

# Przewodnik po szczepieniach przeciw COVID-19

Język polski

Data 23.04.2021



**Generalitat  
de Catalunya**



Kwiecień

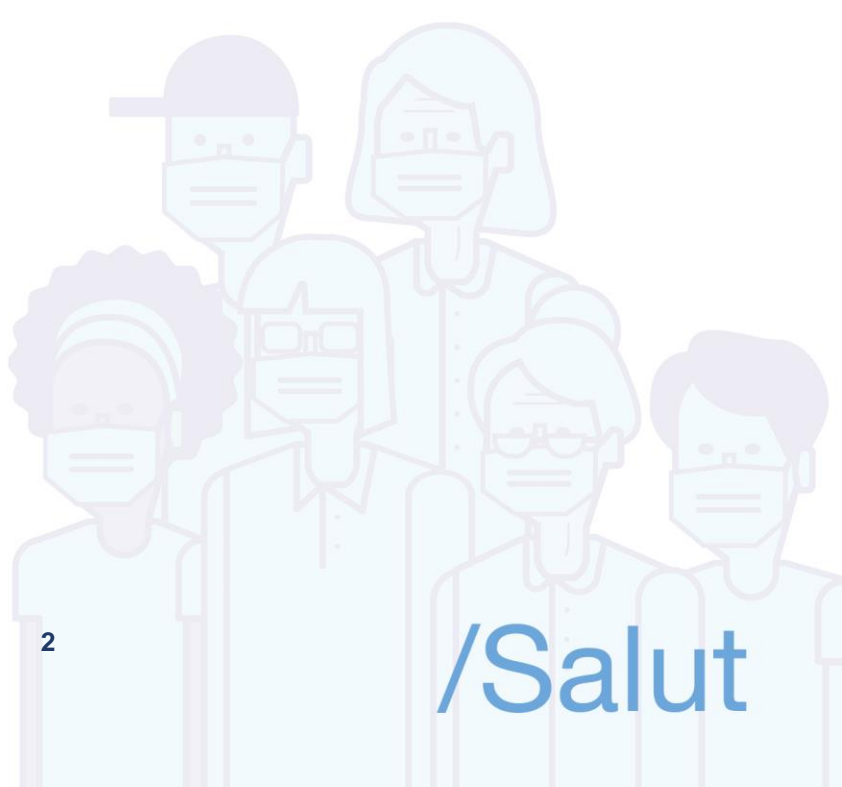
## Przewodnik po szczepieniach przeciw COVID-19

Zapoznaj się z informacją o szczepieniach w innych językach

[KLIKNIJ](https://canalsalut.gencat.cat/vacunacio-info): [canalsalut.gencat.cat/vacunacio-info](https://canalsalut.gencat.cat/vacunacio-info)

### Spis treści

1. Przed szczepieniem
2. Dzień Twojej wizyty szczepiennej
3. Po szczepieniu
4. Na zakończenie...
5. Potrzebujesz więcej informacji?



**Dokument ten zawiera sekcje z linkami.** Każda sekcja ze spisu treści przekierowuje do miejsca, w którym dana sekcja znajduje się w dokumencie i gdzie znajdziesz pytania wraz z odpowiedziami.

## Wprowadzenie

Celem szczepienia przeciwko COVID-19 jest uzyskanie odporności zbiorowej (stadnej), po osiągnięciu której pandemia wygaśnie.

Dzięki coraz większej liczbie dostępnych szczepionek, coraz więcej grup ludności będzie mogło się zaszczepić.

Departament Zdrowia rządu katalońskiego przy współpracy z Katalońską Służbą Zdrowia opracował przewodnik dotyczący procesu szczepienia przeciwko COVID-19.

### Potowarzyszysz nam?

## 1. Przed szczepieniem

### 1. Szczepionki

1. Która szczepionka zostanie mi podana?
2. Specjalne przypadki kliniczne

### 2. Twoja wizyta szczepienna

1. W jaki sposób zostaną poinformowany o możliwości zaszczepienia się?
2. Jak zarejestrować się na szczepienie?



Zapoznaj się z informacją dotyczącą przebiegu szczepień klikając w [link](https://canalsalut.gencat.cat/vacunacio-info):  
canalsalut.gencat.cat/vacunacio-info.

