

PILOOTPROJEKT VAC-PACT  
USALDUS VAKTSINEERIMISE SUHTES

—  
PATSIENTIDE JA SPETSIALISTIDE  
TEADLIKKUS, SUHTLUS JA USALDUS

# Vaktsineerimine ja diabeet



Rahastatud  
Euroopa Liidu vahenditest



# Praegune olukord

- Tuhanded täiskasvanud üle kogu maailma põevad haigusi, mida võiks igal aastal vaktsiinidega ära hoida.
- Iseäranis **diabeetikutel** on sageli suurem risk tüsistuste tekkeks **vaktsiinidega ennetatavate haiguste tõttu**.

Maailma Terviseorganisatsiooni (WHO) hinnangul:

**422** miljonil inimesel

kogu maailmas on diabeet

**1,6** miljonit surma

on igal aastal otseselt diabeedist põhjustatud

Vaktsineerimine on tervise hoidmisel oluline samm. **Rääkige tervishoiutöötajaga, arutage oma konkreetset seisundit ja tervisega seotud vajadusi ning veenduge, et teie vaktsiinid oleksid õigeaegselt tehtud.**

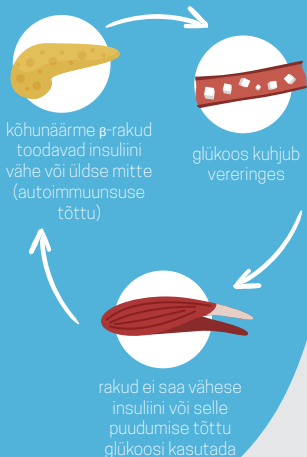
# Diabeedi ülevaade



Diabeet on **krooniline seisund**, millele on omane **kõrgenenud veresuhkur** (glükoos). Nii juhtub, kui kõhunääre ei suuda enam insuliini toota, või kui keha ei saa ära kasutada insuliini, mida see toodab. Diabeet esineb erinevates vormides, olenevalt põhjustest.

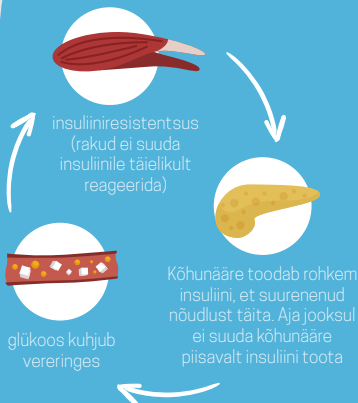
## 1. tüüpi diabeet

võib tekkida igas vanuses, kuid on sagedasem laste ja noorukite seas.



## 2. tüüpi diabeet

on kõige tavalisem, ning moodustab umbes 90% juhtudest, enamasti täiskasvanute seas.



# Diabeedi ülevaade

...jätkub



Muud tüüpi diabeetide seas on ka **gestatsioonidiabeet**, mis võib tekkida raseduse ajal, ning on seotud nii emal kui ka lapsel tekkivate tüsistustega.



Eriti kui seda asjakohaselt ei ravita, võib diabeet teha **infektsioonidega võitlemise** teie immuunsüsteemi jaoks raskemaks kui neil, kes ei põe diabeeti.



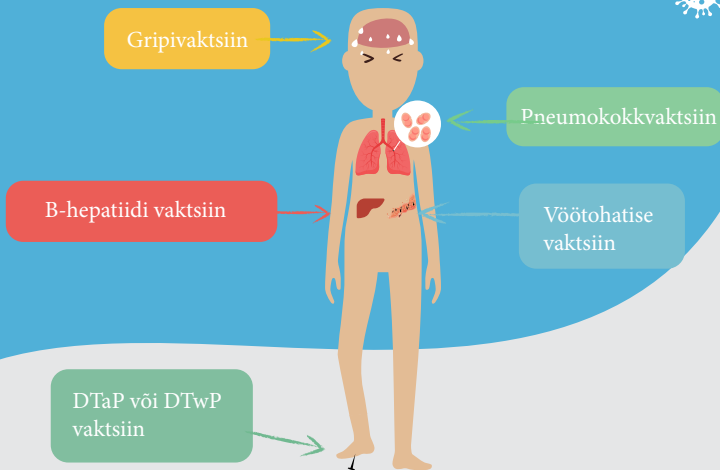
Praegusel ajal pole diabeedist võimalik terveneda, kuid **ravi, ennetava hoolduse ja elustiili muutatuste abil võite elada pika ja terve elu!**



# Olulised vaktsiinid

Me teame, et **diabeetikutel** on seoses vaktsiinidega ennetatavate haigustega suuremad terviseriskid.

