

VAC-PACT PILOTPROJEKTS  
UZTICĪBA VAKCINĀCIJAI –  
PACIENTU UN PROFESIONĀĻU  
INFORMĒTĪBA, KOMUNIKĀCIJA UN  
UZTICĪBA

# Vakcinācija un diabēts



Finansē  
Eiropas Savienība



# Pašreizējais stāvoklis

- Tūkstošiem pieaugušo visā pasaulē katru gadu saslimst ar slimībām, kuras varētu novērst ar vakcīnām.
- Cilvēkiem ar diabētu bieži ir lielāks risks saslimt ar komplikācijām, ko izraisa ar vakcīnām novēršamas slimības.

Pasaules Veselības organizācijas (PVO) aprēķini liecina, ka:

**422 miljoniem cilvēku**

visā pasaulē ir diabēts.

**1,6 miljoni nāves gadījumu**

katru gadu tiek tieši saistīti ar diabētu.

Daži ar diabētu / vakcīnām saistīti skaitļi:

**-24%**

**Visu iemeslu izraisītas  
mirstības samazināšanās**

vakcīnas saņēmējiem gripas sezonā, salīdzinot ar nevakcinātiem dalībniekiem<sup>1</sup>.

**-22%**

**Hospitalizācijas gadījumu  
skaita samazināšanās**

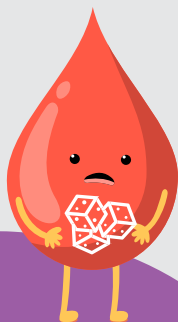
gripas sezonā akūta miokarda infarkta gadījumā<sup>2</sup>.

Vakcinācija ir svarīgs solis, lai saglabātu veselību.

**Runājiet ar veselības aprūpes speciālistu, apspriediet savu individuālo situāciju un veselības vajadzības un pārliecinieties, ka saņēmt visas vakcīnas.**

1. Dos Santos et. al. (Dos Santos, 2018) sistemātisks pārskats, kurā piedalījās 125 503 pieaugušie ar 2. tipa diabētu.
2. Samazinājums sasniedz 18% insulta gadījumā, 17% sirds mazspējas gadījumā un 25% pneimonijas vai gripas gadījumā.

# Pārskats par diabētu



Diabēts ir **hroniska slimība**, ko raksturo **paaugstināts cukura līmenis asinīs** (glikoze). Tas rodas, kad aizkuņģa dziedzeris vairs nespēj izstrādāt insulīnu vai organisms nespēj izmantot tā izstrādāto insulīnu. Diabēts atkarībā no cēloņa izpaužas dažādās formās.

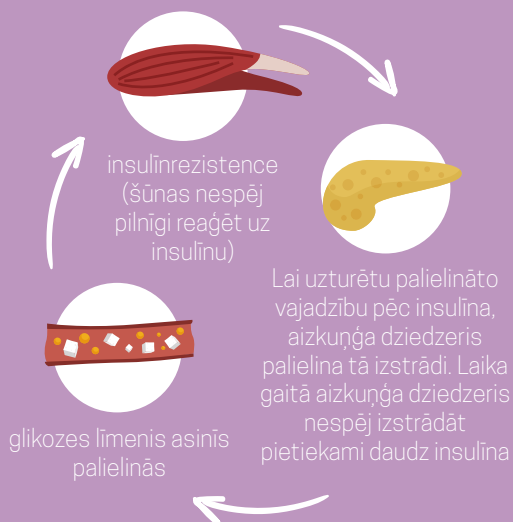
## 1. tipa diabēts

var parādīties jebkurā vecumā, bet visbiežāk tas rodas bērniem un pusaudžiem.



## 2. tipa diabēts

ir visizplatītākais, veidojot ~90% gadījumu, kuri galvenokārt skar pieaugušos.