## 1.1. Szczepionki

W obecnej chwili szczepionki są **najlepszym narzędziem przy zwalczaniu wirusa COVID-19**.

Bardzo ważne jest osiągnięcie **odporności zbiorowej** i tym samym zmniejszenie liczby infekcji, hospitalizacji i zgonów.

Dzięki ogromnemu wysiłkowi badaczy mamy do dyspozycji kilka szczepionek **zatwierdzonych przez Europejską Agencję Leków (EMA)**. Każda z nich jest zalecana w określonych przypadkach i może być podawana w jednej lub dwóch dawkach.

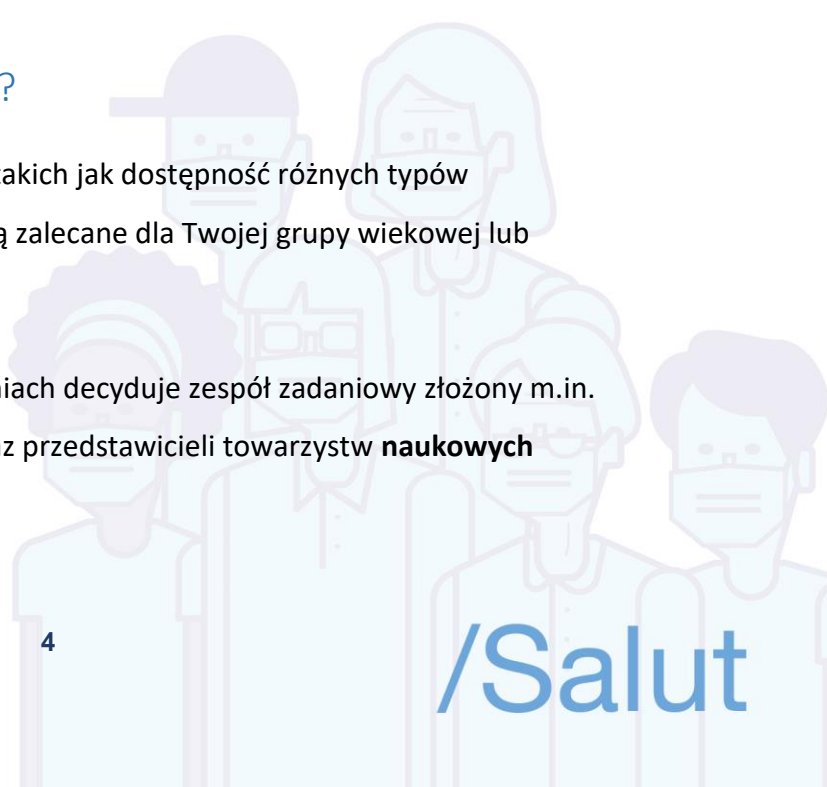
Oczekuje się, że w ciągu najbliższych kilku miesięcy zostaną wprowadzone nowe szczepionki.

**Dla wszystkich mieszkańców Katalonii** szczepionki są bezpłatne. Dotyczy to również osób bez pozwolenia na pobyt, o nieuregulowanym statusie pobytu lub osób nieposiadających karty zdrowia.

### / Którą szczepionkę otrzymam?

**Będzie to zależeć od wielu czynników**, takich jak dostępność różnych typów szczepionek oraz od tego, które z nich są zalecane dla Twojej grupy wiekowej lub Twojego stanu zdrowia.

O kryteriach pierwszeństwa w szczepieniach decyduje zespół zadaniowy złożony m.in. z ekspertów administracji publicznej oraz przedstawicieli towarzystw **naukowych i bioetycznych**.



Katalonia aktywnie uczestniczy w tym procesie.

