un tā vari saslimt ar gripu. Z. Zariņa atbild apstiprinoši: “Var gan, bet vieglā formā, kas drīzāk atgādina klasisku apaukstēšanos. No tiem, kas pie manis vakcinējušies, neviens nav saslimis ar tādu gripu, kas radītu nopietnas komplikācijas, piemēram, plaušu karsoni.”

Komplikācijas pēc vakcīnas tiešām ir bažas, par ko raizējās iedzīvotāji, bet dakterīte skaidro, ka pēc gripas potes paaugstināta temperatūra, protams, var būt, tieši tāpat kā pēc jebkuras citas injekcijas, taču nopietni sarežģī-

jumi ir ārkārtīgi reti. Tomēr, ja rastos nopietnas veselības problēmas, nekavējoties jāsauc ārsts.

Gripas vakcīnai ir vēl kāda īpatnība, kuru atklāj Z. Zariņa, proti, vakcīna tiek glabāta vēsumā, tālab, izņemta no ledusskapja, tā jāizpotē aptuveni 20 minūtēs. Tajās ārstu praksēs, kur vakcīnas nav iegādātas, tā vietā ārsts izrakstījis recepti, šis aspekts jāņem vērā. Pēc vakcīnas iegādes nedrīkst izstaigāt veikalus, glabāt “šprīci” mājās uz galda vai ilgstoši turēt siltā mašīnā, vakcīnai jābūt vēsumā.

Arī ģimenes ārste Līga Purmale stāsta, ka viņas ārsta praksē inte-

rese par vakcinēšanos pret gripu ir, taču tā nav plaša: “Nevarētu teikt, ka visas vecuma grupas interesējas par vakcinēšanos. Par to vairāk interesējas gados vecāki un cilvēki ar hroniskām slimībām.”

Ne tikai ģimenes ārsti un infektoģi aicina vakcinēties pret gripu, pret šo vīrusa slimību aicina vakcinēties arī ginekologi, īpaši uzrunājot grūtnieces.

“Grūtniecība ir stāvoklis, kad mainās arī māmiņas imunitāte,” saka ginekoloģe Anna Miskova. Ārste uzsver, ka grūtniecības laikā slimošana ar gripu noris smagāk, daudz lielāka varbūtība, ka

topošai māmiņai būs jāārstējas slimnīcā, jo rodas komplikācijas, piemēram, plaušu karsonis. “Tas ir bīstami ne tikai mammai, bet arī auglim. Tāpēc pirms gripas sezonas šīs lietas būtu jāpārrunā ar ginekologu un ģimenes ārstu. Gripas vakcīnu var veikt jebkurā grūtniecības mēnesī, un tās nekaitīgums ir pilnībā pierādīts.”

Pagājušajā sezonā gripas epidēmija nebija pārāk smaga, tomēr slimnīcā nonāca 2021 gripas slimnieks, bet vēl 397 stacionārā ārstēja šīs slimības komplikāciju – pneimoniju. Diemžēl septiņdesmit sešiem, lielākoties hroniski slimiem cilvēkiem, tikšanās ar vīrusu beidzās letāli. Vismaz 14 no viņiem ar gripu bija inficējies, ārstējoties slimnīcā. Lai gan pretgripas vakcīna daudzus no viņiem spētu pasargāt, šo aizsardzības veidu tradicionāli izvēlas vien daži procenti Latvijas iedzīvotāju. □

Pagājušajā sezonā gripas epidēmija nebija pārāk smaga, tomēr slimnīcā nonāca 2021 gripas slimnieks, bet vēl 397 stacionārā ārstēja šīs slimības komplikāciju – pneimoniju. Diemžēl 76 tikšanās ar vīrusu beidzās letāli.