

Εμβόλια κατά της COVID-19 – Όσα πρέπει να γνωρίζουν οι ηλικιωμένοι Καναδοί



Οκτώβριος 2023
(Ενημέρωση Ιανουάριος 2024)

National Institute on Ageing

Προτεινόμενη βιβλιογραφία:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J. (2024). Εμβόλια κατά της COVID-19 – Όσα πρέπει να γνωρίζουν οι ηλικιωμένοι Καναδοί. National Institute on Ageing. Τορόντο, ON.

Ταχυδρομική διεύθυνση:

**National Institute on Ageing
Ted Rogers School of
Management
350 Victoria St.,
Τορόντο, Οντάριο
M5B 2K3
Καναδάς**

Πληροφορίες για το National Institute on Ageing

Το National Institute on Ageing (NIA) είναι ένας κέντρο δημόσιων πολιτικών και έρευνας με έδρα στο Toronto Metropolitan University (πρώην Ryerson University). Το NIA είναι αφοσιωμένο στην ενίσχυση της επιτυχούς γήρανσης σε όλη τη διάρκεια ζωής του ατόμου. Η ξεχωριστή αποστολή του αφορά την εξέταση των ζητημάτων της γήρανσης από ένα ευρύ σύνολο πτυχών, συμπεριλαμβανομένων των οικονομικών, των ψυχολογικών και των πτυχών που σχετίζονται με την κοινωνική ευεξία.

Το NIA εστιάζει στον συντονισμό διεπιστημονικής, βασισμένης σε στοιχεία και εφαρμόσιμης έρευνας για την παροχή ενός σχεδίου για καλύτερες δημόσιες πολιτικές και πρακτικές που απαιτούνται στην αντιμετώπιση των πολλαπλών προκλήσεων και ευκαιριών που προκύπτουν από τη γήρανση του πληθυσμού στον Καναδά.

Το NIA είναι δεσμευμένο στην παροχή πρόσθετης ηγεσίας και δημόσιας επιμόρφωσης για παραγωγική συνεργασία με κάθε επίπεδο της κυβέρνησης, εταίρους από τον ιδιωτικό και τον δημόσιο τομέα, ακαδημαϊκά ιδρύματα, οργανισμούς που ασχολούνται με τα θέματα της γήρανσης και τους Καναδούς γενικότερα.

Πληροφορίες για το Πρόγραμμα Υγιούς Γήρανσης και Γηριατρικής των UHN και Sinai Health

Το Πρόγραμμα Υγιούς Γήρανσης και Γηριατρικής του Sinai Health και του University Health Network είναι αφοσιωμένο στη φροντίδα όλων των ηλικιωμένων, ιδιαίτερα αυτών που αντιμετωπίζουν πολύπλοκα προβλήματα και είναι ευπαθείς. Παρέχουμε εξειδίκευση σε διαπροσωπικά ζητήματα, ολοκληρώνουμε έρευνες, εφαρμόζουμε καινοτόμα μοντέλα περίθαλψης, επιμορφώνουμε τους εαυτούς μας και άλλους και συνεργαζόμαστε με όλους τους εταίρους για να προωθήσουμε την υγιή γήρανση.

ΣΥΝΤΑΚΤΕΣ

Το παρόν έγγραφο οδηγίας συντάχθηκε από τους εξής:

Δρ. Samir K. Sinha, MD, DPhil, FRCPC, FCAHS, AGSF

Διευθυντής Γηριατρικής
Sinai Health and University Health Network,
Διευθυντής Έρευνας Πολιτικών για την Υγεία,
National Institute on Ageing,
Επίκουρος Καθηγητής, Departments of Medicine,
Family and Community Medicine, Health Policy,
Management and Evaluation,
University of Toronto

Arushan Arulnamby, MPH

Αναλυτής Πολιτικών, National Institute on Ageing,
Toronto Metropolitan University

Κα. Sabina Vohra-Miller, MSc

Ιδρύτρια Unambiguous Science

Δρ. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC

Ιατρική Διευθύντρια, Infection Prevention
and Control, Sinai Health;
Διευθύντρια του Infectious Diseases Departmental
Division, University of Toronto Άναπληρώτρια
Καθηγήτρια, Departments of Medicine
and Laboratory Medicine and Pathobiology,
University of Toronto

Πίνακας περιεχομένων

Γενικές απορίες σχετικά με τα εμβόλια κατά της COVID-19	7
Συγκεκριμένες απορίες για ηλικιωμένους	13
Απορίες για συγκεκριμένες ομάδες πληθυσμού	18
Κατάρριψη των μύθων σχετικά με τα εμβόλια κατά της COVID-19	22
Άλλες απορίες	24

Εισαγωγή

Από τα τέλη του 2020 αναπτύχθηκαν, εγκρίθηκαν και συστήθηκαν διάφορα εμβόλια κατά της COVID-19 στον Καναδά, βάσει ερευνών και επιδημιολογικών αναφορών. Τα νέα σχετικά με την ανάπτυξη και την έγκριση των εμβολίων κατά της COVID-19 αντιμετωπίστηκαν με ενθουσιασμό και ελπίδα, αλλά επίσης και με κάποιο σκεπτικισμό, ιδιαίτερα από τους ηλικιωμένους και ορισμένα πιο ευάλωτα μέλη της κοινωνίας μας.

Υπάρχουν πολλές θεμιτές απορίες και παρανοήσεις σχετικά με τα εμβόλια κατά της COVID-19, τον τρόπο δημιουργίας τους και τη σημασία τους για την ατομική μας υγεία. Είναι σημαντικό αυτές οι ανησυχίες να αντιμετωπίζονται, καθώς ο Καναδάς εξέρχεται από τη φάση της κρίσης και προχωράει στη μακροχρόνια διαχείριση της COVID-19.

Ακολουθούν ορισμένες συχνές απορίες που προκύπτουν σχετικά με τα εμβόλια κατά της COVID-19 στους ηλικιωμένους Καναδούς, μαζί με απαντήσεις βασισμένες σε στοιχεία, που θα σας βοηθήσουν να παραμείνετε ενημερωμένοι για τα γεγονότα.

Γενικές απορίες σχετικά με τα εμβόλια κατά της COVID-19

Πώς λειτουργούν τα εμβόλια;

Ο οργανισμός μας μπορεί να έρθει αντιμέτωπος με διάφορα βακτήρια, ιούς ή μύκητες που μπορούν να προκαλέσουν παθήσεις. Αυτά είναι γνωστά ως παθογόνα. Για την καταπολέμηση αυτών των οργανισμών που προκαλούν παθήσεις, το ανοσοποιητικό μας σύστημα αναπτύσσει αντισώματα, τα οποία παράγονται βάσει ενός τμήματος του παθογόνου, το αντιγόνο. Αυτό βοηθάει στη δημιουργία προστασίας κατά της νόσου, η οποία είναι γνωστή ως ανοσία. Στον οργανισμό μας διαθέτουμε χιλιάδες διαφορετικά αντισώματα για συγκεκριμένα αντιγόνα που σχετίζονται με παθογόνα.

Όταν ο οργανισμός μας συναντάει ένα νέο παθογόνο, όπως ο ιός COVID-19, χρειάζεται χρόνο για να παράξει τα συγκεκριμένα αντισώματα. Όταν πλέον ο οργανισμός μας είναι έτοιμος να αντεπιτεθεί, η λοίμωξη μπορεί να έχει ήδη προκαλέσει μεγάλη ζημιά, η οποία μερικές φορές μπορεί να οδηγήσει σε σοβαρή νόσο και θάνατο. Αφού όμως καταπολεμήσει τον ιό, ο οργανισμός δημιουργεί επίσης κύτταρα μνήμης που παράγουν αντισώματα. Αυτά τον βοηθούν να θυμάται πώς να αντιμετωπίζει τον αντίστοιχο ιό. Κατά συνέπεια, την επόμενη φορά που θα έρθετε σε επαφή με τον ίδιο ιό, ο οργανισμός σας θα τον θυμάται και θα μπορεί να ετοιμάσει γρήγορα το αμυντικό του σύστημα εναντίον του.

Γι' αυτόν τον λόγο τα εμβόλια μπορεί να είναι ωφέλιμα. Τα εμβόλια περιέχουν εξασθενημένες εκδοχές του ιού, αδρανή αντιγόνα ή ένα σχέδιο για την παραγωγή αντιγόνων που ενεργοποιεί

μια απόκριση του ανοσοποιητικού συστήματος. Επιτρέπουν στον οργανισμό να κλιμακώσει μια ανοσολογική απόκριση κατά μιας ποικιλίας παθογόνων. Αυτό σημαίνει ότι αργότερα, αν ο οργανισμός σας συναντήσει ένα πραγματικό παθογόνο για το οποίο έχετε ανοσοποιηθεί, θα μπορεί να το αναγνωρίσει γρήγορα και να αντιδράσει άμεσα, καταπολεμώντας το προτού προκαλέσει σοβαρά προβλήματα υγείας.

