

TIONSCADAL PÍOLÓTACH VAC-PACT  
MUIÍN VACSAÍNE –  
FEASACHT, CUMARSÁID & MUIÍN  
OTHAR AGUS PROIFISIÚNACH

# Vacsaín & an Diaibéiteas



Maoinithe ag  
an Aontas Eorpach



# An status quo

- Éiríonn na mílte aosach thart timpeall an domhain tinn ó ghalair ar féidir bac a chur orthu ó vacsaíní gach bliain.
- Tá riosca níos airde ag daoine le diaibéiteas, go sonrach, aimhréidheanna a fháil ó ghalair atá inchoiscthe le vacsaín.

Measann an Eagraíocht Dhomhanda Sláinte (EDS):

**go bhfuil diaibéiteas ar 422 milliún duine**

ar fud an domhain

**go mbíonn 1.6 milliún báis**

bainteach leis an diaibéiteas gach bliain

Roinnt figiúirí maidir le diaibéiteas / vacsaíní:

**-24%**

An **laghdú ar bhásmhaireacht uilechúise** i bhfaighteoirí vacsaíne le linn shéasúr an fhliú, i gcomparáid le rannpháirtithe neamh-vacsáinithe<sup>1</sup>.

**-22%**

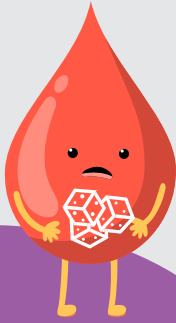
An **laghdú ar an ráta iontrála ospidéal** le linn shéasúr an fhliú le haghaidh feall géarmhíochaine míocairdiach<sup>2</sup>.

Is céim thábhachtach é vacsaín a fháil ó thaobh a bheith sláintiúil de.

**Labhair le gairmí sláinte, pléigh do chás aonarach agus do riachtanais sláinte, agus déan cinnte go bhfuil do vacsaíní suas chun dáta.**

1. Athbhreithniú córasach le Dos Santos et. al. (Dos Santos, 2018) a rinneadh ar 125,503 duine fásta ar a bhfuil diaibéiteas cineál 2.
2. Is iad na laghduithe 18% ar stróc, 17% ar chliseadh croí agus 25% ar níúmóine nó fliú.

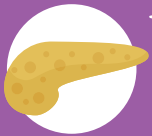
# Achoimre ar an diaibéiteas



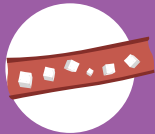
**Riocht ainsealach** is ea diaibéiteas a bhfuil **siúcra fola ardaithe** (glúcós) mar chomhartha sóirt aige. Tarlaíonn sé sin i gcás nach bhfuil an paincréas ábalta inslin a tháirgeadh a thuilleadh, nó nuair nach féidir leis an gcorp leas a bhaint as an inslin a tháirgeann sé. Tagann diaibéiteas i bhfoirmeacha difriúla, ag brath ar an chás.

## Thig le diaibéiteas cineál 1

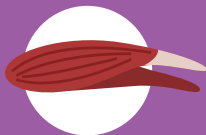
teacht i láthair ag aois ar bith, ach is minice a tharlaíonn sé i bpáistí agus in ógánaigh.



Ní tháirgeann  $\beta$ -chealla paincréis ach beagán insline nó ní tháirgeann siad inslin ar bith (mar gheall ar riocht uath-imdhíonachta)



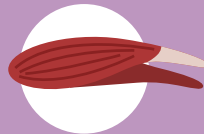
carnann glúcós sa sruth fola



ní féidir leis na ceall glúcós a úsáid mar gheall nach bhfuil ach beagán insline nó nach bhfuil inslin ar bith ann

## Is é diaibéiteas cineál 2

an cineál is coitianta, arb ionann é agus ~90% de na cásanna i ndaoine fásta go príomha.



friotaíocht insliúcháin (níl na cealla ábalta freagairt go hiomlán d'inslin)



Déanann an paincréas tuilleadh inslin chun coinneáil suas leis an éileamh breise. Le himeacht ama, ní féidir leis an bpaincréas go leor insline a dhéanamh



carnann glúcós sa sruth fola



# Achoimre ar an diaibéiteas



...ar leanúint



Tá cineálacha diaibéiteas eile ann amhail **diaibéiteas le linn toirchis**, ar féidir leis tosú le linn toirchis, agus tá sé bainteach le deacrachtaí na máthar agus an pháiste. Tá mná atá buailte agus a gcuid leanaí i mbaol níos mó diaibéiteas cineál 2 a fhorbairt.