**Porządek kolejności szczepień został ustalony na podstawie następujących kryteriów:**

- / Ryzyko poważnych powikłań wskutek COVID-19 i śmiertelności
- / Ryzyko zarażenia wirusem
- / Grupa społeczna i rodzaj wykonywanej pracy
- / Ryzyko przenoszenia choroby

Należy wziąć pod uwagę, że **dostępność szczepionki**, koordynowana przez Unię Europejską, **jest stopniowa**. Niektóre szczepionki wymagają specjalnych warunków przechowywania oraz przygotowania do użycia. Czynniki te mają wpływ na ich logistykę, dystrybucję i zastosowanie.

/ Specjalne przypadki sytuacji klinicznej

Przy kwalifikacji do szczepienia brane są pod uwagę: alergie, czynniki ryzyka oraz ciąża.

Większość leków nie ma wpływu na podanie szczepionki, chyba że personel medyczny zaleci inny tok postępowania.

Szczepionki przeciwko COVID-19 okazały się **bezpieczne i skuteczne** u większości pacjentów z chorobami współistniejącymi, a także u reszty populacji.

Należy podkreślić, że na razie **osoby poniżej 16 roku życia nie mogą być szczepione**, a szczepionki dla dzieci i młodzieży znajdują się w fazie badań klinicznych.

## 1.2. Twoja wizyta szczepienna

**/ W jaki sposób otrzymam informację o terminie szczepienia?**



Za pośrednictwem środków masowego przekazu (takich jak telewizja, radio czy portale społecznościowe) poinformujemy Cię o możliwości szczepienia twojej grupy społecznej.

Sprawdź na stronie La Meva Salut czy wszystkie Twoje dane kontaktowe są aktualne, ponieważ istnieje możliwość, że **otrzymasz wiadomość SMS z Departamentu Zdrowia (/Salut)**.

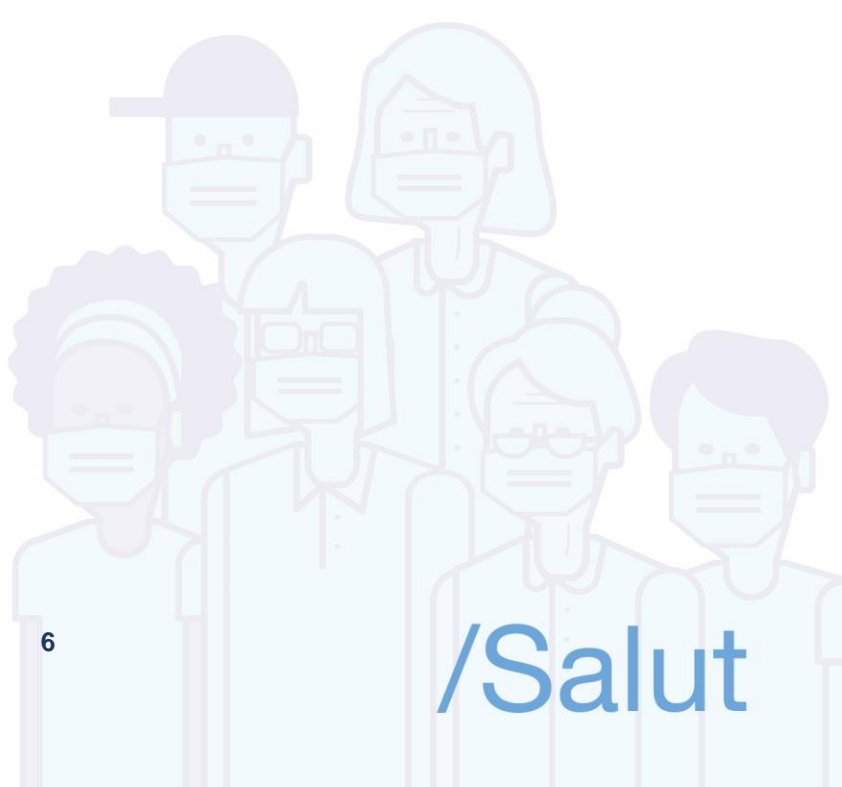
Rejestracja na stronie internetowej La Meva Salut jest bardzo ważna, ponieważ umożliwi Ci ona pobranie raportu szczepień przeciwko COVID-19.