Πώς λειτουργούν τα εμβόλια mRNA και ποια είναι διαθέσιμα;

Το mRNA ή αγγελιοφόρο RNA, είναι ένα φυσικά εμφανιζόμενο μόριο του οργανισμού μας, το οποίο παρέχει οδηγίες σε αυτόν για την παραγωγή των απαραίτητων πρωτεϊνών, μοιάζει δηλαδή κάπως με μια συνταγή.

Πριν από την πανδημία COVID-19, ερευνητές μελετούσαν και εργάζονταν σε θεραπείες βασισμένες στο mRNA για δεκαετίες. Αμέσως μόλις συγκεντρώθηκαν οι απαραίτητες πληροφορίες σχετικά με τον ιό που προκαλεί την COVID-19, οι επιστήμονες άρχισαν να σχεδιάζουν τα πρώτα εμβόλια mRNA κατά της COVID-19.

Σε αυτά τα εμβόλια χρησιμοποιείται συνθετικό mRNA, το οποίο δίνει εντολή στον οργανισμό να παράξει ένα αβλαβές τμήμα του αντιγόνου πρωτεΐνης ακίδας που βρίσκεται στην επιφάνεια του πραγματικού ιού COVID-19. Αυτά τα εμβόλια λειτουργούν παρέχοντας οδηγίες mRNA ή μια συνταγή που κατευθύνει τον οργανισμό να παράξει μια μικρή ποσότητα του αντιγόνου

πρωτεΐνης ακίδας. Ο οργανισμός μας αναγνωρίζει ότι αυτό το αντιγόνο δεν έχει θέση εκεί και κλιμακώνει μια ανοσολογική απόκριση, παράγοντας προστατευτικά αντισώματα κατά του αντιγόνου πρωτεΐνης ακίδας της COVID-19, έτσι ώστε εάν αργότερα έρθει σε επαφή με έναν πραγματικό ιό που προκαλεί COVID-19, να γνωρίζει αμέσως πώς θα τον καταπολεμήσει. Το mRNA στο εμβόλιο δεν έχει μεγάλη διάρκεια παραμονής στον οργανισμό, καθώς διασπάται γρήγορα. Το mRNA από το εμβόλιο δεν μπορεί να εισέλθει στο DNA σας ούτε να το τροποποιήσει με οποιονδήποτε τρόπο.

Τα εμβόλια mRNA αποτελούν μια εντυπωσιακή επιστημονική πρόοδο και θα μας επιτρέψουν να σχεδιάσουμε εμβόλια και για άλλους ιούς, όπως η γρίπη, ο αναπνευστικός συγκυτιακός ιός (RSV), ο ιός Zika, ο ιός της λύσσας και ο κυτταρομεγαλοϊός (γνωστός ως CMV). Τα εμβόλια mRNA μελετούνται επίσης ως ένας καινοτόμος τρόπος για την αντιμετώπιση του καρκίνου.

Στον Καναδά έχουν εγκριθεί διάφορα εμβόλια mRNA κατά της COVID-19 για ενήλικες, τα οποία στοχεύουν σε διαφορετικές παραλλαγές του ιού SARS-COV-2. Από τα εμβόλια mRNA που έχουν εγκριθεί τα τελευταία τρία χρόνια, μόνο δύο νέα εμβόλια mRNA που έχουν εγκριθεί για χρήση το φθινόπωρο του 2023 στοχεύουν ένα από τα πλέον πρόσφατα στελέχη του ιού: Τα **Comirnaty® Omicron XBB.1.5** (Pfizer-BioNTech) και **Spikevax® XBB.1.5** (Moderna) είναι διαθέσιμα επί του παρόντος.

Πώς λειτουργούν τα εμβόλια πρωτεϊνικών υπομονάδων και ποια είναι διαθέσιμα;

Τα εμβόλια πρωτεϊνικών υπομονάδων χρησιμοποιούνται εδώ και αρκετές δεκαετίες για παροχή προστασίας κατά διαφόρων νόσων, όπως ο κοκκύτης και η ηπατίτιδα Β. Αυτά τα εμβόλια περιέχουν κεκαθαρμένες

πρωτεΐνες του ιού, οι οποίες αναπτύσσονται μέσω μιας εδραιωμένης διαδικασίας. Αρχικά, ένα κομμάτι του γενετικού υλικού του ιού, το οποίο περιέχει οδηγίες για την ανάπτυξη της πρωτεΐνης ακίδας του ιού COVID-19, εισάγεται σε ένα άλλο κύτταρο, επιτρέποντας την παραγωγή της πρωτεΐνης. Η πρωτεΐνη υποβάλλεται έπειτα σε κάθαρση και εισάγεται στον οργανισμό για την ενεργοποίηση μιας ανοσολογικής απόκρισης. Για την ενίσχυση της ανοσολογικής απόκρισης του αντιγόνου πρωτεΐνης, το εμβόλιο περιλαμβάνει επίσης το ενισχυτικό **Matrix-M**. Τα ενισχυτικά χρησιμοποιούνται με ασφάλεια σε διάφορα εμβόλια.

Τα εμβόλια πρωτεϊνικών υπομονάδων δεν μπορούν να προκαλέσουν λοίμωξη, καθώς δεν περιέχουν τον ιό.

Το εμβόλιο **Nuvaxovid™** (Novavax) κατά της COVID-19 ήταν το μόνο εμβόλιο πρωτεϊνικών υπομονάδων κατά της COVID-19 που είναι διαθέσιμο για ενήλικες στον Καναδά. Το εμβόλιο **Nuvaxovid™ XBB.1.5** (Novavax) κατά της COVID-19 έχει επίσης εγκριθεί για χρήση τον Δεκέμβριο του 2023, ώστε να στοχεύει ένα από τα πλέον πρόσφατα στελέχη του ιού.

Ποια είναι η διαφορά ανάμεσα σε μια αρχική σειρά και τις πρόσθετες δόσεις;

Μια πρωτογενής σειρά είναι η αρχική δόση (οι αρχικές δόσεις) των εμβολίων COVID-19 που λαμβάνει ένα άτομο. Αυτή μπορεί να κυμαίνεται από μία έως δύο δόσεις. Το συνιστώμενο διάστημα ανάμεσα σε δύο δόσεις ενός εμβολίου κατά της COVID-19 για την αρχική σειρά είναι οκτώ εβδομάδες.

Η τρέχουσα σύσταση προβλέπει τη χρήση εμβολίων mRNA στην αρχική σειρά. Σε περίπτωση που αυτά δεν είναι διαθέσιμα, θα πρέπει να προσφέρεται το εμβόλιο πρωτεϊνικών υπομονάδων **Nuvaxovid™** (Novavax) κατά της COVID-19. Είναι σημαντικό να τονιστεί ότι μπορούν να χρησιμοποιηθούν διαφορετικά εμβόλια για την ολοκλήρωση της αρχικής σειράς.

Ο λόγος για τον οποίο συνιστώνται πρόσθετες δόσεις μετά την αρχική σειρά είναι για να αυξηθεί η προστασία των ατόμων από τη μόλυνση με COVID-19 και τη συμπτωματική και σοβαρή νόσο COVID-19, η οποία έχει πιθανώς εξασθενήσει από τον τελευταίο εμβολιασμό ή μόλυνση. Συνιστάται να χορηγείται τουλάχιστον έξι μήνες μετά τον τελευταίο εμβολιασμό ή μόλυνση με COVID-19. Παρότι η χρήση συντομότερου διαστήματος (π.χ. τρεις έως < έξι μήνες) δεν έχει επιδειχθεί ότι περιλαμβάνει κινδύνους για την ασφάλεια, ένα μεγαλύτερο διάστημα εξασφαλίζει υψηλότερο επίπεδο ανοσίας ή προστασίας σε βάθος χρόνου.

Παρόμοια με την αρχική σειρά, τα εμβόλια mRNA κατά της COVID-19 είναι τα προτιμώμενα εμβόλια για τις πρόσθετες δόσεις. Σε περίπτωση που τα εμβόλια mRNA κατά της COVID-19 δεν είναι διαθέσιμα, θα πρέπει να προσφέρεται το εμβόλιο πρωτεϊνικών υπομονάδων **Nuvaxovid™** (Novavax) κατά της COVID-19.