Tig le diaibéiteas, mura ndéantar é a rialú mar is cuí, é a dhéanamh níos deacra do do chóras imdhíonachta **ionfhabhtuithe a throid** gcomparáid le daoine gan diaibéiteas. Is féidir le leibhéil ardaithe siúcra fola damáiste tromchúiseach a dhéanamh don chroí, do shoithí fola, do na súile, do na duáin agus do néaróga le himeacht ama.



Níl aon leigheas don diaibéiteas faoi láthair ach **le cóir leighis, cúram coisctheach, agus athruithe sa stíl mhaireachtála, thig leat saol sláintiúil agus fada a chaitheamh!** Is deis an-mhaith iad na cuairteanna leighis rialta i gcomhair cúram diaibéitis, iarchúram rialta agus oideachas othair leanúnach.



# Buneilimintí vacsaíne

Cosnaíonn an vacsaíniú iad siúd atá vacsaínithe, na daoine timpeall orthu, agus an pobal iomlán. Nuair a bhíonn go leor daoine i ndaonra díolmhaithe ó ghalar tógálach, ní dócha go scaipfidh an galar ó dhuine go duine. Tugtar **imdhíonacht phobail** air sin (ar a dtugtar **imdhíonacht tréadaí** freisin).

Tuigeann roinnt othar an riosca go bhfaighidh siad galar agus ní thuigeann siad go bhféadfadh riosca tromchúiseach dá sláinte agus do shláinte daoine eile a bheith mar thoradh ar gan vacsaíniú a fháil.

- Tá muid eolach go bhfuil **daoine le diaibéiteas** níos mó i mbaol a sláinte agus go bhfuil baint aige sin le galair atá inchoiscthe le vacsaín.
- Tá sé riachtanach **dul i gcomhairle le do ghairmí cúraim shláinte de réir an cháis** mar ní mholtar vacsaíní áirithe do dhaoine ag a bhfuil córais imdhíonachta lagaithe agus/nó ailléirgí.

**Meabhrúchán:** Tá tionchar tábhachtach ag comhairle gairmithe cúram sláinte ar dhearcadh na n-othar i leith an vacsaínithe.

## Tabhair faoi deara:

- Tá éagsúlachtaí suntasacha ann fós idir sceidil náisiúnta imdhíonta ar fud an AE.
- Is féidir leat léargas a fháil ar éagsúlachtaí sceideal vacsaíní i dtíortha AE/LEE trí úsáid a bhaint as an Sceidealóir Vacsaíne a sholáthraíonn an Lárionad Eorpach um Ghalar a Chosc agus a Rialú (ECDC).



# Príomh-vacsáiní ...ar leanúint

Seo **5 príomh-vacsáin** a chuidíonn na rioscaí sin a laghdú bunaithe ar mholtaí ó na Centers for Disease Control and Prevention (CDC) (hlonaid um Ghair a Chosc agus a Rialú (CDC)):

## Vacsáin fliú

Cosnaíonn sé i gcoinne ionfhabhtuithe fliú gach bliain. I measc na dtinneas a bhaineann leis an bhfliú, tá cineálacha éagsúla ionfhabhtuithe scamhóg a d'fhéadfadh dul in olcas na ndálaí ainsealacha gaolmhara. **Tá sé níos tábhachtaí anois ná riamh vacsaín fliú a fháil mar tá othair i mbaol níos airde torthaí sláinte tromchúiseacha COVID-19.**

## Heipitíteas B

Cosnaíonn sé i gcoinne **víreas heipitíteas B (HBV)** víreas a ionsaíonn an t-ae agus is cúis le hionfhabhtú ar feadh an tsaol, ciorróis (coilín), ailse ae, teip ae, agus bás. Féadfaidh heipitíteas a bheith mar thoradh ar mhí-úsáid alcóil, tocsaíní, drugaí agus riochtaí míochaine áirithe. Moltar vacsaíniú **do dhaoine fásta faoi 60 bliain.**

## Vacsáin DTaP / DTwP

Cosnaíonn sé i gcoinne **teisteanas, diftéire,** agus **an triuch** a d'fhéadfadh a bheith ina ghalar tromchúiseach do dhaoine de gach aois. Is cuid de na hairíonna nach dteastaíonn ó na hionfhabhtuithe seo iad glas géill, tochtán, agus an triuch. Tá an moladh maidir le minicíocht dáileog na vacsaíne **bunaithe ar aois:** de ghnáth tugtar teandáileog gach 10 mbliana.