Jeżeli jeszcze się nie zarejestrowałeś, możesz to zrobić teraz na **[lamevasalut.gencat.cat/alta](http://lamevasalut.gencat.cat/alta)**.

### **/ Jak zarejestrować się na szczepienie?**

Jeśli chcesz się zaszczepić, **konieczne jest uprzednie dokonanie rejestracji** na stronie **[vacunacovid.catsalut.gencat.cat](http://vacunacovid.catsalut.gencat.cat)**. Na stronie wybierz termin, godzinę i miejsce szczepienia. Możesz również dokonać zmiany wcześniej wybranego terminu.

Skontaktujemy się z Tobą, żeby ustalić termin drugiej wizyty, jeśli szczepionka, którą Ci podano złożona jest z dwóch dawek. Odstęp czasowy między pierwszą i drugą dawką zależy od rodzaju szczepionki.



## 2. Dzień Twojej wizyty szczepiennej

### 2.1 W punkcie szczepień

### 2.2 W co ubrać się na szczepienie

### 2.3 Środki bezpieczeństwa

### 2.4 Sam moment szczepienia

- Zastrzyk
- Po zastrzyku
- Druga dawka

### 2.1. W punkcie szczepień

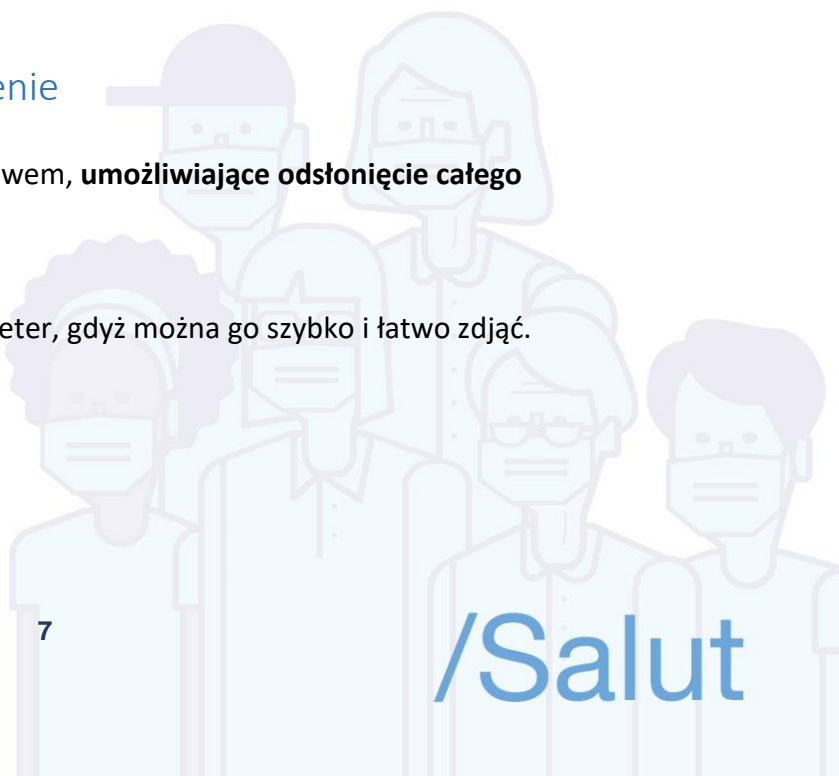
Musisz udać się do wyznaczonego punktu szczepień. Informację o nim znajdziesz na skierowaniu na szczepienie. Zabierz ze sobą: kartę zdrowia (TSI), **dowód tożsamości (DNI, NIE albo paszport), oraz skierowanie na szczepienie.**

Najlepiej **udać się do punktu szczepień samemu**, chyba, że zachodzi możliwość potrzeby pomocy ze strony innej osoby.

### 2.2. W co ubrać się na szczepienie

Zalecamy założyć ubranie z krótkim rękawem, **umożliwiające odsłonięcie całego ramienia**, albo ubranie bez rękawów.

Zalecanym wierzchnim okryciem jest sweter, gdyż można go szybko i łatwo zdjąć.