Το εγκεκριμένο από τον Δεκέμβριο του 2023 εμβόλιο **Nuvaxovid™ XBB.1.5** (Novavax) είναι επί του παρόντος υπό εξέταση από την National Advisory Committee on Immunization (NACI) του Καναδά, ώστε να μπορέσει να παρέχει περαιτέρω καθοδήγηση σχετικά με τον καλύτερο τρόπο χρήσης αυτού του εμβολίου.

Ποιες είναι οι νέες συνθέσεις των εμβολίων κατά της COVID-19;

Επί του παρόντος, υπάρχουν νεότερα στελέχη Όμικρον τα οποία επικρατούν περισσότερο στον Καναδά σε σύγκριση με όσα στοχεύονταν μέσω των προηγούμενων διαθέσιμων εμβολίων κατά της COVID-19. Αυτά τα νέα στελέχη Όμικρον μπορούν να αποφεύγουν καλύτερα τα αντισώματα του οργανισμού, σε σύγκριση με προηγούμενα στελέχη Όμικρον.

Από το φθινόπωρο του 2023, μια νέα σειρά εμβολίων κατά της COVID-19 έχουν γίνει διαθέσιμα στον Καναδά που στοχεύουν ειδικά σε ένα από τα πιο πρόσφατα στελέχη Omicron. Αυτά τα εμβόλια δεν περιλαμβάνουν το αρχικό στέλεχος του ιού SARS-CoV-2, αλλά αντίθετα αποτελούνται μόνο από ένα από τα νεότερα στελέχη Όμικρον. Κατά συνέπεια, αναμένεται να προσφέρουν βελτιωμένη ανοσολογική απόκριση σε σύγκριση με τα προηγούμενα διαθέσιμα εμβόλια κατά της COVID-19. Για τον λόγο αυτό, η NACI συνέστησε στα άτομα να λαμβάνουν το mRNA εμβόλιο κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5 (Moderna ή Pfizer-BioNTech), ανεξάρτητα από τον αριθμό των δόσεων εμβολίου που έχουν λάβει προηγουμένως. Το χρονικό διάστημα για τον εμβολιασμό, εξαρτάται από το προηγούμενο εμβόλιο COVID-19 ή/και το ιστορικό μόλυνσης (βλ. σελίδα 13 για συστάσεις για ηλικιωμένους ενήλικες).

Τα εμβόλια **Comirnaty® Omicron XBB.1.5** (Pfizer-BioNTech) και **Spikevax® XBB.1.5** (Moderna) εγκρίθηκαν για χρήση από τον οργανισμό Health Canada τον Σεπτέμβριο του 2023.

Η νέα σύνθεση του εμβολίου κατά της COVID-19 από τη Novavax έχει επίσης εγκριθεί για χρήση από τον οργανισμό Health Canada τον Δεκέμβριο του 2023. Αυτό το νέο εμβόλιο είναι επί του παρόντος υπό εξέταση από την NACI, ώστε να μπορέσει να παρέχει περαιτέρω καθοδήγηση σχετικά με τον καλύτερο τρόπο χρήσης αυτού του εμβολίου.

Ήδη, δεδομένα από δοκιμές σε ζώα ή/και ανθρώπους έχουν δείξει ότι τα νέα εμβόλια της Moderna, Novavax και της Pfizer-BioNTech αναπτύσσουν ισχυρές ανοσολογικές αποκρίσεις κατά των στελεχών XBB* Όμικρον του ιού SARS-CoV-2.

Τα εμβόλια κατά της COVID-19 αναπτύχθηκαν πολύ γρήγορα. Παραλείφθηκαν σημαντικά βήματα κατά την ανάπτυξή τους;

Σύμφωνα με τον [ιστότοπο](#), του Health Canada, τα παρακάτω ισχύουν για όλα τα εγκεκριμένα εμβόλια κατά της COVID-19 στον Καναδά:

- πληρούν τις κανονικές απαιτήσεις για την έγκριση ενός εμβολίου, συμπεριλαμβανομένων όλων των συνήθων απαιτήσεων ασφάλειας, ποιότητας και αποτελεσματικότητας για τα εμβόλια ενώ δεν αγνοήθηκε καμία απαίτηση προκειμένου να εγκριθεί η χρήση αυτών των εμβολίων και
- η ποιότητα, η ασφάλεια και η αποτελεσματικότητά τους επιτηρούνται συνεχώς.

Χώρες και εταιρείες από όλο τον κόσμο ενώθηκαν και συνεργάστηκαν με τρόπο που δεν έχουμε ξαναδεί στο παρελθόν για την ανάπτυξη των εμβολίων κατά της COVID-19. Υγειονομικοί φορείς και ερευνητές και κατασκευαστές εμβολίων έθεσαν σε προτεραιότητα την ανάπτυξη των εμβολίων κατά της COVID-19, επενδύοντας τεράστια χρηματικά ποσά, αφιερώνοντας προσωπικό και δημιουργώντας αρκετές συνεργασίες για να εργαστούν στις προσπάθειες που σχετίζονται με τα εμβόλια κατά της COVID-19. Τίποτα από τα παραπάνω δεν συνέβη εις βάρος της ασφάλειας, ενώ η διαδικασία δέουσας επιμέλειας εφαρμόστηκε πλήρως στις κλινικές δοκιμές που απαιτήθηκαν για να αποδειχθούν η ασφάλεια και η αποτελεσματικότητα των εμβολίων.

Άλλοι παράγοντες που επέσπευσαν τη δημιουργία των εγκεκριμένων εμβολίων κατά της COVID-19 περιλαμβάνουν τους εξής:

- Η ανάπτυξη των πρώτων εμβολίων κατά της COVID-19 βασίστηκε σε δεκαετίες ερευνών που πραγματοποιήθηκαν σε άλλα στελέχη του κορονοϊού πριν από την COVID-19, όπως το αναπνευστικό σύνδρομο της Μέσης Ανατολής (MERS) και ο SARS-CoV (SARS).

- Πρόσθετες πρόοδοι στην επιστήμη και την τεχνολογία κατέστησαν ευκολότερη την ανάπτυξη νέων εμβολίων. Αφού διαπιστώθηκε η γενετική αλληλουχία του ιού, κάτι που συνέβη πολύ σύντομα μετά την ανακάλυψη του ιού COVID-19, οι επιστήμονες ήταν σε θέση να εργαστούν γρήγορα για να δημιουργήσουν μια ποικιλία από υποψήφια εμβόλια και να ξεκινήσουν τις κλινικές δοκιμές.
- Ισχυρές διεθνείς συνεργασίες μεταξύ επιστημόνων, επαγγελματιών υγείας, ερευνητών, βιομηχανιών και κυβερνήσεων, μαζί με την άφθονη χρηματοδότηση για την εφαρμογή των μεγάλων κλινικών δοκιμών που απαιτούνταν για τον γρήγορο έλεγχο και την τεκμηρίωση της ασφάλειας και της αποτελεσματικότητας των εμβολίων που αναπτύχθηκαν.

Θα πρέπει να γίνεται λήψη ακεταμινοφαίνης (γνωστής και ως Tylenol) ή μη στεροειδών αντιφλεγμονωδών φαρμάκων πριν από τον εμβολιασμό, για την πρόληψη των συμπτωμάτων μετά τον εμβολιασμό;

Παρότι είναι δυνατή η λήψη αυτών των φαρμάκων για τη διαχείριση συμπτωμάτων μετά τον εμβολιασμό, δεν συνιστάται η τακτική χρήση τους πριν από τον εμβολιασμό ή κατά τη διάρκειά του. Ωστόσο, σε περίπτωση λήψης αυτών των φαρμάκων, ο εμβολιασμός μπορεί να χορηγηθεί.

Εάν χρειάζεται η λήψη φαρμάκων για τη διαχείριση των συμπτωμάτων μετά τον εμβολιασμό, για τους ηλικιωμένους προτιμάται η λήψη ακεταμινοφαίνης.

**Ασθένησα ήδη από COVID-19.
Χρειάζεται να εμβολιαστώ;**

Ακόμη και εάν έχετε ήδη ασθενήσει από COVID-19 στο παρελθόν, θα ωφεληθείτε από τον εμβολιασμό, καθώς η ανοσία που αναπτύσσεται μετά από τη λοίμωξη και τον εμβολιασμό μαζί (γνωστή ως υβριδική ανοσία) οδηγεί σε χαμηλά ποσοστά μελλοντικών λοιμώξεων και σοβαρής νόσου. Αυτό ισχύει ιδιαίτερα για άτομα με υβριδική ανοσία από λοίμωξη με πιο πρόσφατο στέλεχος Όμικρον.