## Vacsáin níumacocúil

Cosnaíonn sé i gcoinne **baictéir níumacocas** a d'fhéadfadh a bheith ina gcúis le níúmóine, ionfhabhtuithe fola agus meiningíteas. Tá galar níumacocúil coitianta i measc leanaí óga, ach is iad daoine fásta níos sine is mó atá i mbaol ó thinneas tromchúiseach agus bás. Méadaíonn an riosca na hionfhabhtuithe seo a thógáil leis an bhfliú. Tá sé **molta do gach duine fásta 65 bliain d'aois nó níos sine** an vacsaín a ghlacadh. D'fhéadfadh go mbeadh dáileoga iolracha nó teandáileog de dhíth ar roinnt grúpaí.

## Vacsáin na deire

Cosnaíonn sé i gcoinne **na deire** (ar a dtugtar 'herpes zoster' freisin) agus na gríos agus na spuaiceanna pianmhara gaolmhara a ghabhann leis ar thaobh amháin den chorp, go minic an aghaidh nó an cabhail. Tagann gearb ar na spuaiceanna de ghnáth i gceann 7 - 10 lá agus imíonn siad go hiomlán laistigh de 2 - 4 seachtaine. Mar sin féin, d'fhéadfadh go mbeadh pian ag daoine áirithe a mhaireann míonna nó fiú blianta tar éis don gríos imeacht. **Moltar é do dhaoine fásta 50 bliain d'aois agus níos sine**, lena n-áirítear daoine fásta a raibh an deir orthu nó a fuair na vacsaíní deire roimhe seo.

Tá sé riachtanach a thabhairt faoi deara, cé go bhféadfadh roinnt othar mion-airíonna a fhorbairt tar éis an vacsaínithe, is gnáthchomharthaí iad seo go bhfuil an corp ag cruthaigh cosanta. Ba chóir go dtiocfadh comharthaí, más ann dóibh, i gceann cúpla lá.



# COVID-19

Ar an 11ú Márta 2020, thug an EDS tréithe COVID-19, **galar riospráide ionfhabhtaíoch**, a tharla mar thoradh ar choróinvíreas nua a thángthas air, mar phaindéim dhomhanda ag cur isteach ar dhaoine in aoiseanna difriúla.



## Siomtóim choiteanna



Fiabhras



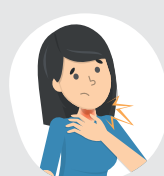
Casacht



Pian matáin



Tuirse



Deacrachtaí  
anáilaithe



**Bíonn daoine le diaibéiteas** sa ghrúpa ard-riosca COVID-19 agus beidh sé níos dóchúlúla go bhforbróidh siad siomtóim diana.





# COVID-19

...ar leanúint

De bharr an riosca ard do thorthaí sláinte bochta mar gheall ar COVID-19, tá sé tábhachtach go bhfuil daoine le diabéiteas san áireamh i ngrúpaí tosaíochta faoi choinne cláracha vacsaínithe.

Faoi Mheán Fómhair 2021, tá na vacsaíní COVID-19 a leanas údaraithe le húsáid san Aontas Eorpach ag an Ghníomhaireacht Leigheasra Eorpach (EMA): **Comirnaty** (Pfizer-BioNTech), **Spikevax** (Moderna), **Vaxzevria** (AstraZeneca), agus **Janssen**.

**Déanann EMA monatóireacht chúramach ar shábháilteacht gach vacsaíne san AE.**



Tosaíonn siomtóim le linn **3-7 lá i ndiaidh teagmháil** leis an víreas, ach i gcásanna áirithe, ghlac sé suas le 14 lá do na siomtóim a bheith infheicthe.