## 2.3. Środki bezpieczeństwa

W celu zapewnienia Twojego bezpieczeństwa, w punkcie szczepienia **przestrzegane są następujące środki ochrony** przed COVID-19:

/ Korzystanie z otwartych przestrzeni albo z pomieszczeń o odpowiedniej wentylacji

/ Zachowanie bezpiecznej odległości

/ Dozowniki z żelem do dezynfekcji rąk

/ Używanie maseczki w dobrym stanie i odpowiednio założonej

/ Kontrola osób wchodzących i wychodzących

## 2.4. Sam moment szczepienia

### / Zastrzyk

W punkcie szczepienia będzie już na Ciebie czekał **pracownik służby zdrowia, specjalnie wyszkolony** zarówno w zakresie podawanej Ci szczepionki, jak i wytycznych sanitarno-higienicznych.

Podanie szczepionki trwa **kilka sekund. Zarówno dawka, jak i igła są małe**, ale jeśli boisz się igieł, możesz poprosić o pomoc personel medyczny.

### / Po zastrzyku

Po przyjęciu szczepionki **należy odczekać 15 minut** w punkcie szczepienia w celu sprawdzenia, czy nie pojawią się niepożądane objawy.

**Osoby, które w przeszłości doznały ciężkiej reakcji alergicznej (anafilaksji)**, poddawane są **30-minutowej** obserwacji po przyjęciu szczepionki. Znajdujący się





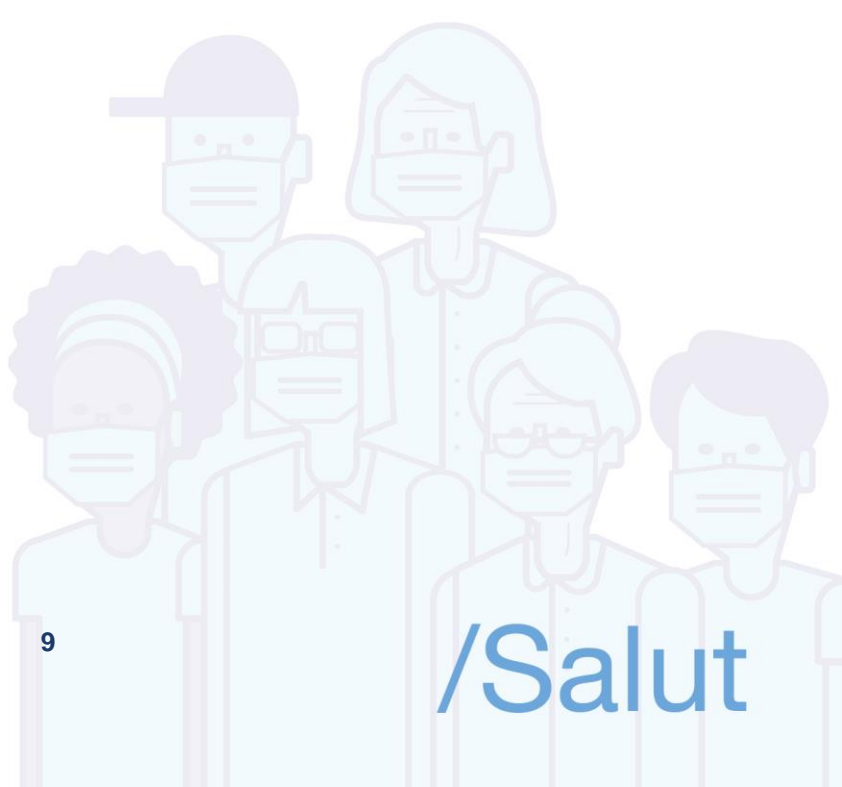
w punkcie szczepień **personel medyczny i informacyjny** będzie Ci towarzyszył przez cały czas.

W razie potrzeby nie wahaj się poprosić o pomoc.