Τα άτομα που δεν έχουν ξεκινήσει ή δεν έχουν ολοκληρώσει τις δόσεις της αρχικής σειράς συνιστάται να περιμένουν οκτώ εβδομάδες μετά από θετικό τεστ ή εκδήλωση συμπτωμάτων, προτού εμβολιαστούν. Τα άτομα που έχουν ολοκληρώσει την αρχική σειρά τους συνιστάται να περιμένουν έξι μήνες από την προηγούμενη λοίμωξη για να λάβουν την επόμενη δόση του εμβολίου.

Δεν υπάρχουν ζητήματα ασφαλείας που να σχετίζονται με τη χορήγηση του εμβολιασμού μετά από πρόσφατη λοίμωξη, καθώς έχει αποδειχθεί ότι ο εμβολιασμός είναι καλά ανεκτός. Ωστόσο, ο λόγος για τα χρονικά διαστήματα που μεσολαβούν, είναι ότι έχουμε κατανοήσει ότι η προκύπτουσα ανοσολογική απόκριση του ατόμου είναι υψηλότερη όταν μεσολαβεί μεγαλύτερο χρονικό διάστημα από τη λοίμωξη έως τον εμβολιασμό.

Ακόμη και εάν έχει ήδη εξασφαλιστεί υβριδική ανοσία από προηγούμενο εμβολιασμό και λοίμωξη, η προστασία του ατόμου από τη λοίμωξη μειώνεται σε βάθος χρόνου. Αυτός είναι ένας από τους λόγους για τους οποίους συνιστώνται οι δόσεις εάν τα άτομα δεν έχουν εμβολιαστεί ή δεν έχουν παρουσιάσει πρόσφατη λοίμωξη COVID-19 τους τελευταίους έξι μήνες.

Μπορώ να εμβολιαστώ κατά της γρίπης και κατά της COVID-19 ταυτόχρονα;

Όχι μόνο το εμβόλιο κατά της γρίπης, αλλά και τα εμβόλια κατά της COVID-19 μπορούν να χορηγηθούν ταυτόχρονα ή οποιαδήποτε στιγμή πριν ή μετά από άλλα εμβόλια (π.χ. αναπνευστικού συγκυτιακού ιού, πνευμονιόκοκκου και έρπητα ζωστήρα).

Απευθυνθείτε στον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής σας σχετικά με τα άλλα εμβόλια που συνιστώνται για εσάς.

Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τα συνιστώμενα εμβόλια για ηλικιωμένους, ανατρέξτε στη σελίδα 19.



Συγκεκριμένες απορίες για ηλικιωμένους

Είμαι ηλικιωμένος/-η. Θα πρέπει να εμβολιαστώ κατά της COVID-19;

Έχει διαπιστωθεί ότι οι ηλικιωμένοι προσβάλλονται σε μεγάλο βαθμό από λοιμώξεις COVID-19, καθώς οι ενήλικες 60 ετών και άνω αποτελούν το 70 τοις εκατό των νοσηλειών για COVID-19 και το 92 τοις εκατό των σχετικών με COVID-19 περιστατικών θανάτων στον Καναδά.

Τα εμβόλια κατά της COVID-19 που έχουν εγκριθεί στον Καναδά για χρήση στους ηλικιωμένους Καναδούς έχει διαπιστωθεί ότι είναι εξαιρετικά ασφαλή και αποτελεσματικά.

Ο εμβολιασμός κατά της COVID-19 έχει πολλά οφέλη: μειώνει τον κίνδυνο να ασθενήσετε εάν εκτεθείτε στον ιό, καθώς και τον κίνδυνο σοβαρών επιπτώσεων (π.χ. νοσηλείες, θάνατοι). Ο εμβολιασμός κατά της COVID-19 προστατεύει επίσης τα κοντινά σας άτομα που μπορεί να διατρέχουν κίνδυνο να ασθενήσουν σοβαρά. Ο Public Health Agency of Canada και οι ιατρικοί και νοσηλευτικοί σύνδεσμοι του Καναδά συνιστούν τον εμβολιασμό όλων των ηλικιωμένων, όταν είναι σε θέση να εμβολιαστούν.

Τα εμβόλια είναι ιδιαίτερα σημαντικά με τις τρέχουσες παραλλαγές του SARS-CoV-2 που διαφεύγουν καλύτερα των αντισωμάτων των

εμβολίων και προηγούμενων λοιμώξεων. Από το φθινόπωρο του 2023 διατέθηκαν νέες συνθέσεις του εμβολίου κατά της COVID-19, οι οποίες στοχεύουν αυτές τις παραλλαγές και αναμένεται να προσφέρουν καλύτερη προστασία από αυτές, σε σύγκριση με τα τρέχοντα διαθέσιμα εμβόλια.

Είναι αποτελεσματικά και ασφαλή τα εμβόλια κατά της COVID-19 για τους ηλικιωμένους;

Ναι. Στις δοκιμές των αρχικών εμβολίων της Pfizer-BioNTech, της Moderna και της Novavax εντάχθηκαν μεγάλοι αριθμοί ηλικιωμένων για να τεκμηριωθεί ότι τα εμβόλιά τους κατά της COVID-19 είναι ασφαλή και αποτελεσματικά.

Παρότι η γενική αποτελεσματικότητα των εμβολίων των Pfizer-BioNTech, Moderna και Novavax διαφέρει όσον αφορά την πρόληψη εργαστηριακά επιβεβαιωμένης νόσου COVID-19 στον πληθυσμό, η αποτελεσματικότητά τους στην πρόληψη των νοσηλειών και των θανάτων βρέθηκε ότι είναι η υψηλότερη για τα πλήρως εμβολιασμένα άτομα στις κλινικές δοκιμές.

Τα ενημερωμένα εμβόλια κατά της COVID-19 που περιέχουν την παραλλαγή XBB.1.5 αναμένεται να έχουν καλύτερη απόδοση κατά των τρεχόντων στελεχών, συγκριτικά με τα προηγούμενα διαθέσιμα εμβόλια κατά της COVID-19. Ήδη,

δεδομένα από δοκιμές σε ζώα ή/και ανθρώπους έδειξαν ότι τα νέα εμβόλια της Moderna, Novavax και της Pfizer-BioNTech αναπτύσσουν ισχυρές ανοσολογικές αποκρίσεις κατά των στελεχών XBB* Όμικρον του ιού SARS-CoV-2.

Η σύγκριση των διαφορετικών ποσοστών αποτελεσματικότητας μεταξύ δοκιμών των εμβολίων δεν συνιστάται, καθώς κάθε δοκιμή έχει σχετικά διαφορετικά καταληκτικά σημεία αποτελεσματικότητα, οπότε δεν μπορούν να συγκριθούν ισότιμα μεταξύ τους. Επίσης, οι κλινικές δοκιμές που αφορούν διαφορετικά εμβόλια κατά της COVID-19, πραγματοποιήθηκαν σε διαφορετικές χώρες και σε διαφορετικές χρονικές στιγμές κατά τη διάρκεια της πανδημίας, ενώ η ποσότητα της COVID-19 καθώς και ο αριθμός και ο τύπος των παραλλαγών που κυκλοφορούσαν κατά τη διάρκεια αυτών των δοκιμών θα μπορούσαν να έχουν επηρεάσει τα αποτελέσματα σχετικά με την αποτελεσματικότητα. Αυτό που είναι σημαντικό να θυμάστε είναι ότι όλα τα διαθέσιμα εμβόλια αυτήν τη στιγμή είναι πολύ αποτελεσματικά στην πρόληψη της σοβαρής νόσου, των νοσηλείων και των θανάτων που σχετίζονται με την COVID-19.

Ωστόσο, ανεξαρτήτως του εμβολιασμού, λόγω της αβεβαιότητας που σχετίζεται με την COVID-19 και τη διάρκεια της προστασίας από τα συνιστώμενα εμβόλια και προηγούμενες λοιμώξεις, δεν θα πρέπει να σταματήσουμε να λαμβάνουμε άλλα σημαντικά μέτρα δημόσιας υγείας για την πρόληψη της μετάδοσης της COVID-19.

Η χρήση μάσκας σε δημόσιους χώρους, οι φυσικές αποστάσεις, το συχνό πλύσιμο των χεριών και η αποφυγή χώρων με συνωστισμό εξακολουθούν να αποτελούν σημαντικές στρατηγικές.

Ποια εμβόλια κατά της COVID-19 θα πρέπει να λαμβάνουν οι ηλικιωμένοι και με ποια χρονικά διαστήματα;

Συνιστάται στους ηλικιωμένους ενήλικες να λαμβάνουν τα ενημερωμένα mRNA εμβόλια κατά της COVID-19 που περιέχουν την παραλλαγή XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech και Moderna).