Thig le hionfhabhtú scamhóg, galar duáin agus fiú bás a bheith san áireamh sna **haimhréidheanna neamhchoitianta agus diana**.



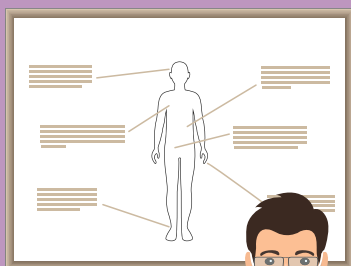
Tá déine COVID-19 bainteach le **méadú aoise (>60 bliain d'aois)** agus le roinnt riochtaí bhunsláinte lena n-áirítear hipirtheannas, diabéiteas, galair chardashoithíocha, galair riospráide ainsealacha, agus cosc imdhíonachta. Taispeánann sonraí ar na mallaibh go bhfuil rátaí riosca beagán níos airde i ngrúpaí fireannacha.

# Cinneadh eolach

Is ábhar díospóireachta mothúchánach é ábhar an vacsaínithe, ach tá sé ríthábhachtach go gcaithfear aghaidh a thabhairt ar easpa glactha agus drogall vacsaínithe trí **idirphlé oscailte**, agus **fianaise eolaíoch** mar thaca leis.

Tá **cumhachtú na n-othar** ar cheann de phríomhghnéithe cúraim sláinte othar-lárnaithe. Sainmhínítear é seo mar phróiseas iltoiseach a chuidíonn le hothair smacht a bheith acu ar a saol féin, agus a mhéadaíonn a gcumas gníomhú ar shaincheisteanna a shainíonn siad féin a bheith tábhachtach.

D'fhéadfadh go mbeadh an teachtaire níos tábhachtaí ná an teachtaireacht féin do dhaoine glacadh le hidirghabhálacha sláinte.



**Ná déan dearmad go deo** gur uirlis chumhachtach dhearfach í ceisteanna a chur!



# Cinneadh eolach

...ar leanúint

Cuimsíonn cumhachtú othar 3 ghné atá ag forluí agus ag athneartú a chéile: **litearthacht sláinte, cinnteoireacht roinnte, agus féinbhainistíocht.**

Is próiseas dhá bhealach é cumhachtú. Teastaíonn macasamhla ón othar sa “ghairmí sláinte cumhachtaithe” a chuireann fáilte roimh rannpháirtíocht an othair agus a bhfuil eolas aige conas timpeallacht chúraim sláinte chumaisithe a chruthú.



# Cairt ar **chumhachtú othar**

01

## **Is níos mó ná do riocht sláinte thú**

Baineann cúram sláinte go bunúsach le caidreamh daonna. Is pointe tosaigh cumhachtaithe é caitheamh le meas, dínit agus comhbhá agus féachaint ort mar dhuine le saol seachas riocht sláinte nó stádas duine.

02

## **Tá tú cumasaithe leis an méid a ba mhaith leat**

Ba cheart tacaíocht le gach othar agus iad a chur ar gcumas a dtuairim a thabhairt faoina gcúram, de réir a gcumais agus a mianta, agus beag beann ar ár n-aois, inscne, cumas, bunús eitneach, reiligiún nó creideamh, staid shocheacnamaíoch, claonadh gnéasach/inscne, féiniúlacht, léiriú, nó tréithe.

03

## **Is comhpháirtí i ngach cinneadh thú atá bainteach le do shláinte**

Ba cheart go mbeadh gach cinneadh a bhaineann le sláinte, cibé acu pleanáil do chúram fhadtéarmach do riachtanais chasta nó cinntí cóireála/coiscthe aon uaire, mar thoradh ar phróiseas cinnteoireachta roinnte idir an t-othar agus an fhoireann cúraim sláinte. Caithfidh othair agus gairmithe páirt a ghlacadh mar chomhpháirtithe comhionanna in idirphlé faoi roghanna cóireála, tosaíochtaí agus luachanna cóireála.