# Pārskats par diabētu

... turpinājums



Citi diabēta veidi ietver arī **gestācijas diabētu (GD)**, kas var attīstīties grūtniecības laikā un ir saistīts ar komplikācijām gan mātei, gan bērnam. Skartajām sievietēm un viņu bērniem ir paaugstināts 2. tipa diabēta attīstības risks.



Diabēts, īpaši, ja tas netiek pienācīgi kontrolēts, var apgrūtināt imūnsistēmas **cīņu pret infekcijām**, salīdzinot ar cilvēkiem bez diabēta. Paaugstināts glikozes līmenis asinīs (cukura līmenis asinīs) laika gaitā var izraisīt nopietnus sirds, asinsvadu, acu, nieru un nervu bojājumus.



Pašlaik nav iespējams izārstēt diabētu, taču, **ārstējoties, veicot profilaktisku aprūpi un mainot dzīvesveidu, jūs varat dzīvot ilgu, veselīgu dzīvi!** Regulārās medicīniskās vizītes ir piemērots laiks diabēta aprūpes nodrošināšanai, novērošanai un pastāvīgai pacientu izglītošanai.



# Pamatinformācija **par** **vakcīnām**

Vakcinācija aizsargā vakcinētos, apkārtējos cilvēkus un visu sabiedrību. Ja pietiekami daudz cilvēku populācijā ir imūni pret infekcijas slimību, tad maz ticams, ka slimība izplatīsies no cilvēka uz cilvēku. To sauc par **kolektīvo imunitāti** (saukta arī par **pūļa imunitāti**).

Daži pacienti par zemu novērtē saslimšanas risku un neapzinās, ka nevakcinēšanās var radīt nopietnus draudus viņu un citu cilvēku veselībai.

- Mēs zinām, ka **cilvēki ar diabētu** ir vairāk pakļauti veselības riskiem, kas saistīti ar slimībām, kuras iespējams novērst ar vakcīnas palīdzību.
- Ir ļoti svarīgi **konsultēties ar savu veselības aprūpes speciālistu katrā konkrētā gadījumā**, jo dažas vakcīnas nav ieteicamas cilvēkiem ar novājinātu imūnsistēmu un/vai alerģiju.

**Atgādinājums:** Veselības aprūpes speciālistu ieteikumi būtiski ietekmē pacientu attieksmi pret vakcināciju.

## **Atcerieties:**

- Joprojām pastāv ievērojamas atšķirības valstu vakcinācijas grafikos visā ES.
- Ieskatu par vakcinācijas grafika izmaiņām ES/EEZ valstīs Jūs varat gūt, izmantojot Eiropas Slimību profilakses un kontroles centra (ECDC) sniegto vakcinācijas plānu.



# Svarīgākās vakcīnas

... turpinājums

Šīs ir **5 galvenās vakcīnas**, kas palīdz mazināt šos riskus, pamatojoties uz Centers for Disease Control and Prevention (slimību profilakses un kontroles centru) ieteikumiem:

## Gripas vakcīna.

Aizsargā pret gripas infekciju katru gadu. Ar gripu saistītās slimības ietver dažāda veida plaušu infekcijas, kas var izraisīt saistīto hronisko slimību pasliktināšanos. **Vakcinēšanās pret gripu tagad ir svarīgāka nekā jebkad agrāk, jo pacientiem ir lielāks nopietnu COVID-19 seku risks.**

## B hepatīts

Pasargā no **B hepatīta vīrusa (BHV)** - vīrusa, kas uzbrūk aknām, izraisa infekciju uz mūžu, cirozi (rētošanos), aknu vēzi, aknu mazspēju un nāvi. Hepatītu var izraisīt pārmērīga alkohola lietošana, toksīni, zāles un noteiktas slimības. Vakcinācija ir **ieteicama pieaugušajiem līdz 60 gadu vecumam.**

## DTaP/DTwP vakcīna.

Pasargā no **stingumkrampjiem, difterijas un garā klepus**, kas var būt nopietnas slimības jebkura vecuma cilvēkiem. Stingumkrampji, laringotraheīts (krups) un garais klepus ir daži no nevēlamiem šo infekciju simptomiem. Vakcīnas devas saņemšanas biežums ir **ieteicams atkarībā no vecuma**: parasti revakcinācija tiek veikta ik pēc 10 gadiem.



