



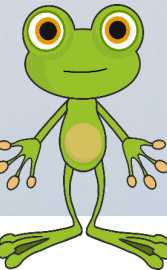
Oppaan kuvat: Pixabay- ja Pexels-kuvapankki, sekä Hanna Heimo ja Elina Hytö-Lehtinen

Ajantasaista tietoa rokottamisesta:
www.thl.fi/rokottaminen

Tietoa rokotteiden seurannasta:
www.fimea.fi



Tehty opinnäytetyönä, osana EDUVAC-hanketta:
terveydenhoitajaopiskelijat
Hanna Heimo &
Elina Hytö-Lehtinen
2019

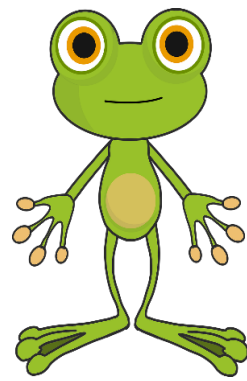


Miksi minut rokotetaan?

Tietoa koululaisen rokotteista ja rokottamisesta

Mitä hyötyä rokottamisesta on minulle?

- ✓ Rokote suojaa sinua erilaisilta taudeilta.
- ✓ Rokotteen avulla elimistösi oppii taistelemaan taudinaiheuttajia vastaan.
- ✓ Ottamalla rokotteen autat vähentämään taudin leviämistä.
- ✓ Suojaat siis myös perheesi, kaverisi ja lähelläsi olevat ihmiset.
- ✓ Pysyt terveempänä kun suojaat itsesi rokotuksella.



Riskiryhmään kuuluvat henkilöt, joiden terveydelle tautiin sairastuminen saattaa aiheuttaa vakavan uhan.



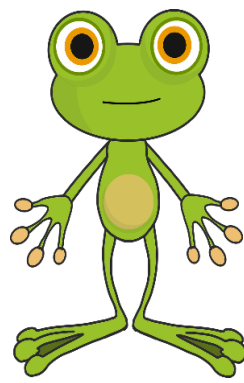
Influenssa-rokote

- ✓ Influenssa on influenssavirusten aiheuttama hengitystietulehdus, jota esiintyy Suomessa talvisin.
- ✓ Influenssan oireet muistuttavat tavallista flunssaa. Sen oireet kuitenkin kestävät usein pidempään ja ovat voimakkaampia.
- ✓ Rokote torjuu 5–8 influenssaa kymmenestä ja vähentää influenssan aiheuttamia vakavia sairastumisia sekä jälkitauteja.
- ✓ Jos sinä tai joku lähipiirissäsi kuuluu riskiryhmään, saat ilmaisen influenssarokotteen loppusyksystä.

Vesirokkorokote

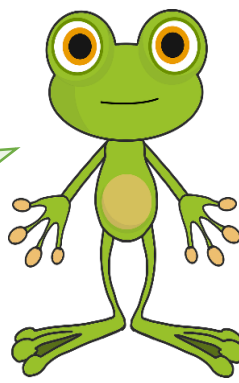
- ✓ Vesirokko on erittäin helposti leviävä virustauti, joka saattaa aiheuttaa joillekin vakavia jälkitauteja.
- ✓ Rokote on suunnattu niille, jotka eivät ole vielä sairastaneet vesirokkoa.
- ✓ Rokotteita annetaan yhteensä kaksi.
- ✓ Toisen annoksen ajankohta riippuu siitä, milloin sait ensimmäisen annoksen. Viimeisen annoksen saat kuitenkin viimeistään 12-vuotiaana.
- ✓ Ottamalla rokotteen ehkäiset vesirokon leviämistä niille, joille tautiin sairastuminen saattaisi olla hengenvaarallista.

Kuka minut rokottaa?



Voiko rokottamisesta tulla haittavaikutuksia?

Rokotteista on tutkitusti enemmän hyötyä kuin haittaa.



- Oman koulusi terveydenhoitaja on rokotusten asiantuntija.
- Kouluterveydenhoitajaltasi voit kysyä mitä vain rokottamiseen liittyen.
- Kouluterveydenhoitajasi varmistaa, että saat kaikki tarvitsemasi rokotteet.
- Kouluterveydenhoitajasi tehtävä on tarkkailla sinua hetki rokotuksen jälkeen ja varmistaa, että voit hyvin.



- ✓ Rokotteista voi tulla lieviä haittavaikutuksia kuten hetkellistä kipua, punoitusta tai turvotusta pistokohdassa.
- ✓ Rokotteesta voi seurata kipeyden tuntua ja hetkellisesti flunssan oireita, kuten lämpöä. Tarvittaessa voit ottaa särkylääkettä.
- ✓ Rokotteesta saattaa seurata allerginen reaktio, mikäli henkilö on allerginen jollekin sen ainesosalle.

- ✓ Suomessa rokotteiden turvallisuutta tutkivat ja seuraavat Fimea* ja THL**.
- ✓ Vakavat haittavaikutukset ovat erittäin harvinaisia. Jos kuitenkin tällaisia ilmenee, ota välittömästi yhteyttä lääkäriin.

*Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus

**Terveyden ja hyvinvoinnin laitos

dtap-tehosterokote

- ✓ dtap-rokote suojaa sinua kurkkumätää, jäykkäkouristusta ja hinkuyskää vastaan. Se annetaan tehosteena kansallisen rokotusohjelman mukaisesti 14–15-vuotiaille.

Tehoste tarkoittaa että olet saanut tämän rokotteen jo aikaisemminkin.



MPR-rokote

- ✓ Ottamalla rokotteen ehkäiset näiden tautien tarttumista ja vältät vakavat jälkitaudit.