04

## **Tá an t-eolas atá de dhíth ort agat i bhformáid intuigthe, do thaifead sláinte féin san áireamh**

Tá sé de cheart ag othair faisnéis a theastaíonn uathu a fháil agus a theastaíonn uathu, sa mhéid agus san fhormáid cheart agus ag an am ceart, i dteanga shimplí go leor lena chur ar a gcumas roghanna a dhéanamh de réir a mianta. Ba cheart faisnéis d'othair a chomhdhearadh le hothair lena chinntiú go bhfuil sí ar chaighdeán maith.

05

## **Cuireann do ghairmithe sláinte agus ár gcóras sláinte inniúlacht sláinte do chách chun cinn go gníomhach**

Tá níos mó i gceist le litearthacht sláinte ná faisnéis: baineann sé le bheith in ann faisnéis sláinte a aimsiú, a mheas agus a úsáid chun cinntí maithe sláinte a dhéanamh i ngach réimse den saol.

06

## **Tá an tacaíocht leanúnach atá de dhíth ort agat chun do chúram féin a láimhseáil**

Ba cheart go mbeadh riachtanais othair aonair chun a gcúram agus a saol a bhainistiú i gcomhthéacs a luachanna pearsanta, a gcuspóirí, a dteaghlaigh agus cúinsí eile ag croílár cur chuige comhcheangailte i leith cúraim. Ba cheart na roghanna ábhartha uile a thairiscint d'othair agus do theaghlaigh d'fhonn roghanna fiúntacha a dhéanamh. Ba cheart oideachas féinbhainistíochta a chur ar fáil go forleathan sa phobal mar chuid de chúram comhtháite galar ainsealach.

07

## **Is tomhas tábhachtach é do taithí ar chaighdeán cúram sláinte**

Ba cheart glacadh le taithí an othair mar phríomh-mhéadracht chun cáilíocht an chúraim shláinte a mheas. Ní chiallaíonn sé sin cleachtaí ticbhosca mar “shuirbhéanna sástachta”, ach bearta fiúntacha - lena n-áirítear bearta cáilíochtúla othar-lárnaithe. Ba cheart go sainmhíneodh na hothair féin táscairí chun cáilíocht an chúraim shláinte a mheas.

08

## **Tig leat a bheith páirteach i luacháil agus i gcomhdhearadh seirbhísí cúraim sláinte, ionas go n-oibríonn siad do chách**

Tá rannpháirtíocht fhiúntach an othair bunaithe ar an mbonn go bhfuil saineolas agus eolas uathúil ag othair: ní bhíonn ach “an turas iomlán” ag an othar. Is féidir le hothair bearnaí sa soláthar a aithint, ach seirbhísí iomarcacha nó nach dteastaíonn uathu freisin, ag cabhrú leis an gcúram sláinte a dhéanamh níos éifeachtaí agus níos éifeachtúla. Lena chois sin, tá ceart bunúsach daonlathach ag othair ionadaíocht a bheith acu ar gach leibhéal, ba cheart a mbaint a bheith mar chuid de struchtúir agus phróisis fhoirmiúla.

09

## **Trí eagraíochtaí othar, bíonn do ghuth mar chuid de ghuth aontaithe níos mó**

Is féidir le hothair aonair a bheith ina n-abhcóidí cumhachtacha bunaithe ar a dtaithí agus a gcúinsí pearsanta féin. Agus cuireann eagraíochtaí othar tuairimí chun cinn a léiríonn dáilcheantar othar.

10

## **Téann cothromas agus cumhachtú le chéile**

Le bheith i d'othar cumhachtaithe, tá rochtain ar chúram ardchaighdeán cothromasach, gan idirdhealú, riachtanach do chúram sláinte agus sóisialta ar ardchaighdeán.



Fuair an treoirthionscadal Patients' and Professionals' Awareness, Communication and Trust (VAC-PACT) (Muinín Vacsaíne – Feasacht, Cumarsáid & Muinín Othar agus Proifisiúnach) maoiniú ó Chlár Sláinte an Aontais Eorpaigh faoi Chonradh Seirbhíse SANTE/2019/C3/013-S12.820639 agus aontaíonn sé príomhpháirtithe leasmhara le raon leathan saineolais agus cúlraí ar fud na hEorpa



COMITÉ PERMANENT DES MÉDECINS EUROPÉENS  
STANDING COMMITTEE OF EUROPEAN DOCTORS



Health Connect Partners  
supporting trust in data