

# Patient Education

---

## COVID-19 po zaszczepieniu

Należy starannie przeczytać poniższe „Informacje dla klienta i klauzulę wyłączenia odpowiedzialności”, aby zrozumieć i poprawnie stosować te informacje.

## Informacje na ten temat

COVID-19 to choroba wywoływana przez wirusa, który łatwo przenosi się z człowieka na człowieka. W 2020 roku opracowano kilka rodzajów szczepionek, aby pomóc zapobiegać chorobie COVID-19. Za w pełni zaszczepioną uznaje się osobę po ponad 2 tygodniach od podania drugiej dawki z 2-dawkowej serii szczepień lub po ponad 2 tygodniach od podania szczepionki jednodawkowej. Do tego czasu ważne jest przestrzeganie zwykłych środków bezpieczeństwa.

Według lekarzy, po pełnym zaszczepieniu można bezpiecznie:

- Zacząć ponownie wykonywać zwykłe czynności bez noszenia maseczki lub zachowywania dystansu społecznego. Nadal może być wymagane noszenie maseczki, w oparciu o lokalne wytyczne i liczbę przypadków zakażeń COVID w okolicy. Jeśli pacjent przebywa w otoczeniu innych osób w grupie ryzyka ciężkiego przebiegu choroby COVID-19, powinien nadal nosić maseczkę.
- Podróżować. Nie ma konieczności wykonywania testów przed lub po podróży. Nie trzeba też poddawać się kwarantannie po podróży. W miejscu docelowym mogą nadal obowiązywać zasady dotyczące wykonywania testów.

W przypadku osłabionego układu odpornościowego może nie występować pełna ochrona przed COVID-19, nawet w przypadku pełnego zaszczepienia. Należy nadal zachowywać wszelkie środki ostrożności, jakie byłyby zachowywane w przypadku braku przyjęcia szczepienia. Obejmuje to noszenie dobrze dopasowanej maski na nosie i ustach oraz zachowywanie dystansu społecznego.

W przypadku przebywania w pobliżu osoby z COVID-19, należy wykonać test od 3 do 5 dni po narażeniu, nawet jeśli nie występują objawy. Nosić maskę w miejscach publicznych przez 14 dni lub do czasu, gdy wynik testu na COVID-19 będzie negatywny.

## Ogólne

Wiele osób pragnie, aby po zaszczepieniu się przeciwko COVID-19 życie wróciło do normy. Rzeczywistość wygląda niestety inaczej.

**Dlaczego nadal muszę zachować ostrożność pomimo otrzymania wszystkich dawek szczepionki?**

Organizm potrzebuje czasu, aby rozwinąć odporność na wirusa. Oznacza to, że ani pierwsza, ani druga dawka szczepionki nie daje natychmiast pełnej ochrony. W większości przypadków rozwinięcie odporności zajmuje tydzień lub 2 tygodnie od przyjęcia ostatniej dawki.

Nieustannie odkrywane są nowe szczepy wirusa. Lekarze nie mają pewności, jak szczepionka przeciw COVID będzie działać przeciwko nowym szczepom. Otrzymana szczepionka może nie zapewniać ochrony przeciwko nowemu szczepowi. Ponadto lekarze nie wiedzą, jak długo potrwa ochrona zapewniona przez szczepionkę przeciwko COVID-19.

Jakiś czas po pełnym zaszczepieniu może zostać podana dawka przypominająca szczepionki. Jest to dodatkowe szczepienie, które zwiększa odporność na wirusa. Należy skonsultować się z lekarzem w kwestii tego, czy potrzebne jest dodatkowe szczepienie.

Szczepionki działają najlepiej, gdy przyjmuje je większość osób w danym kraju. Wówczas ryzyko rozwoju choroby zmniejsza się w całym kraju. Po otrzymaniu szczepionki wszystkie osoby będą bezpieczniejsze.

### **Czy mogę spędzać czas z rodziną i przyjaciółmi?**

Lekarze uważają, że powrót do zajęć w pomieszczeniach i na świeżym powietrzu jest bezpieczny. Po pełnym zaszczepieniu występuje znacznie mniejsze ryzyko rozprzestrzeniania się COVID-19. W przypadku przebywania w okolicy, w której występuje wiele przypadków COVID-19, można nosić maseczkę w pomieszczeniach w miejscach publicznych.

