

JAK ZAPOBIEGAĆ CHOROBYM ZAKAŻNYM W TRAKCIE STUDIÓW MEDYCZNYCH - ULOTKA INFORMACYJNA DLA KANDYDATÓW I STUDENTÓW WUM

PRZED ROZPOCZĘCIEM STUDIÓW NA WUM

W trakcie studiów możesz się zetknąć z różnymi patogenami. Niektóre z nich są wysoce zakaźne np. te wywołujące ospę wietrzną, krztusiec i na pewno zetniesz się z nimi w trakcie zajęć klinicznych. Szczepienia ochronią Cię przed tymi, które mogą spowodować poważne lub uciążliwe choroby. Jako przyszły lekarz zadbaj o swoje bezpieczeństwo.

Sprawdź czy jesteś skutecznie zaszczepiony według obowiązującego kalendarza szczepień i przeciw innym ważnym patogenom.

I. Dostępne **szczepienia** będą Cię chronić przed zachorowaniem lub sprawią, że zachorowanie będzie miało łagodniejszy przebieg.

A. Szczepienia **obowiązkowe** dzieci i młodzieży w Polsce:

Wirusowe zapalenie wątroby (WZW) typu B, Gruźlica, Błonica, Tęzec, Krztusiec, Haemophilus influenzae, Streptococcus pneumoniae (od 2016r. 3 dawki między 2 miesiącem a 2 rokiem życia), Poliomyelitis, Odra, Świnka i Różyczka (MMR – 2 dawki)

Sprawdź czy miałeś/aś wszystkie szczepienia zgodnie z kalendarzem szczepień. Dowiedz się u Twojego Lekarza Rodzinnego czy powinieneś uzupełnić szczepienia lub przyjąć dawki przypominające.

B. Szczepienia **zalecane**:

1. Dawka przypominająca szczepienia przeciwko **HBV** u osób ze stężeniem przeciwciał anty-HBs <10 mIU/ml.

Po 4 tygodniach od szczepienia zalecane jest ponowne oznaczenie stężenia przeciwciał anty-HBs.

2. Przeciwno **VZV** dla osób, które nie przechorowały w dzieciństwie ospy wietrznej i nie były szczepione.

Przed szczepieniem warto oznaczyć przeciwciała IgG przeciwko VZV. W przypadku dodatniego wyniku można odstąpić od szczepienia.

3. Przeciwno **Neisseria meningitis**, dla tych, którzy nie byli szczepieni w dzieciństwie. Dostępne są szczepionki przeciwko meningokokom z grupy B oraz A,C,W, Y. Dla studentów wyjeżdżających na praktyki zagraniczne - do USA, Afryki lub Azji szczepienia przeciwko meningokokom są bardzo polecane.

4. Dawka przypominająca szczepionki przeciwko **krztuścowi** szczepionką skojarzoną przeciwko błonicy, tężcowi i krztuścowi co 10 lat.

5. Dawka przypominająca szczepionki przeciwko **różyczce** zalecana młodym kobietom, gdy minęło ≥ 10 lat od ostatniego szczepienia (w Polsce dostępne jedynie w szczepionkach skojarzonych przeciwko odrze, śwince i różyczce).

6. Przeciwno WZW typu A: 2 dawki szczepienia w schemacie 0-6 miesięcy

II. Przed rozpoczęciem studiów medycznych w celu wykluczenia zakażenia wirusami HBV, HCV, HIV, wskazane jest wykonanie następujących badań:

1. Przeciwciała: anty-HBs. Przy braku poszczepiennych przeciwciał anty-HBs wskazane jest rozszerzenie diagnostyki. W tym celu zgłoś się do swojego lekarza rodzinnego, który uzupełni diagnostykę lub skieruje Ciebie do Specjalistycznej Poradni Chorób

- Zakaźnych. Potrzebne będzie oznaczenie przeciwciał anti-HBc. W przypadku dodatniego wyniku należy wykluczyć obecność HBsAg)
2. Przeciwciała anti-HCV. Przy dodatnim wyniku należy oznaczyć HCV RNA metodą PCR.
 3. Test przesiewowy w kierunku zakażenia HIV (rekomendowany test IV generacji). Dodatni wynik należy zweryfikować np. na terenie Wojewódzkiego Szpitala Zakaźnego, ul. Wolska 37, tel. (22)3355330.
 4. Dodatni wynik: HBsAg, przeciwciał anti-HCV i/lub anti-HIV należy skonsultować z lekarzem chorób zakaźnych w specjalistycznej Poradni, który rozpocznie Twoje leczenie.

III. Poznaj **drogi przenoszenia** poszczególnych patogenów, z którymi możesz mieć styczność:

HBV, HCV, HIV: droga krwiopochodna i płciowa.

HAV: droga fekalno-oralna.

Krzusiec, odra, świnka, ospa wietrzna: droga kropelkowa i przez kontakt bezpośredni.

Różyczka, grypa, gruźlica, meningokoki: droga kropelkowa.

W TRAKCIE STUDIÓW:

A. Szczepienia **zalecane**:

1. Przeciwno grypie – co roku.
2. Pozostałe szczepienia zalecane przed rozpoczęciem studiów, które dotychczas nie zostały wykonane.

B. W przypadku **ekspozycji na materiał potencjalnie zakaźny** w trakcie zajęć:

1. Zachowaj spokój - nie panikuj.
2. NIE tamuj wycieku krwi, NIE wyciskaj krwi z miejsca skaleczenia, NIE dezynfekuj miejsca preparatami z alkoholem.
3. Umyj miejsce skaleczenia wodą z mydłem pod bieżącą wodą. Jeśli doszło do zanieczyszczenia błon śluzowych oka, przepłucz worek spojówkowy wodą.
4. Zgłoś zdarzenie prowadzącemu zajęcia.
5. Profilaktykę poekspozycyjną HIV należy rozpocząć jak najszybciej (najlepiej w ciągu 4 godzin od ekspozycji), najpóźniej do 72 godzin.
6. Zgłoś się do Izby Przyjęć Wojewódzkiego Szpitala Zakaźnego w Warszawie, ul. Wolska 37, gdzie realizowana jest profilaktyka poekspozycyjna (PEP).

Adresy punktów konsultacyjno-diagnostycznych (PKD) w Warszawie gdzie bezpłatnie, anonimowo i bez wcześniejszych zapisów można zrobić test w kierunku HIV:

ul. Chmielna 4

ul. Jagiellońska 34

ul. Jana Pawła II 45A

ul. Nugat 3

Więcej informacji o PKD: <https://aids.gov.pl/pkd/>