

To što ste odrasli ne znači da ste imuni na određene bolesti. Cijepljenje je važno za očuvanje zdravlja kod djece i kod odrasle osobe. Mnogi odrasli ne znaju da trebaju cjepiva za odrasle.

Put prema boljem stanju

Centar za kontrolu i prevenciju bolesti u Americi preporučuje sljedeća cjepiva za odrasle.

- Gripa: Svi odrasli trebali bi dobiti cjepivo protiv gripe jednom godišnje. Cjepivo može smanjiti rizik od gripe do 50%. Koliko će uspješno djelovati ovisi o vrsti gripe koja se širi. Za početak zaštite od gripe potrebno je oko dva tjedna nakon cijepljenja. Najbolje vrijeme za cijepljenje je rana jesen, prije nego započne sezona gripe. Preporučuje se cijepljenje protiv gripe do kraja listopada. Iako je moguće i ranije primiti cjepivo, bolje je dobiti cjepivo kasnije jer je duže učinkovito. Cjepivo čak i u siječnju ili veljači još uvijek može pružiti određenu zaštitu.

- TDAP: Ovo cjepivo štiti od tetanusa, difterije i hripavca. U pitanju su bakterijske infekcije

koje se mogu spriječiti cjevivom. Obično se daje u dobi od 11 ili 12 godina. Ako ga niste primili kao dijete, treba vam u odrasloj dobi.

- Td: Ovo cjepivo štiti od tetanusa i difterije. To su bakterijske infekcije. Ako ste cijepljenje dobili kao dijete, potrebna vam je doza za povišenje svakih 10 godina. Ako neko vrijeme niste dobili cjepivo, cijepite se ako ste imali ozbiljnu ili prljavu ranu ili opekotinu. Svakome je potrebna Td booster doza svakih 10 godina - booster doza se također zove docjepljivanje.

- Zoster: Ovo cijepljenje štiti od virusa Varicelle zooster. Virus Varicelle uzrokuje bolan osip. Pojavljuje se kao blister koji se razvija na jednoj strani tijela. Često se pojavljuje na licu ili torzu. Može uzrokovati dugotrajnu bol čak i nakon što se osip povuče. Stariji ljudi su najviše izloženi riziku od virusa. Odraslima starijim od 50 godina preporučuju se dvije doze cjepiva. Doze bi se trebale primiti u razmaku od 2 do 6 mjeseci.

- Pneumokokni konjugat: Ovo cjepivo štiti od upale pluća. Pneumonija je ozbiljna bakterijska infekcija. Širi se bliskim, osobnim kontaktom. Infekcija je česta kod odraslih. Osim djece, odraslim osobama starijim od 65 godina preporučuje se cjepivo. Također vam liječnik može preporučiti da primite ovo cjepivo ako imate kronično stanje, poput dijabetesa.

- HPV: ovo cjepivo štiti od Humanog papiloma virusa (HPV). Osobe koje su seksualno aktivne izložene su riziku od HPV-a. Cjepivo se daje pred-tinejdžerima. Međutim, odrasli mogu imati koristi od cjepljenja kasnije u životu. Za cjepivo su potrebne tri doze. Ako ste kao dijete dobili samo jednu ili dvije doze, još uvijek trebate zadnju dozu.

- Meningokok: Ovo cjepivo štiti od meningokokne bolesti. Meningitis je bakterijska infekcija koja utječe na sluznicu mozga, leđne moždine i krvotoka. Širi se kašljem, ljubljenjem i življenjem u bliskim prostorijama. Vaš liječnik će vam reći trebate li primiti ovo cjepivo.

- MMR: Ovo cjepivo štiti od ospica, zaušnjaka i rubeole. Odrasli rođeni nakon 1957. koji nikad nisu dobili cjepivo trebali bi ga dobiti.

- Varicella: ovo cjepivo štiti od virusa. Odrasli koji nisu imali boginje ili cjepivo trebali bi je dobiti.

- Hepatitis A: Ovo je vrlo zarazna infekcija jetre. Širio se kontaktom s izmetom. Odrasli koji su u opasnosti od infekcije trebali bi dobiti cjepivo. Čimbenici rizika uključuju boravak ili putovanje u dijelove svijeta u kojima je infekcija česta, izlaganje centrima za brigu o djeci i suživot s nekim tko ima hepatitis A.

- Hepatitis B: Ovo je infekcija jetre. Šire se putem kontakta s krvlju i tjelesnim tekućinama. Odrasli koji su izloženi određenim čimbenicima rizika trebali bi dobiti cjepivo. Čimbenici rizika uključuju poslove koji vas izlažu drugima infekciji, dijagnozi dijabetesa, bolesti bubrega u završnom stadiju, kronične bolesti jetre ili seksualnog ponašanja koji povećavaju rizik.

- Hib: Haemophilus influenzae tip b (Hib) je bakterijska infekcija. Inficira sluznicu mozga i uzrokuje meningitis. Odrasli s određenim čimbenicima rizika trebali bi dobiti cjepivo. To uključuje osobe s dijagnozom srpastih eritrocita, HIV / AIDS-om, uklonjenom slezenom, transplantacijom koštane srži ili liječenje raka.

Činjenice koje treba uzeti u obzir

Kad odlučite dobiti cjepivo kao odrasla osoba, moraju se uzeti u obzir određene stvari. Ovo uključuje:

- Većina polica privatnog zdravstvenog osiguranja pokriva troškove cjepiva. To uključuje cjepiva protiv gripe, pneumokoka i Hep B. Ostale police osiguranja mogu obuhvaćati cjepiva protiv zosteru, MMR i Tdap.
- Ako ste trudni, prije cijepljenja savjetujte se sa svojim liječnikom.
- Ako se ne možete sjetiti koja ste cjepiva imali, pitajte svog liječnika o ponavljanju cjepiva ili potrebi doziranja za povišenje.
- Većina cjepiva ima malo nuspojava. Negativni učinci samih bolesti puno su gori od cjepiva.
- Možda ćete osjetiti blagu bol i crvenilo u blizini mjesta ubrizgavanja cjepiva. (Prevela Dina L. Volčanšak, Medikus kreativni laboratorij)

Izvori:

[EMEDICINE.medscape.com](https://www.emedicine.com)

[Health.clevelandclinic.org](https://www.health.clevelandclinic.org)

[CDC.gov](https://www.cdc.gov)

VEZANI SADRŽAJI

{loadposition related}