Αυτά τα εμβόλια αναμένεται να προσφέρουν καλύτερη ανοσολογική απόκριση κατά των στελεχών της COVID-19 που κυκλοφορούν επί του παρόντος, συγκριτικά με τα προηγούμενα εμβόλια κατά της COVID-19, ενώ θα βελτιώσει επίσης την προστασία από τη λοίμωξη, τη συμπτωματική και τη σοβαρή νόσο, η οποία θα μπορούσε να έχει μειωθεί από τον τελευταίο εμβολιασμό ή λοίμωξη του ατόμου.

Τα εμβόλια mRNA (Pfizer-BioNTech και Moderna) παραμένουν τα προτιμώμενα εμβόλια κατά της COVID-19, ενώ το αρχικό εμβόλιο **Nuvaxovid™** (Novavax) συνιστάται να χρησιμοποιείται για όσους δεν επιθυμούν ή δεν μπορούν να λάβουν εμβόλια mRNA. Το πρόσφατα εγκεκριμένο εμβόλιο **Nuvaxovid™** XBB.1.5 (Novavax) κατά της COVID-19 είναι επί του παρόντος υπό εξέταση από την NACI, ώστε να μπορέσει να παρέχει περαιτέρω καθοδήγηση σχετικά με τον καλύτερο τρόπο χρήσης αυτού του εμβολίου.

Για τα άτομα που δεν έχουν λάβει ποτέ καμία δόση εμβολίων κατά της COVID-19 (δεν έχουν ξεκινήσει τις δόσεις της πρωτογενούς σειράς) συνιστάται να λάβουν μία δόση του mRNA εμβολίου κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5. Εάν είχαν πρόσφατη μόλυνση από COVID-19, ο εμβολιασμός μπορεί να καθυστερήσει κατά οκτώ εβδομάδες.

Για τα άτομα που έχουν ξεκινήσει τις δόσεις της πρωτογενούς σειράς, αλλά έλαβαν μόνο μία δόση ενός προγενέστερου εμβολίου κατά της COVID-19, συνιστάται να ολοκληρώσουν τη σειρά λαμβάνοντας μία δόση των mRNA εμβολίων που περιέχουν XBB.1.5. Η δόση αυτή μπορεί να ληφθεί εάν έχουν περάσει τουλάχιστον οκτώ εβδομάδες από τη λήψη του προηγούμενου εμβολιασμού ή μόλυνσης COVID-19.

Για τα άτομα που έχουν ολοκληρώσει τις δόσεις της πρωτογενούς σειράς (τουλάχιστον δύο δόσεις των προηγούμενων εμβολίων κατά της COVID-19) συνιστάται να λάβουν μια δόση του mRNA εμβολίου κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5. Αυτή η δόση μπορεί να ληφθεί εάν έχουν περάσει τουλάχιστον έξι μήνες από τη λήψη του προηγούμενου εμβολιασμού ή μόλυνσης με COVID-19.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ: Από την άνοιξη του 2024, η NACI συνιστά στους ηλικιωμένους Καναδούς, σε άτομα με ανοσοκαταστολή, σε ενήλικες που διαμένουν σε οίκους μακροχρόνιας φροντίδας και σε άλλες οικιστικές δομές περίθαλψης να λάβουν μια επιπλέον δόση του mRNA εμβολίου κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5. Αυτή η πρόσθετη δόση μπορεί να ληφθεί εάν έχουν περάσει τουλάχιστον έξι μήνες από τη λήψη του προηγούμενου εμβολιασμού ή μόλυνσης με COVID-19.

Πόσες δόσεις εμβολίων COVID-19 που δεν περιέχουν το XBB.1.5 έχετε λάβει;	Πόσες δόσεις του mRNA εμβολίου κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5 συνιστώνται;*	Πότε να λάβετε τη συνιστώμενη δόση;
0	1	Μπορεί να ληφθεί τώρα Εξετάστε το ενδεχόμενο αναμονής για 8 εβδομάδες, εάν έχετε υποστεί πρόσφατη λοίμωξη με COVID-19
1	1	8 εβδομάδες από τον προηγούμενο εμβολιασμό ή λοίμωξη με COVID-19
2 ή περισσότερες	1	6 μήνες από τον προηγούμενο εμβολιασμό ή λοίμωξη με COVID-19**

* Comirnaty® Omicron XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech) ή Spikevax® XBB.1.5 (Moderna).

** Ένα μικρότερο διάστημα (π.χ. τρεις μήνες έως <έξι μήνες) δεν έχει αποδειχθεί ότι ενέχει κίνδυνο για την ασφάλεια.

Ποιες είναι οι παρενέργειες των εμβολίων κατά της COVID-19 στους ηλικιωμένους;

Οι παρενέργειες των εμβολίων υποδηλώνουν ότι το ανοσοποιητικό σύστημα του οργανισμού ενεργοποιείται και ετοιμάζεται για να αναγνωρίζει και να αντιμετωπίζει τον ιό, σε περίπτωση που τον συναντήσει στο μέλλον.

Οι παρενέργειες που σχετίζονται με τα εμβόλια κατά της COVID-19 είναι συνήθως ήπιες και δεν διαφέρουν στους ηλικιωμένους συγκριτικά με τον υπόλοιπο πληθυσμό.

Το πιο καθησυχαστικό στοιχείο είναι ότι δεν έχει παρουσιαστεί κάποιο σαφές μοτίβο σοβαρών ή απρόσμενων παρενεργειών στις εκατοντάδες εκατομμυρίων ηλικιωμένους που έχουν εμβολιαστεί κατά της COVID-19 μέχρι τώρα.

Σε όλα τα εμβόλια κατά της COVID-19 που περιέχουν XBB.1.5, συχνές παρενέργειες μπορεί να περιλαμβάνουν πόνο στο σημείο που σας έγινε η ένεση, κόπωση, πονοκέφαλο, ναυτία, μυϊκό πόνο και πυρετό. Αυτές οι παρενέργειες ενδέχεται να διαρκέσουν μία έως δύο ημέρες και σπάνια περισσότερες από λίγες ημέρες.

Οι παρενέργειες των εμβολίων αποτελούν συνήθως ένδειξη ότι το ανοσοποιητικό σας σύστημα κάνει ακριβώς αυτό που πρέπει να κάνει: εργάζεται και ενισχύει την ανοσία σας, για να σας προστατεύσει από τον ιό κατά του οποίου εμβολιάζεστε.

Για την ακρίβεια, καθώς οι ηλικιωμένοι έχουν συνήθως ασθενέστερο ανοσοποιητικό σύστημα από τους νεότερους, φαίνεται να παρουσιάζουν παρενέργειες σε χαμηλότερα ποσοστά, αλλά εξακολουθούν να αναπτύσσουν το ίδιο επίπεδο ανοσίας ή προστασίας που επιτυγχάνεται και στους νεότερους ενήλικες με αυτά τα εμβόλια.

Αλλεργική αντίδραση μπορεί να παρουσιάσετε σε οποιοδήποτε φάρμακο ή φαγητό. Είναι πιθανό κάποια άτομα να είναι αλλεργικά σε ένα συστατικό των εμβολίων κατά της COVID-19, αλλά είναι σημαντικό να θυμάστε ότι αυτές οι αλλεργικές αντιδράσεις είναι σχετικά σπάνιες. Εάν πάσχετε από αλλεργίες, συμπεριλαμβανομένων σοβαρών αλλεργιών για τις οποίες απαιτείται να έχετε EpiPen, συνιστάται να συζητήσετε για το εμβόλιο με τον ιατρό σας, ο οποίος μπορεί να εκτιμήσει τον κίνδυνο που διατρέχετε και να προσφέρει περισσότερες πληροφορίες σχετικά με τον ασφαλή εμβολιασμό σας.

Φροντίζω έναν ηλικιωμένο, ο οποίος δεν θέλει να εμβολιαστεί. Πώς μπορώ να τον πείσω ότι ο εμβολιασμός είναι ασφαλής;

Μπορείτε να δείξετε στον ηλικιωμένο ερωταπαντήσεις όπως αυτές για την COVID-19 ή αυτές που περιέχονται σε οποιονδήποτε από τους παρακάτω συνδέσμους, όπου παρέχονται απαντήσεις που αφορούν συγκεκριμένα τους ηλικιωμένους.

Τονίστε επίσης στο ηλικιωμένο άτομο ότι η COVID-19 είναι μια σοβαρή νόσος και ότι 92 τοις εκατό των θανάτων που σχετίζονται με την COVID-19 στον Καναδά παρουσιάστηκαν μεταξύ ηλικιωμένων Καναδών, ηλικίας 60 ετών και άνω.