## Pneimokoku vakcīna.

Pasargā no **pneimokoku baktērijām**, kas var izraisīt pneimoniju, asins infekcijas un meningītu. Pneimokoku izraisītas slimības ir izplatītas maziem bērniem, bet vecākiem pieaugušajiem ir vislielākais nopietnu slimību un nāves risks. Gripa palielina risku saslimt ar šīm infekcijām. **Vakcīnu ieteicams lietot visiem pieaugušajiem, kas sasnieguši vismaz 65 gadu vecumu.** Dažām grupām var būt nepieciešamas vairākas vai arī atkārtotas vakcīnas devas.

## Zoster vakcīna.

Pasargā no **jostas rozes** (pazīstama arī kā herpes zoster) un ar to saistītajiem sāpīgajiem ādas bojājumiem un pūslīšiem, kas veidojas kādā ķermeņa daļā, visbiežāk – uz sejas vai rumpja. Pūslīši parasti pārklājas ar krevēli 7–10 dienu laikā un pilnībā izzūd 2–4 nedēļu laikā. Tomēr dažiem sāpes var ilgt mēnešiem vai pat vairākus gadus pēc izsitumu mazināšanās. **Tā ir ieteicama visiem pieaugušajiem, kas sasnieguši vismaz 50 gadu vecumu**, tostarp pieaugušajiem, kam ir bijusi jostas roze vai kuri jau agrāk ir saņēmuši vakcīnu pret jostas rozi.

Svarīgi arī norādīt, ka, lai gan dažiem pacientiem pēc vakcinācijas var parādīties nelieli simptomi, tās ir normālas pazīmes, kas liecina, ka organisms veido aizsardzību. Simptomiem, ja tādi ir, vajadzētu izzust dažu dienu laikā.



# Covid-19

2020. gada 11. martā PVO raksturoja Covid-19, **infekciozu elpceļu slimību**, ko izraisījis nesēn atklāts koronavīruss, kā globālu pandēmiju, kas skar visu vecumu cilvēkus.



## Biežākie simptomi



Drudzis



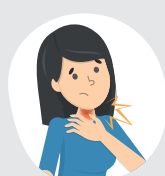
Klepus



Muskuļu sāpes



Nogurums



Elpošanas grūtības



**Cilvēki ar diabētu** tiek uzskatīti par Covid-19 augsta riska grupām, un viņiem ir lielāka iespēja, ka attīstīsies smagi simptomi.





# Covid-19

... turpinājums

Ņemot vērā paaugstinātu komplikāciju risku Covid-19 dēļ, ir svarīgi, lai cilvēki ar diabētu tiktu iekļauti vakcinācijas programmu prioritārajās grupās.

Līdz 2021. gada septembrim Eiropas Zāļu aģentūra (EMA) Eiropas Savienībā ir atļāvusi izmantot šādas vakcīnas pret Covid-19: **Comirnaty** (Pfizer-BioNTech), **Spikevax** (Moderna), **Vaxzevria** (AstraZeneca) un **Janssen**.

**Visu vakcīnu drošumu ES rūpīgi uzrauga Eiropas Zāļu aģentūra (EMA).**



Simptomi parasti sākas **3-7 dienu laikā pēc saskares** ar vīrusu, bet dažos gadījumos simptomi parādās pat pēc 14 dienām.