### **Czy muszę poddawać się kwarantannie po kontakcie z osobą chorującą na COVID-19?**

Nie trzeba poddawać się kwarantannie w przypadku:

- pełnego zaszczepienia **oraz**
- braku jakichkolwiek objawów COVID-19 od momentu kontaktu.

W przypadku nieotrzymania wszystkich dawek w serii szczepień należy poddać się kwarantannie w domu przez 14 dni. Domowej kwarantannie należy się również poddać w przypadku wystąpienia objawów COVID-19.

W przypadku kontaktu z osobą chorą na COVID-19, należy wykonać test od 3 do 5 dni od narażenia. Obserwować się pod kątem objawów przez 14 dni, nawet po pełnym zaszczepieniu. Nosić maskę w miejscach publicznych przez 14 dni lub do czasu, gdy wynik testu na COVID-19 będzie negatywny.

### **Czy mogę wyjść do restauracji, na koncert lub imprezę sportową?**

Według lekarzy, po pełnym zaszczepieniu można bezpiecznie:

- Jeść poza domem, w pomieszczeniu lub na zewnątrz.
- Brać udział w wydarzeniach z dużymi skupiskami ludzi, takich jak wydarzenia sportowe, kościelne lub koncerty.
- Ćwiczyć w pomieszczeniu lub na zewnątrz.
- Iść do kina.

- Spotykać się z przyjaciółmi i rodziną.

### **A co z podróżami?**

Według lekarzy po pełnym zaszczepieniu można bezpiecznie podróżować. W większości przypadków nie trzeba poddawać się kwarantannie ani wykonywać testu na obecność COVID-19 przed lub po podróży. Niektóre miejsca mogą mimo to wymagać wykonania testu przed podróżą. Należy pamiętać, że na całym świecie rozwijają się nowe szczepy wirusa COVID-19. Oznacza to, że w niektórych miejscach istnieje więcej ograniczeń dotyczących podróżowania, odbywania kwarantanny i testowania. W przypadku podróży należy starać się unikać tłumów, nosić przez cały czas maseczkę i często myć ręce.

### **Co należy zrobić znajdując się w obszarze, w którym występuje dużo przypadków COVID-19?**

Można zasłaniać nos i usta maseczką znajdując się w zatłoczonym miejscu lub w otoczeniu osób, które nie otrzymały szczepienia. Ponadto należy często myć ręce i zachowywać dystans społeczny.

### **Co mam teraz zrobić?**

Należy nadal pomagać chronić siebie i innych.

- Należy nosić maseczkę z materiału na ustach i nosie, jeżeli wymagają tego lokalne wytyczne.
- Często myć ręce mydłem i wodą przez co najmniej 20 sekund, zwłaszcza po kaszlnięciu lub kichnięciu. Jeżeli mydło i woda nie są dostępne, można użyć środków dezynfekujących do rąk na bazie alkoholu o stężeniu co najmniej 60%. Wcierać środek dezynfekcyjny w dłonie przez co najmniej 20 sekund.

Informacje dla konsumentów, zastosowanie i wyłączenie odpowiedzialności:

Niniejszych informacji nie należy traktować jako specjalistycznej porady medycznej ani zastępować nimi informacji otrzymanych od pracownika służby zdrowia. Są one jedynie krótkim podsumowaniem ogólnych informacji. Podsumowanie to NIE zawiera wszystkich informacji na temat dolegliwości, chorób, urazów, badań, zabiegów, leczenia, terapii, instrukcji udzielanych przy wypisie ze szpitala ani wyborów związanych ze stylem życia, które mogą dotyczyć danego pacjenta. W celu uzyskania kompletnych informacji na temat zdrowia i możliwości leczenia należy skontaktować się z pracownikiem służby zdrowia. Niniejsze informacje nie powinny stanowić podstawy do podejmowania decyzji dotyczących przyjmowania lub odrzucania porad, wskazań lub zaleceń pracownika służby zdrowia. Jedynie pracownik służby zdrowia posiada odpowiednią wiedzę i doświadczenie wymagane do udzielania porad odpowiednich dla danego pacjenta. <https://www.wolterskluwer.com/en/know/clinical-effectiveness-terms>

Last Updated 4/13/22



© 2022 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.