Είναι κατανοητό οι ηλικιωμένοι να είναι ενδεχομένως επιφυλακτικοί για το εμβόλιο κατά της COVID-19, αλλά εάν γνωρίζουν τα στοιχεία, που αναφέρουν ότι οποιοσδήποτε πιθανός κίνδυνος παρενεργειών που σχετίζονται με το εμβόλιο είναι μάλλον πολύ προτιμότερος από τον κίνδυνο να πεθάνουν από την COVID-19, θα καθησυχαστούν, ειδικά όταν εκατοντάδες εκατομμυρίων ηλικιωμένοι σε όλο τον κόσμο έχουν εμβολιαστεί με ασφάλεια κατά της COVID-19 μέχρι τώρα.

Απορίες για συγκεκριμένες ομάδες πληθυσμού

Θα πρέπει να εμβολιάζονται κατά της COVID-19 ηλικιωμένοι με προβλήματα υγείας;

Μελέτες έχουν δείξει ότι οι ενήλικες με προβλήματα υγείας όχι μόνο διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο για σοβαρές εκβάσεις της COVID-19, αλλά ο κίνδυνος αυξάνεται παράλληλα με τον αριθμό των παθήσεων.

Για αυτούς τους λόγους, ο εμβολιασμός είναι ιδιαίτερα σημαντικός στις παθήσεις που αναγράφονται παρακάτω. Εάν έχετε τουλάχιστον μία από τις ακόλουθες ιατρικές καταστάσεις (όπως αναφέρονται από τον Public Health Agency of Canada), επικοινωνήστε με τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψης σχετικά με τον εμβολιασμό:

- Καρκίνος
- Εγκεφαλοαγγειακή νόσος
- Χρόνια νεφρική νόσος
- Συγκεκριμένες χρόνιες ηπατικές νόσοι
- Συγκεκριμένες χρόνιες πνευμονικές νόσοι
- Κυστική ίνωση
- Σακχαρώδης διαβήτης τύπου 1 και τύπου 2
- Αναπηρίες
- Καρδιολογικές παθήσεις
- Λοίμωξη HIV
- Συγκεκριμένες διαταραχές ψυχικής υγείας
- Παχυσαρκία
- Παθήσεις πρωτοπαθούς ανοσοανεπάρκειας
- Κάπνισμα, τώρα ή στο παρελθόν
- Μεταμόσχευση συμπαγούς οργάνου ή βλαστοκυττάρων αίματος
- Φυματίωση
- Χρήση κορτικοστεροειδών ή άλλων ανοσοκατασταλτικών φαρμάκων

Είναι ασφαλής ο εμβολιασμός κατά της COVID-19 σε ηλικιωμένους με παθήσεις υγείας;

Γενικά, ο εμβολιασμός κατά της COVID-19 είναι ασφαλής σε άτομα με παθήσεις υγείας.

Ωστόσο, πρέπει να τονιστεί ότι τα άτομα με αιμορραγικές διαταραχές ή τα άτομα που λαμβάνουν φάρμακα αραιώσης του αίματος θα πρέπει να ενημερώνουν τους παρόχους υγειονομικής περίθαλψής τους, για να αποφύγουν τον κίνδυνο αιμορραγίας, μώλωπα ή ανάπτυξης αιματώματος (συγκέντρωση αίματος κάτω από το δέρμα) μετά τον εμβολιασμό. Συνιστάται επίσης οι ενήλικες με κάποια πάθηση υγείας ή που λαμβάνουν φάρμακα να ειδοποιούν τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής τους, για να αποφεύγουν τυχόν παρενέργειες και να εξασφαλίζουν την ορθή χρήση των εμβολίων.

Τα άτομα με αλλεργίες θα πρέπει να εμβολιάζονται κατά της COVID-19;

Τα άτομα με αλλεργίες, οι οποίες σχετίζονται ή όχι με το εμβόλιο κατά της COVID-19, θα πρέπει να συζητούν με τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής τους σχετικά με τον εμβολιασμό κατά της COVID-19. Στα άτομα που συνιστάται ο εμβολιασμός κατά της COVID-19, το χρονικό διάστημα παρατήρησης μετά τον εμβολιασμό ενδέχεται να διαφέρει, ανάλογα με τον τύπο της αλλεργίας (15 έως τουλάχιστον 30 λεπτά).

Ακόμη και στα άτομα που στο παρελθόν παρουσίασαν ήπια έως μέτρια αλλεργική αντίδραση σε προηγούμενη δόση του εμβολίου κατά της COVID-19, συνιστάται να συζητούν το ζήτημα περαιτέρω με τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής τους, καθώς ενδέχεται να μπορούν να λάβουν νέα δόση.

Είναι ασφαλής ο εμβολιασμός κατά της COVID-19 σε ανοσοκατασταλμένους ηλικιωμένους;

Οι ανοσοκατασταλμένοι ασθενείς ή ασθενείς με εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα τείνουν να διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο εκδήλωσης νόσου και θανάτου από την COVID-19.

Η κατηγορία αυτή μπορεί να περιλαμβάνει καρκινοπαθείς, άτομα με HIV, άτομα που είναι λήπτες μοσχευμάτων ή που λαμβάνουν στεροειδή ή άλλα φάρμακα για την αντιμετώπιση συγκεκριμένων ιατρικών παθήσεων, τα οποία ονομάζονται ανοσοκατασταλτικά και μειώνουν την ικανότητα του οργανισμού να αντιμετωπίζει ορισμένες λοιμώξεις.

Λόγω του αυξημένου κινδύνου που διατρέχουν το ανοσοκατασταλμένα άτομα για εκδήλωση σοβαρής νόσου ή θανάτου από λοιμώξεις COVID-19, θα πρέπει να λαμβάνουν τα εμβόλια κατά της COVID-19 εάν δεν υπάρχουν απόλυτες αντενδείξεις. Καθώς κανένα από τα τρέχοντα εγκεκριμένα εμβόλια δεν περιέχει ζωντανό ιό, δεν υπάρχει κίνδυνος λοίμωξης από τον πραγματικό ιό κατά τον εμβολιασμό.

Η ανάγκη για τα εμβόλια COVID-19 από ενήλικες που είναι ανοσοκατεσταλμένοι υπογραμμίζεται σαφώς, καθώς συνιστάται να λαμβάνουν δύο έως τρεις δόσεις, με διαφορά τεσσάρων έως οκτώ εβδομάδων, για την αρχική τους σειρά. Άλλοι ενήλικες συνιστάται να λαμβάνουν μόνο μία έως δύο δόσεις, με διαφορά οκτώ εβδομάδων για την αρχική τους σειρά. Παρακαλούμε ανατρέξτε στον παρακάτω πίνακα για μια περίληψη των συστάσεων της NACI για άτομα με ανοσοκαταστολή.

Γενικά, για τους ηλικιωμένους με ελεγχόμενες ανοσολογικές διαταραχές, οι ειδικοί τονίζουν ότι τα οφέλη των εμβολίων κατά της COVID-19 σχεδόν πάντα αντισταθμίζουν τυχόν κινδύνους και συνιστάται η ανοσοποίηση.

Επιπλέον, είναι πάντα καλό να ανατρέχετε στις τελευταίες πληροφορίες και συστάσεις σχετικά με την ασφάλεια και την αποτελεσματικότητα αυτών των εμβολίων, σε συνεργασία με τον ιατρό σας, ο οποίος γνωρίζει καλά τη γενική σας ιατρική κατάσταση.

Περίληψη των συστάσεων της NACI για ανοσοκατεσταλμένα άτομα

Πόσες δόσεις εμβολίων COVID-19 που δεν περιέχουν το XBB.1.5 έχετε λάβει;	Πόσες δόσεις του mRNA εμβολίου κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5 συνιστώνται;*	Πότε πρέπει να λάβετε τη συνιστώμενη δόση (τις συνιστώμενες δόσεις);
0	2	Μπορεί να ληφθεί τώρα Εξετάστε το ενδεχόμενο αναμονής για 4 έως 8 εβδομάδες, εάν έχετε υποστεί πρόσφατη λοίμωξη από COVID-19 Η δεύτερη δόση πρέπει να χορηγηθεί 4 έως 8 εβδομάδες από τον προηγούμενο εμβολιασμό ή μόλυνση με COVID-19
1	2	4 έως 8 εβδομάδες από τον προηγούμενο εμβολιασμό ή μόλυνση με COVID-19
2	1	4 έως 8 εβδομάδες από τον προηγούμενο εμβολιασμό ή μόλυνση με COVID-19
3 ή περισσότερες δόσεις	1	6 μήνες από τον προηγούμενο εμβολιασμό ή λοίμωξη με COVID-19**

* Comirnaty® Omicron XBB.1.5 (Pfizer-BioNTech) ή Spikevax® XBB.1.5 (Moderna).