**Retas un smagas komplikācijas** var būt plaušu infekcija, nieru slimība un pat nāve.



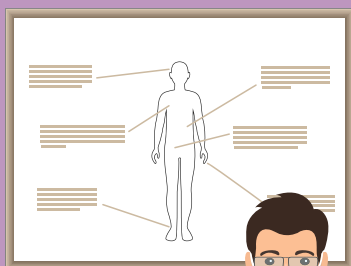
Covid-19 smaguma pakāpe ir saistīta **ar palielinātu vecumu (>60 gadi)** un vairāku pamataslimību, tostarp hipertensijas, diabēta, sirds un asinsvadu slimību, hronisku elpceļu slimību un imūnsupresijas, klātbūtni. Jaunākie dati norāda arī uz nedaudz augstāku riska līmeni vīriešu grupām.

# Informēts lēmums

Vakcinācijas tēma kļūst par emocijām bagātu diskusiju, bet ir ļoti svarīgi, lai nevakcinēšanās un vilcināšanās tiktu risināta **atklātā dialogā**, kas pamatots ar **zinātniskiem pierādījumiem**.

**Pacientu tiesību piešķiršana** ir viens no galvenajiem elementiem uz pacientu orientētā veselības aprūpē. Tas tiek definēts kā daudzdimensionāls process, kas palīdz pacientiem iegūt kontroli pār savu dzīvi un palielina spēju rīkoties jautājumos, kurus viņi paši uzskata par svarīgiem.

Lai cilvēki pieņemtu veselības aizsardzības pasākumus, ziņotājs var būt svarīgāks par pašu vēstījumu.



**Vienmēr atcerieties**, ka jautājumu uzdošana ir spēcīgs un pozitīvs rīks!



# Informēts lēmums

... turpinājums

Pacientu tiesību piešķiršana ietver trīs savstarpēji pārklājošos un vienam otru pastiprinošus aspektus: **veselības pratību, lēmumu kopīgu pieņemšanu** un **pašvadību**.

Tiesību piešķiršana ir divvirzienu process. Pacientam "pilnvarotā veselības aprūpes speciālista" lomā ir nepieciešams sabiedrotais, kurš atzinīgi vērtē pacienta iesaistīšanos un zina, kā izveidot labvēlīgu veselības aprūpes vidi.



# Pacientu tiesību harta

01

## **Jūs esat vairāk nekā tikai jūsu veselības stāvoklis**

Veselības aprūpes pamatā ir cilvēku mijiedarbība. Cieņpilna un līdzjūtīga attieksme pret cilvēku, neskatoties uz viņa veselības stāvokli vai statusu, ir tiesību īstenošanas sākumpunkts.

02

## **Jūs esat pilnvarots pieņemt lēmumus tiktāl, cik vēlaties**

Visi pacienti ir jāatbalsta un jāļauj viņiem izteikt savu viedokli par savu aprūpi, ņemot vērā viņu iespējas un vēlmes, neatkarīgi no viņu vecuma, dzimuma, spējām, etniskās izcelsmes, reliģijas vai pārliecības, sociālekonomiskā stāvokļa, seksuālās/dzimuma orientācijas, identitātes, izpausmēm vai rakstura iezīmēm.

03

## **Jūs esat līdzvērtīgs partneris visos lēmumos, kas saistīti ar jūsu veselību**

Visiem ar veselību saistītiem lēmumiem, vai nu plānojot ilgtermiņa aprūpi sarežģītām vajadzībām, vai arī vienreizējiem lēmumiem par ārstēšanu/profilaksi, jābūt pieņemtiem kopīgā lēmumu pieņemšanas procesā starp pacientu un veselības aprūpes komandu. Dialogā par pacienta vēlmēm, prioritātēm un vērtībām attiecībā uz ārstēšanu pacientiem un profesionāļiem jāiesaistās kā vienlīdzīgiem partneriem.

04

## **Jums nepieciešamā informācija, tostarp jūsu veselības ieraksti, ir jums pieejami viegli saprotamā formātā.**

Pacientiem ir tiesības saņemt vajadzīgo un vēlamo informāciju pareizajā daudzumā un formātā un īstajā laikā pietiekami vienkāršā valodā, lai viņi varētu izdarīt izvēli atbilstoši savām vēlmēm. Pacientiem paredzētā informācija ir jāizstrādā kopā ar pacientiem, lai nodrošinātu, ka tā ir kvalitatīva.