## / Druga dawka szczepionki

Nie każdy musi być zaszczepiony dwukrotnie. Zależy to od indywidualnego profilu ryzyka, wieku pacjenta i rodzaju podawanej szczepionki. **Istnieje możliwość, że zostaniesz wezwany na podanie drugiej dawki.**

W tym wypadku skontaktujemy się z Tobą, aby wyznaczyć Ci termin podania drugiej dawki, gdyż jest ona niezbędna do zakończenia Twojego procesu szczepienia.



## 3. Po szczepieniu

### 3.1. Skutki uboczne

### 3.2 Na czym polega odporność?

### 3.3 Odporność zbiorowa (stadna)

### 3.4 Czas trwania odporności i warianty wirusa

### 3.5 Czy po zakończonym procesie szczepienia należy przestrzegać zasad bezpieczeństwa?

### 3.6 Zaświadczenie o szczepieniu przeciw COVID-19

**Gratulacje!** Podano Ci już jedną lub obie dawki szczepionki.

Musisz jednak uzbroić się w cierpliwość: **odporność nie jest natychmiastowa**. Podobnie jak w przypadku wszystkich szczepionek, możesz odczuwać pewne dolegliwości lub negatywne skutki.

Zdecydowana ich większość ma łagodny przebieg, o ile w ogóle wystąpią.

Zwróć uwagę na informację poniżej, która pomoże ci je rozpoznać i **poinstruuje, kiedy należy skontaktować się z personelem medycznym**, przychodnią rejonową lub telefonem konsultacji medycznych 061.

### 3.1. Skutki uboczne

**Do najczęściej występujących skutków ubocznych należą:**

- Ból w miejscu wstrzyknięcia
- Zmęczenie



- Ból głowy i/lub mięśni
- Stan podgorączkowy lub lekka gorączka

Efekty uboczne są zazwyczaj zauważalne po drugiej dawce. Zwykle mają one **łagodny charakter i zanikają w ciągu jednego lub dwóch dni**.

Każda osoba reaguje na szczepionkę w inny sposób. Jeśli zajdzie konieczność, możesz zażyć **leki przeciwbólowe**, takie jak paracetamol, w celu złagodzenia działań niepożądanych. Jest to zalecane przez pracowników służby zdrowia.

Jeśli objawy **utrzymują się przez ponad trzy dni**, skonsultuj się z personelem medycznym lub zadzwoń pod numer 061.

**Alarmujące objawy wymagające natychmiastowej konsultacji z personelem medycznym:**

**Skontaktuj się z personelem medycznym, przychodnią albo zadzwoń pod numer 061, jeśli wystąpi u Ciebie którykolwiek z poniższych objawów:**

- Trudności w oddychaniu
- Obrzęk albo ból ręki lub nogi
- Niewyraźne lub podwójne widzenie
- Uporczywy ból głowy
- Wiele małych siniaków
- Czerwone lub fioletowe plamy na skórze
- Ból w klatce piersiowej

### 3.2. Czym jest odporność?

**Odporność indywidualna**



Odporność **nie zostaje nabyta natychmiast po szczepieniu**. Osiągnięcie pełnej odporności **zajmuje kilka dni** i zawsze następuje po ostatniej dawce szczepionki.

Po szczepieniu nadal istnieje możliwość zarażenia się wirusem COVID-19, ale jest wysoce prawdopodobne, że infekcja będzie mieć łagodny lub bardzo łagodny przebieg. Jeżeli po otrzymaniu szczepionki pojawią się u Ciebie typowe objawy COVID-19, odizoluj się i skontaktuj się z personelem medycznym.

### 3.3. Odporność zbiorowa

Odporność zbiorowa pojawia się w momencie, kiedy **co najmniej 70% populacji** jest zaszczepione lub wytworzyło przeciwciała po przejściu choroby.

Nie można jeszcze przewidzieć, kiedy to nastąpi. Obostrzenia związane z pandemią zostaną zniesione dopiero wtedy, gdy odpowiednie instytucje ocenią stopień ryzyka i uznają je za minimalne.

### 3.4. Odporność na COVID-19 i warianty wirusa

Naukowcy starają się uzyskać więcej informacji na temat **czasu trwania odporności**, zarówno w wyniku podania szczepionki, jak i przebycia naturalnej infekcji. Liczba ponownych zakażeń wirusem COVID-19 jest bardzo niska.