** Ένα μικρότερο διάστημα (π.χ. τρεις μήνες έως <έξι μήνες) δεν έχει αποδειχθεί ότι ενέχει κίνδυνο για την ασφάλεια.

ΕΝΗΜΕΡΩΣΗ: Από την άνοιξη του 2024, η NACI συνιστά στα άτομα με ανοσοκαταστολή να λάβουν μια επιπλέον δόση του mRNA εμβολίου κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5. Αυτή η πρόσθετη δόση μπορεί να ληφθεί εάν έχουν περάσει τουλάχιστον έξι μήνες από τη λήψη του προηγούμενου εμβολιασμού ή μόλυνσης με COVID-19.

Ο εμβολιασμός κατά της COVID-19 είναι ασφαλής και συνιστάται για ηλικιωμένους που πάσχουν από άνοια;

Η ηλικία αποτελεί τον μεγαλύτερο παράγοντα κινδύνου για την εκδήλωση άνοιας. Τα άτομα με άνοια συνήθως παρουσιάζουν τουλάχιστον άλλη μια χρόνια πάθηση και έχει αποδειχθεί ότι διατρέχουν πολύ μεγαλύτερο κίνδυνο, σε σύγκριση με τα άτομα που δεν πάσχουν από άνοια, για εμφάνιση λοίμωξης COVID-19, σοβαρής νόσησης και θανάτου.

Τα άτομα με άνοια είναι πιθανότερο να έχουν προβλήματα στο να θυμούνται και να κατανοούν τα συνιστώμενα μέτρα δημόσιας υγείας, όπως η φυσική αποστασιοποίηση και η χρήση μάσκας παρουσία άλλων, γεγονός που αυξάνει σημαντικά τον κίνδυνο να παρουσιάσουν λοίμωξη COVID-19. Γι' αυτόν τον λόγο, ο Public Health Agency of Canada, οι ιατρικοί και νοσηλευτικοί σύνδεσμοι της χώρας και ο Alzheimer Society of Canada συνιστούν τον εμβολιασμό όλων των Καναδών, συμπεριλαμβανομένων αυτών που παρουσιάζουν άνοια, όταν είναι σε θέση να εμβολιαστούν.

Υπάρχουν κάποιες ανησυχίες ότι μερικές από τις περιορισμένες παρενέργειες που σχετίζονται με τα εμβόλια κατά της COVID-19, όπως ο πόνος στο μπράτσο, ο πονοκέφαλος, οι μυϊκοί πόνοι, η κόπωση, ο πυρετός ή η διάρροια, που μπορούν να διαρκέσουν μερικές μέρες, ενδέχεται να προκαλέσουν αυξημένη σύγχυση στα άτομα με άνοια. Ωστόσο, αυτές οι παρενέργειες μετά τον εμβολιασμό μπορούν συνήθως να υποβληθούν σε καλή διαχείριση με λήψη ακεταμινοφαίνης ή άλλων θεραπειών.

Εκατομμύρια ηλικιωμένοι με άνοια από όλο τον κόσμο έχουν πλέον εμβολιαστεί κατά της COVID-19 και οι ειδικοί συνεχίζουν να τονίζουν ότι τα οφέλη των εμβολίων κατά της COVID-19 σχεδόν πάντα αντισταθμίζουν τυχόν κινδύνους, ενώ ο εμβολιασμός συνιστάται ιδιαίτερα στα άτομα με άνοια.

Είμαι μέλος μιας φυλετικοποιημένης κοινότητας και διστάζω να εμβολιαστώ κατά της COVID-19. Πώς μπορώ να ξέρω ότι ο εμβολιασμός είναι ασφαλής για μένα;

Είναι κατανοητό ότι τα φυλετικοποιημένα άτομα, ειδικά οι μαύροι και αυτόχθονες Καναδοί, θα διστάζουν να εμβολιαστούν λόγω του συστημικού ρατσισμού και της ιστορικής καχυποψίας προς το σύστημα υγειονομικής περίθαλψης της χώρας. Ωστόσο, οι έγχρωμοι Καναδοί έχουν πληγεί δυσανάλογα από την COVID-19, λόγω κοινωνικών, οικονομικών και υγειονομικών ανισοτήτων και ο εμβολιασμός μπορεί να τους προσφέρει το υψηλότερο επίπεδο προστασίας από αυτόν τον ιό.

Επιπλέον, η Pfizer-BioNTech και η Moderna έχουν δηλώσει ότι η αποτελεσματικότητα των εμβολίων τους είναι σταθερή σε όλες τις δημογραφικές κατηγορίες ηλικίας, φυλής και εθνικότητας και φύλου.

Κατάρριψη μύθων σχετικά με τα εμβόλια κατά της Covid-19

Αν εμβολιαστώ σημαίνει ότι θα αρρωστήσω από COVID-19;

Τα εμβόλια κατά της COVID-19 που είναι αυτήν τη στιγμή διαθέσιμα στους Καναδούς δεν μπορούν να σας μεταδώσουν την COVID-19 και δεν το κάνουν. Όλα τα εμβόλια περιέχουν βασικά μια συνταγή που χρησιμοποιεί ο οργανισμός για να δημιουργήσει το μικρό κομμάτι της αβλαβούς πρωτεΐνης ακίδας που είναι παρόμοια με την πρωτεΐνη που υπάρχει στον πραγματικό ιό COVID-19, βοηθώντας τον οργανισμό να αναγνωρίζει και να καταπολεμά τον ιό.

Το εμβόλιο κατά της COVID-19 δεν περιέχει τον ιό COVID-19, οπότε δεν μπορείτε να αρρωστήσετε από COVID-19 από το εμβόλιο. Το συνθετικό DNA και mRNA που περιέχουν τα εμβόλια κατά της COVID-19 διασπώνται επίσης γρήγορα αφού εισέλθουν στον οργανισμό.

Το εμβόλιο κατά της COVID-19 δεν θετικοποιεί το ρινοφαρυγγικό (ρινικό) τεστ PCR ή την ταχεία δοκιμασία αντιγόνου (RAT). Εάν εμφανίσετε θετικό αποτέλεσμα για COVID-19 σε ένα τεστ RAT ή PCR, αυτό σημαίνει ότι εμφανίζετε λοίμωξη COVID-19 και αυτό δεν σχετίζεται με το εμβόλιο.

Άκουσα ότι τα υλικά του εμβολίου είναι βλαβερά. Ισχύει;

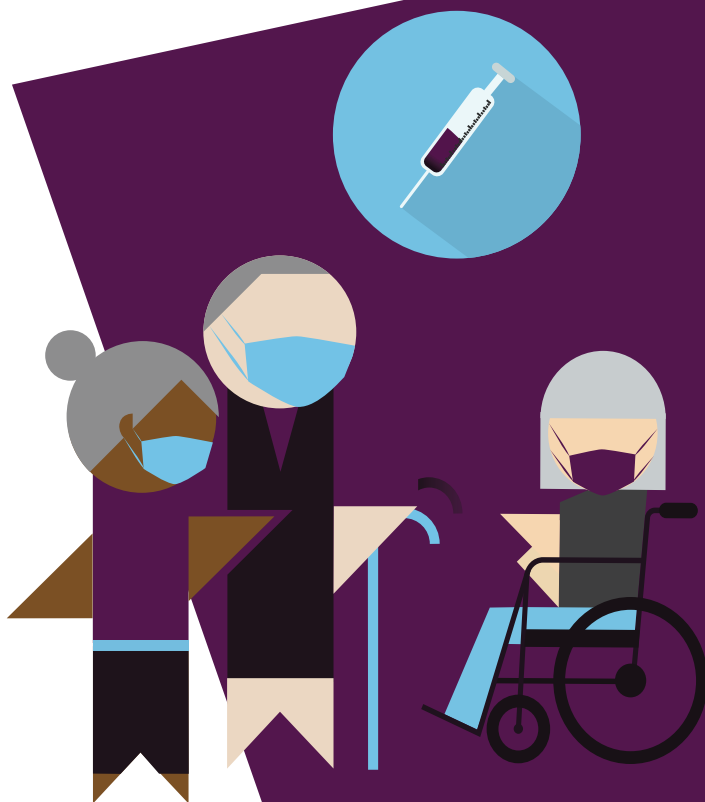
Όπως αναφέρθηκε προηγουμένα στο φυλλάδιο, τόσο τα εμβόλια της Pfizer-BioNTech όσο και τα εμβόλια της Moderna περιέχουν mRNA, ενώ το εμβόλιο της Novavax περιέχει ανασυνδυασμένη πρωτεΐνη ακίδας SARS-CoV-2 και το ενισχυτικό Matrix-M. Άλλα συστατικά στα εγκεκριμένα εμβόλια κατά της COVID-19 είναι κανονικά συστατικά εμβολίων, όπως λιπαρά, άλατα και μικρή ποσότητα σακχάρων. Τα εμβόλια δεν περιέχουν ζωντανό ιό και δεν αλληλεπιδρούν με το DNA μας.