- ✓ Rokote suojaa sinua tuhkarokkoa, vihurirokkoa ja sikotautia vastaan.

HPV-rokote

- ✓ HPV eli Human Papillooma Virus.
- ✓ On olemassa yli 100 erityyppistä HPV-virusta. Näistä ainakin 14:n on todettu olevan syöpää aiheuttavia.

- ✓ Rokotteen avulla nämä vakavia jälkitauteja aiheuttavat taudit on saatu Suomesta hävitettyä lähes kokonaan.

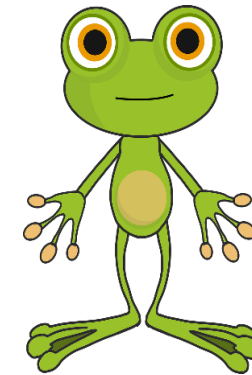
Muut tarvittaessa annettavat rokotteet

- ✓ Rokotteen saavat 11–12-vuotiaat tytöt. Ottamalla rokotteen ehkäiset tunnetuimpien HPV-virustyyppien leviämistä ja ennaltaehkäiset mm. kohdunkaulan syöpää.
- ✓ Rokotusohjelmaa ollaan laajentamassa niin, että HPV-rokote annettaisiin myös pojille. Poikien rokotaminen lisäisi myös tyttöjen suojaa.

- ✓ Esimerkiksi: A- ja B-hepatiitti-rokotteet, joilla suojataan A- ja B-hepatiittivirusten aiheuttamia maksatulehduksia vastaan. TBE-rokote, joka suojaa tick borne encephalitista (TBE) eli puutiaisaivokuumetta vastaan.

- ✓ Matkalle lähdeettäessä kannattaa hyvissä ajoin ottaa rokotteet, jotka tarvitsette matkustettaessa.

Mitä rokotteita saan ja milloin?



Matkustajan rokotteet saat lääkärin reseptillä apteekista.

Lisää rokotteista viimeisellä aukeamalla.



Ikä	Rokote
6–12 v*	Vesirokko
6 v (7 v**)	MPR
11–12 v tytöt	HPV
14–15 v	dtap-tehoste
Riskiryhmään kuuluvat	Influenssa
Tarvittaessa, esimerkiksi matkalle lähdeettäessä	Muut rokotteet (kuten TBE, A-hepatiitti, B-hepatiitti)

*mikäli ei ole annettu neuvolassa **mikäli ei ole annettu 6-vuotiaana neuvolassa

Tiesitkö että...



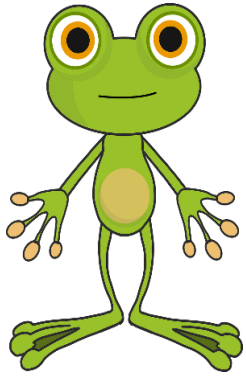
Rokottamisen ansiosta monet taudit ovat lähes hävinneet Suomesta. Jos rokotettujen määrä vähenee, tauteihin sairastuneiden määrä jälleen kasvaa.

Rokotuksen jälkeen saattaa tulla hieman kipeää olo. Tämä on kuitenkin ohimenevää ja rokote itseasiassa vahvistaa elimistöäsi.

Jokainen rokotusohjelmaan otettu rokote on perusteellisen harkinnan tulos ja suojaa vakavalta taudilta.

Entä jos pelottaa?

Jännitys on ihan normaalia.



- Jos sinua pelottaa, kerro se kouluterveydenhoitajallesi. Hän osaa ottaa pelkosi huomioon.
- Voitte yhdessä kouluterveydenhoitajasi kanssa miettiä keinoja helpottaa jännitystäsi. Yksi keino on laittaa lempimusiikkiasi soimaan. Voit myös ottaa lempilelusi tai kaverisi mukaan rokotustilanteeseen, jos siitä on etukäteen sovittu.



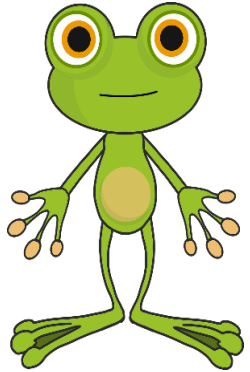
Tiesitkö että...

Rokottaminen on turvallisempaa kuin taudin sairastaminen. Sairastettuna tauti voi aiheuttaa vakavia jälkitauteja kuten keuhkokuumeen.

Kaikki kansalliseen rokotusohjelmaan kuuluvat rokotteet ovat sinulle ilmaisia.

Rokotteisiin on lisätty apu- ja säilöntäaineita, kuitenkin paljon vähemmän kuin mitä saat esimerkiksi ruuasta, pakokaasuista ja elinympäristöstäsi.

Miten rokotus tapahtuu?



- 1. Tervetuloa, istu alas ja rentoudu**
 - Samalla voit ottaa esiin sen olkavartesi johon haluat rokotuksen.
- 2. Jutellaan yhdessä**
 - Rokotteen antamista varten terveydenhoitajasi varmistaa, että et ole nyt kuumeessa, eikä sinulla ole rokotamista estäviä sairauksia tai allergioita.
- 3. Nyt saattaa hieman tuntua**
 - Terveydenhoitajasi laittaa nyt rokotuksen olkavarteesi, pysythän rentona ja paikallasi.
- 4. Hienosti meni! 😊**
 - Nyt saat halutessasi rokotuskohtaan laastarin.
- 5. Jää istumaan odotustilaan**
 - Terveydenhoitajasi seuraa vointiasi hetken aikaa allergisten reaktioiden varalta.