Siin on 5 olulist vaktsiini, mis aitavad asutuse Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (Haiguste Ennetamise ja Tõrje Keskus) soovitude kohaselt neid riske vähendada:



- Teatud vaktsiine ei soovitata inimestele, kel on nõrgenenud immuunsüsteem. **Konsulteerige oma tervishoiutöötajaga igal üksikjuhul eraldi.**
- Pidage meeles: rutiinsed arstivisiidid on sobiv aeg diabeedihoolduseks, järelkontrolliks ja patsientide jätkuvaks harimiseks.



# COVID-19

11. märtsil 2020 ütles WHO, et COVID-19 **on nakkav hingamisteede haigus**, mida põhjustab hiljuti avastatud koroonaviirus ja globaalne pandeemia mõjutab igas vanuses inimesi.

- Sümptomid algavad tavaliselt 3–7 päeva jooksul pärast kokkupuudet viirusega, kuid mõnel juhul on sümptomite avaldumiseks kulunud kuni 14 päeva.

## Sagedasemad sümptomid



Palavik



Köha



Hingamisraskused



Väsimus



Lihasvalu

- Haruldaste ja raskete tüsistuste hulka kuuluvad kopsupõletik, neeruhaigus ja isegi surm.
- Diabeetikuid peetakse **COVID-19 suhtes kõrge riskiga rühmaks**, kel on suurem tõenäosus raskete sümptomite tekkeks.
- COVID-19 haiguse rasket kulgu **seostatakse kõrgema ea** (vanem kui 60 aastat) ja **mitme kroonilise haigusega**. Hiljutised andmed osutavad ka sellele, et meessoost rühmadel on veidi kõrgemad riskiastmed.

# COVID-19

...jätkub

Arvestades nende suurenenud riski tervises seisundi halvenemiseks COVID-19 tagajärjel, on oluline, et diabeetikud kuuluksid vaktsineerimisprogrammide eelisrühmadesse.

2021. aasta septembriks on Euroopa Raviamet (EMA) lubanud Euroopa Liidus kasutada järgmisi COVID-19 vaktsiine: **Comirnaty** (Pfizer-BioNTech), **Spikevax** (Moderna), **Vaxzevria** (AstraZeneca) ja **Janssen**.



# Informeeritud otsus

Väga tähtis on, et madalat vaktsineerituse taset ja vaktsiinikõhklust käsitledes luuakse **avatud dialoog, mida toetavad teaduslikud tõendusmaterjalid**. Tuleb rakendada **vanuserühmi arvestavat lähenemisviisi vaktsineerimisele**, mis toimib jagatud teabega otsuste tegemise kaudu!

Euroopa Patsientide Foorumi Harta patsientide jõustamise kohta toetab patsiendikeskset tervishoiupraktikat järgmiste põhimõtete kaudu:

Teie terviseseseisund ei määratle teid!

Teid jõustatakse nii suures ulatuses kui soovite.

Olete võrdne partner kõigi teie tervisega seotud otsuste langetamisel.

Võite paluda, et teile vajalikud andmed, sealhulgas teie terviseandmed, oleksid kergesti mõistetavas vormis.

Tervishoiutöötajad ja meie tervishoiusüsteem edendavad aktiivselt kõigi tervisealast teadlikkust.

Saate pidevalt vajalikku toetust, et oma ravi juhtida. Küsige ainult!

Teie kogemus on oluline tervishoiuteenuste kvaliteedinäitaja.

Võite ka osaleda tervishoiuteenuste hindamises ja ühiskavandamises, et need muutuksid kõigi jaoks paremaks.