



**Twoja wewnętrzna tarcza ochronna.**

**Dlaczego warto pamiętać o szczepieniach?**

Życie z przewlekłą chorobą nerek (PChN) to wyzwanie, które wymaga od organizmu dodatkowej siły i troski. W przebiegu choroby nasz układ odpornościowy jest często nieco osłabiony i musi pracować na wyższych obrotach. To sprawia, że stajemy się bardziej podatni na różnego rodzaju infekcje, które u osób zdrowych mogłyby minąć bez echa, a u pacjentów nefrologicznych potrafią znacząco obciążać organizm.

Właśnie dlatego tak ważne jest budowanie swojej naturalnej tarczy ochronnej, jaką są szczepienia.

## Bezpieczny trening dla organizmu

Szczepienia działają jak inteligentny trening dla Twojego układu immunologicznego. Uczą go, jak skutecznie rozpoznawać i zwalczać groźne wirusy oraz bakterie, zanim zdążą wywołać chorobę. Dzięki nim zapobiegamy infekcjom lub sprawiamy, że ich ewentualny przebieg jest znacznie łagodniejszy. W przypadku pacjentów z PChN ma to ogromne znaczenie dla zachowania dobrego samopoczucia i płynnego, nieprzerwanego procesu leczenia.

**Odwiedź nas!**



[www.davita.pl](http://www.davita.pl)

[facebook.com/DaVitaPolska](https://facebook.com/DaVitaPolska)

## WZW B – Twoja najważniejsza polisa bezpieczeństwa

Szczególne miejsce w kalendarzu ochrony zajmuje szczepienie przeciw wirusowemu zapaleniu wątroby typu B (WZW B). Z uwagi na specyfikę leczenia nerkozastępczego – zwłaszcza hemodializ, podczas których krew krąży w bezpiecznym obiegu poza organizmem – ochrona przed wirusami jest absolutnie kluczowa.

W Polsce to szczepienie jest standardem i formalnym wymogiem dla każdego pacjenta dializowanego, jednak warto spojrzeć na nie przede wszystkim przez pryzmat bezpośrednich korzyści dla Ciebie. To nic innego jak Twoja osobista polisa bezpieczeństwa.

Przyjmując szczepionkę:



**zyskujesz głęboki spokój ducha,**



**chronisz swoją wątrobę, która w PChN pełni niezwykle ważną funkcję wspierającą,**



**masz pewność, że Twój organizm jest uzbrojony i gotowy do obrony.**



## Inne ważne tarcze w Twoim arsenale

Oprócz tarczy przed WZW B istnieje kilka innych kluczowych szczepień, o których warto pamiętać, aby w pełni chronić swój organizm



**grypa (szczepienie coroczne):** wirus grypy potrafi być bardzo niebezpieczny dla osób z PChN, często prowadząc do powikłań; regularne szczepienie to najprostszy sposób na uniknięcie ciężkiego przebiegu choroby w sezonie jesienno-zimowym.



**pneumokoki:** te bakterie mogą wywoływać groźne zapalenie płuc; szczepienie przeciw pneumokokom jest silnie rekomendowane dla pacjentów nefrologicznych, zapewniając długotrwałą ochronę przed poważnymi infekcjami układu oddechowego.



**COVID-19:** podobnie jak w przypadku grypy szczepienia przypominające przeciw COVID-19 pomagają uniknąć ciężkiego przebiegu infekcji i chronią przed ewentualną hospitalizacją.



**Tężec, błonica, krztusiec:** warto upewnić się u swojego lekarza pierwszego kontaktu, czy nie nadszedł czas na dawkę przypominającą, która dla dorosłych zalecana jest co 10 lat.

## Porozmawiajmy o Twoim zdrowiu

Zadbaj o siebie i upewnij się, że Twoja tarcza ochronna działa bez zarzutu. Jeśli masz jakiegokolwiek pytania lub wątpliwości dotyczące szczepień, zachęcamy do rozmowy z lekarzem prowadzącym lub pielęgniarkami w Twojej stacji dializ.

*„Szczepienia są jednym z najważniejszych osiągnięć współczesnej medycyny i choć wokół nich pojawia się wiele mitów i nieprawdziwych informacji, badania naukowe jednoznacznie potwierdzają ich bezpieczeństwo i skuteczność. Korzyści ze szczepień zdecydowanie przewyższają ewentualne, rzadkie skutki uboczne.*

*Warto również podkreślić, że szczepienia przyczyniają się do powstawania tzw. odporności zbiorowiskowej. Gdy zaszczepiona jest odpowiednio duża część społeczeństwa, choroby mają znacznie mniejsze szanse na rozprzestrzenianie się. Dzięki temu chronimy całe społeczeństwo i zapobiegamy epidemiom.*

*Podsumowując, szczepienia to skuteczny, bezpieczny i odpowiedzialny sposób dbania o zdrowie – zarówno własne, jak i innych ludzi. Dlatego warto się szczepić i wspierać działania, które chronią całe społeczeństwo przed chorobami zakaźnymi. Przed nami kolejny sezon grypowy, już dziś zaplanujmy swoje przyszłe szczepienia.”*

**Gabriela Magrian-Greener,  
Dyrektor ds. Pielęgniarstwa, DaVita Polska**