05

## **Jūsu veselības aprūpes speciālisti un mūsu veselības aprūpes sistēma aktīvi veicina veselības pratību**

Veselības pratība ir vairāk nekā informācija: tā ir spēja atrast, izvērtēt un izmantot informāciju par veselību, lai pieņemtu prātīgus lēmumus attiecībā uz veselību visās dzīves jomās.

06

## **Jums ir pieejams nepārtraukts atbalsts, kas jums nepieciešams, lai pārvaldītu savas veselības aprūpi**

Kopīgas pieejas aprūpes centrā jābūt atsevišķu pacientu vajadzībām pārvaldīt savu aprūpi un dzīvi, ņemot vērā viņu personiskās vērtības, mērķus, ģimeni un citus apstākļus. Pacienti un ģimenēm jāpieāvā visas attiecīgās iespējas, lai viņi varētu izdarīt jēgpilnu izvēli. Pašvadības izglītībai vajadzētu būt plaši pieejamai sabiedrībā kā integrētas hronisku slimību aprūpes sastāvdaļai.

07

## **Jūsu pieredze ir būtisks veselības aprūpes kvalitātes rādītājs**

Pacientu pieredze būtu jāpieņem par galveno rādītāju veselības aprūpes kvalitātes novērtēšanā. Tas nenozīmē ķeksīšu atzīmēšanu izvēles rūtīnās, piemēram, "apmierinātības aptaujās", bet nozīmīgas, tostarp kvalitatīvus, uz pacientu orientētus pasākumus. Veselības aprūpes kvalitātes novērtēšanas indikatori būtu jānosaka arī pašiem pacientiem.

08

## **Jūs varat piedalīties veselības aprūpes pakalpojumu novērtēšanā un kopīgā izstrādē, lai tie darbotos labāk**

Jēgpilna pacientu iesaistīšanās ir balstīta uz pieņēmumu, ka pacientiem ir unikāla kompetence un zināšanas: tikai pacients redz "kopainui". Pacienti var identificēt ne tikai trūkumus pakalpojumu sniegšanā, bet arī liekus vai nevēlamus pakalpojumus, palīdzot veselības aprūpi padarīt efektīvāku. Pacienti ir arī demokrātiskas pamattiesības tikt pārstāvētiem visos līmeņos, viņu iesaiste jāiekļauj oficiālajās struktūrās un procesos.

09

## **Caur pacientu organizācijām jūsu balss kļūst par daļu no lielākas, vienotas balss**

Atsevišķi pacienti var būt spēcīgi interešu aizstāvji, pamatojoties uz savu personīgo pieredzi un apstākļiem. Savukārt pacientu organizācijas virza viedokļus, kas pārstāv pacientu kopienas.

10

## **Vienlīdzība un tiesību piešķiršana ir cieši saistītas**

Lai būtu pilnvarots pacients, svarīga ir kvalitatīvas aprūpes pieejamība un vienlīdzīga piekļuve augstas kvalitātes veselības un sociālajai aprūpei bez diskriminācijas.



Pilotprojekts "Vaccination Confidence - Patients' and Professionals' Awareness, Communication and Trust" (Uzticība vakcinācijai – pacientu un profesionāļu informētība, komunikācija un uzticība) (VAC-PACT) ir saņēmis finansējumu no Eiropas Savienības Veselības programmas saskaņā ar pakalpojumu līgumu SANTE/2019/C3/013-S12.820639 un apvieno galvenās ieinteresētās personas ar plašu kompetenci un pieredzi no visas Eiropas



COMITÉ PERMANENT DES MÉDECINS EUROPÉENS  
STANDING COMMITTEE OF EUROPEAN DOCTORS



Health Connect Partners  
supporting trust in data