Jak dotąd, **dostępne szczepionki stanowią ochronę przed odmianami wirusa, które zostały wykryte** na terytorium kraju.



### 3.5. Czy po przyjęciu drugiej dawki szczepionki muszę nadal przestrzegać zasad bezpieczeństwa?

Do czasu uzyskania odporności zbiorowej obowiązkowe jest **przestrzeganie środków zapobiegawczych** określonych przez władze, a także **środków ochrony indywidualnej** (odległość, higiena rąk, stosowanie maski w dobrym stanie, wentylacja zamkniętych pomieszczeń, unikanie tłumów i aktywność na świeżym powietrzu). Przestrzeganie wymienionych powyżej zasad bezpieczeństwa przyczynia się do zmniejszenia zaraźliwości wirusem.

### 3.6. Zaświadczenie o szczepieniu

**Informacja o szczepieniu znajdzie się w Twojej dokumentacji medycznej.** Dane te możesz sprawdzić za pośrednictwem platformy [La Meva Salut](#).

W sekcji „Raporty i wyniki” pojawi się plik PDF ze wszystkimi szczepionkami, które zostały Ci kiedykolwiek podane, w tym również z **zaświadczeniem szczepienia na COVID-19**.

Jeśli jeszcze nie zarejestrowałeś się w La Meva Salut, możesz to zrobić teraz na stronie: [lamevasalut.gencat.cat/alta](http://lamevasalut.gencat.cat/alta).

Upewnij się, że zaktualizowałeś swoje **dane kontaktowe**, takie jak numer telefonu komórkowego czy adres e-mail. Są one niezbędne do komunikacji z systemem opieki zdrowotnej w przyszłości.

## 4. Na zakończenie...

Szczepienia **nie są obowiązkowe**, ale są konieczne, aby ochronić Cię przed zakażeniem oraz wzmocnić odporność zbiorową.



Międzynarodowe agencje regulacyjne, takie jak Europejska Agencja Leków (EMA), zatwierdziły stosowanie szczepionek ze względu na ich **bezpieczeństwo i skuteczność** w walce z wirusem.

Jeśli się zaszczepisz, **chronisz nie tylko siebie, ale i całe społeczeństwo.**

Ponadto zapobiegasz pojawianiu się nowych wariantów wirusa, ponieważ jego ewolucja jest dużo szybsza w sytuacji, gdy populacja nie jest chroniona.

## 5. Potrzebujesz więcej informacji?

**Jeśli planujesz się zaszczepić:**

Zaktualizuj swoje **dane osobowe i kontaktowe** na platformie La Meva Salut. Ułatwi nam to przekazywanie Ci informacji dotyczących szczepień i bezpośredni kontakt z Tobą.

Jeśli jeszcze się nie zarejestrowałeś, możesz to zrobić na stronie:

[lamevasalut.gencat.cat/alta](https://lamevasalut.gencat.cat/alta).

/ Aktualne informacje:

[Strona internetowa kampanii szczepień](https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/v/vacuna-covid-19/ciudadania/campanya-vacunacio/): <https://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/v/vacuna-covid-19/ciudadania/campanya-vacunacio/>

[Strona internetowa Canal Salut](https://canalsalut.gencat.cat): <https://canalsalut.gencat.cat>

Jeśli chcesz tylko **zapoznać się z informacjami** na temat przebiegu procesu szczepień, otwórz ten [link](https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/V/vacuna-covid-19/ciudadania/documents/informacio-despres-cita-vacunacio-catala.pdf): <https://canalsalut.gencat.cat/web/.content/A-Z/V/vacuna-covid-19/ciudadania/documents/informacio-despres-cita-vacunacio-catala.pdf>

W przypadku **innych pytań** zadzwoń pod numer 061.



Obserwuj nas na portalach społecznościowych i **podziel się swoimi doświadczeniami** ze szczepień, oznaczając je:

**#JoEmVacuno #Avancem**