Κανένα εγκεκριμένο εμβόλιο κατά της COVID-19 δεν περιέχει ζελατίνη ή υλικά ζωικής προέλευσης. Τα εμβόλια της Pfizer-BioNTech, της Moderna και της Novavax δεν αναπτύχθηκαν με χρήση εμβρυϊκών κυτταρικών γραμμών. Θα πρέπει να τονιστεί ότι κανένα από τα εμβόλια δεν περιέχει εμβρυϊκό ιστό ή κύτταρα. Τα εγκεκριμένα αυτήν τη στιγμή εμβόλια δεν περιέχουν κοινά αλλεργιογόνα, όπως λάτεξ και πρωτεΐνες τροφίμων (π.χ. προϊόντα ή υποπροϊόντα αυγών, γλουτένης ή ξηρών καρπών). Τα εμβόλια δεν περιέχουν υλικά όπως μέταλλα, εμφυτεύματα, μικροσίπ ή συσκευές εντοπισμού.

Άκουσα ότι μπορεί κάποιος να παρουσιάσει μυοκαρδίτιδα/ περικαρδίτιδα μετά τον εμβολιασμό κατά της COVID-19. Ισχύει;

Υπάρχει ένας πολύ σπάνιος κίνδυνος εκδήλωσης μυοκαρδίτιδας (φλεγμονή ή οίδημα/ερυθρότητα του καρδιακού μυ) ή/ και περικαρδίτιδας (φλεγμονή ή οίδημα/ερυθρότητα του περιβλήματος εκτός της καρδιάς) από τα διαθέσιμα εμβόλια κατά της COVID-19. Τα συμπτώματα υποχωρούν γρήγορα στα περισσότερα άτομα με τυπική θεραπεία και ανάπαυση. Επίσης, έχει διαπιστωθεί και για τα δύο εμβόλια Pfizer-BioNTech και Moderna ότι οι περιπτώσεις αυτές εμφανίστηκαν ιδιαίτερα σε εφήβους και νεαρούς ενήλικες. Είναι σημαντικό να ληφθεί υπόψη ότι η μυοκαρδίτιδα μπορεί να είναι ακόμη και αποτέλεσμα λοιμώξεων με COVID-19.

Τα άτομα που παρουσίασαν μυοκαρδίτιδα ή περικαρδίτιδα μετά από προηγούμενο εμβολιασμό κατά της COVID-19, μπορούν να λάβουν μια νέα δόση του εμβολίου αφού συζητήσουν περαιτέρω το θέμα με τους παρόχους υγειονομικής περίθαλψής τους.



Άλλες απορίες

Πόσοι ηλικιωμένοι έχουν εμβολιαστεί στον Καναδά;

Από τις αρχές Δεκεμβρίου του 2023, 94 τοις εκατό των Καναδών 60 ετών και άνω (χωρίς να περιλαμβάνεται η Αλμπέρτα) είχε λάβει τουλάχιστον μία δόση του εμβολίου κατά της COVID-19. Ωστόσο, μόνο το 38 τοις εκατό των Καναδών έχει λάβει το mRNA εμβόλιο κατά της COVID-19 που περιέχει την παραλλαγή XBB.1.5. Αυτό υποδεικνύει ότι οι περισσότεροι ηλικιωμένοι στον Καναδά μπορούν να λάβουν τα mRNA εμβόλια κατά της COVID-19 που περιέχουν την παραλλαγή XBB.1.5. Αυτό το εμβόλιο αναμένεται να προσφέρει καλύτερη ανοσολογική απόκριση κατά των στελεχών της COVID-19 που κυκλοφορούν επί του παρόντος και να βελτιώσει επίσης την προστασία από τη λοίμωξη, τη συμπτωματική και τη σοβαρή νόσο, η οποία θα μπορούσε να έχει μειωθεί από τον τελευταίο εμβολιασμό ή λοίμωξη του ατόμου.

Πώς μπορώ να λάβω μια βεβαίωση για το ιστορικό εμβολιασμού μου κατά της COVID-19.

Υπάρχουν διάφοροι τρόποι για να λάβετε μια βεβαίωση για το ιστορικό εμβολιασμού σας κατά της COVID-19. Ισχύουν οι παρακάτω οδηγίες για διαδικτυακή λήψη:

1. Κάντε κλικ στον παρακάτω σύνδεσμο ιστοτόπου: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>.
2. Κάντε κλικ στο πλαίσιο της περιφέρειας/περιοχής σας.
3. Κάντε κλικ στο πράσινο πλαίσιο για να επισκεφτείτε τον ιστότοπο της δικαιοδοσίας.
4. Παρέχετε τις απαραίτητες πληροφορίες για να λάβετε το αποδεικτικό εμβολιασμού κατά της COVID-19.

Ισχύουν οι παρακάτω οδηγίες για τηλεφωνική λήψη:

1. Επικοινωνήστε με τον κύριο πάροχο υγειονομικής περίθαλψής σας, καθώς θα πρέπει να διαθέτει αρχείο των εμβολιασμών σας κατά της COVID-19.
2. Εάν δεν μπορείτε να επιβεβαιώσετε το ιστορικό εμβολιασμού σας, ρωτήστε τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής σας σχετικά με άλλους τρόπους που μπορεί να διαπιστωθεί.

Θα πρέπει να συνεχίζουμε να εμβολιαζόμαστε με μία δόση κάθε τρεις έως έξι μήνες;

Αυτήν τη στιγμή επικρατεί αβεβαιότητα σχετικά με το ετήσιο μοτίβο των λοιμώξεων COVID-19, τη διάρκεια της ανοσολογικής προστασίας που προσφέρουν τα εμβόλια ή/και οι λοιμώξεις και την επίδραση μελλοντικών εμβολίων. Καθώς θα διατίθενται περισσότερες έρευνες και δεδομένα για αυτά τα ζητήματα, η NACI θα παρέχει στους Καναδούς περαιτέρω συστάσεις για το διάστημα μεταξύ των δόσεων των εμβολίων.

Ωστόσο, τα άτομα δεν θα πρέπει να αναβάλλουν τις αποφάσεις τους και θα πρέπει να δρουν άμεσα για τον εμβολιασμό.

Υπάρχουν άλλα εμβόλια που θα πρέπει να κάνω;

Υπάρχουν πέντε ακόμη εμβόλια που έχουν εγκριθεί ή/και συνιστώνται για τους ηλικιωμένους στον Καναδά, όπως τα εξής:

Νόσοι που προλαμβάνονται με εμβολιασμό	Διάρκεια δόσης/-ων εμβολίου
Γρίπη	Μία δόση κάθε έτος
Αναπνευστικός συγκυτιακός ιός (RSV)	Μία δόση
Πνευμονιόκοκκος (πνευμονία)	Μία δόση
Έρπης ζωστήρας	Δύο δόσεις
Τέτανος και διφθερίτιδα	Μία δόση κάθε 10 έτη

Τα περισσότερα συνιστώμενα εμβόλια μπορούν να χορηγηθούν ταυτόχρονα. Μιλήστε με τον πάροχο υγειονομικής περίθαλψής σας σχετικά με τα συνιστώμενα εμβόλια για εσάς.

Για να μάθετε περισσότερα σχετικά με τις νόσους που προλαμβάνονται από τα εμβόλια, εθνικές συστάσεις εμβολιασμού, κόστος και διαθεσιμότητα, κάντε κλικ στον παρακάτω σύνδεσμο για ένα φυλλάδιο:

- [Οδηγός εμβολίων για ηλικιωμένους Καναδούς - Φυλλάδιο](#)

Πρόσθετοι χρήσιμοι πόροι

- [World Health Organization – Εμβόλια κατά της COVID-19 και ασφάλεια εμβολίων](#)
- [Public Health Agency of Canada - COVID-19: Πόροι για ηλικιωμένους και τους φροντιστές τους](#)
- [Unambiguous Science](#)
- [Johns Hopkins Medicine - Εμβόλια κατά της COVID-19: Μύθοι και πραγματικότητα](#)

Για να μάθετε περισσότερα για το NIA,
επισκεφτείτε τον ιστότοπό μας στη διεύθυνση
www.NIAgeing.ca και ακολουθήστε μας στο
Twitter [@NIAgeing](https://twitter.com/NIAgeing)

NIA NATIONAL
INSTITUTE
ON AGEING*