

01/04/2026

Szanowni adresaci,

Dotyczy: Informacji na temat odry

Państwo lub Państwa dziecko mogliście mieć kontakt z osobą chorą na odrę w placówce Bemrose Primary School DE22 3LB. Oznacza to, że jeśli Państwo lub Państwa dziecko nie jesteście w pełni zaszczepieni przeciwko odrze, co oznacza otrzymanie dwóch dawek szczepionki przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR), możecie być narażeni na zachorowanie na odrę. Niniejsze pismo zawiera informacje dotyczące tego, co należy zrobić, aby chronić zdrowie swoje i innych.

Odra jest chorobą zakaźną, która bardzo łatwo się rozprzestrzenia. Może pojawić się nagle, a stan osoby chorej może szybko się pogorszyć. Na końcu pisma znajduje się więcej informacji na temat odry – prosimy się z nimi zapoznać, aby dowiedzieć się, jakie są objawy odry, jak się rozprzestrzenia i jak wyglądają szczepienia przeciwko odrze. Dodatkowe informacje na temat odry są też dostępne na stronie:

www.nhs.uk/conditions/measles.

Kiedy należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym

Niektóre osoby muszą jak najszybciej uzyskać poradę od lekarza:

Osoby z obniżoną odpornością

Jeżeli Państwo lub Państwa dziecko macie osłabiony układ odpornościowy, należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym i poinformować go o możliwym kontakcie z osobą chorą na odrę. Lekarz może zechcieć wykonać badanie, aby ustalić odporność na odrę, lub podać leki, które zmniejszą ryzyko zachorowania.

Osoby w ciąży

Osoby w ciąży, które podejrzewają, że nie otrzymały dawki szczepionki przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR) lub nie wiedzą, czy w ogóle ją otrzymały, powinny skontaktować się z lekarzem lub położną i poinformować o możliwym kontakcie z osobą chorą na odrę.

Dzieci poniżej 12 miesiąca życia

Jeżeli Państwa dziecko w wieku poniżej 12 miesięcy uczęszczało do placówki Bemrose Primary School DE22 3LB w tym samym czasie, co osoba chora na odrę, należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym w celu uzyskania porady.

Co zrobić w przypadku zachorowania

Należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym lub państwową służbą zdrowia (NHS) pod numerem 111, jeżeli u dziecka pojawi się: wysoka gorączka oraz kaszel, katar, bolesne i zaczerwienione oczy lub wysypka w ciągu 3 tygodni po uczęszczaniu do

placówki Bemrose Primary School DE22 3LB w tym samym czasie, co osoba chora na odrę. Należy zatelefonować do lekarza rodzinnego lub NHS 111 przed udaniem się do ośrodka zdrowia osobiście, aby ograniczyć ryzyko zarażenia innych osób.

Należy zabrać ze sobą niniejsze pismo i poinformować lekarza, że Państwo lub Państwa dziecko mogliście mieć kontakt z osobą zarażoną odrą. Jeżeli dziecko źle się czuje, trudno może być zdecydować, kiedy szukać pomocy. Jeżeli mają Państwo obawy o stan dziecka, zwłaszcza jeśli nie skończyło ono 2 lat, należy zasięgnąć porady medycznej.

Osoby, które nie otrzymały dwóch dawek szczepionki MMR

Jeżeli nie macie Państwo pewności, czy Państwo lub Państwa dziecko otrzymaliście dwie dawki szczepionki MMR, która chroni przed odrą, należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym, aby umówić szczepienie. Jeżeli opuszczono dawkę szczepionki, może być ona podana w każdym wieku. Więcej informacji na temat szczepionki MMR w arkuszu informacyjnym.

Kiedy można wrócić do normalnych czynności w przypadku zachorowania na odrę

Osoba chora może zarażać wirusem odry przez 4 dni przed pojawieniem się u niej wysypki. Po pojawieniu się wysypki osoba chora nadal może zarażać wirusem odry przez kolejne 4 dni.

Jeżeli uważa się, że dziecko lub dorosły chorują na odrę, nie powinni uczęszczać do placówki edukacyjnej, placówki opieki nad dziećmi czy miejsca pracy co najmniej przez 4 dni od chwili pojawienia się wysypki. Osoby te powinny też unikać kontaktu z niemowlętami poniżej 12 miesiąca życia, osobami w ciąży i osobami z obniżoną odpornością.

Z poważaniem

UKHSA East Midlands Health Protection Team

Odra: arkusz informacyjny

Czym jest odra?

Odra jest chorobą zakaźną wywołaną przez wirusa, która bardzo łatwo się rozprzestrzenia wśród ludzi. Po pojawieniu się objawów stan osoby chorej może szybko się pogorszyć. Można się nią zarazić niezależnie od wieku, ale często zarażają się nią małe dzieci.

Jak można zarazić się odrą?

Odrą można zarazić się przez bliski kontakt z osobą już zarażoną wirusem odry. Może do tego dojść drogą kropelkową, czyli poprzez znajdujące się w powietrzu kropelki powstałe podczas kichania czy kaszlenia osoby chorej, lub drogą dotykową, czyli poprzez dotykanie powierzchni, na które ktoś chory kichnął lub kaszlnął. Odra rozprzestrzenia się bardzo łatwo w gospodarstwach domowych i innych miejscach, gdzie osoby mają ze sobą bliski kontakt.

Przyjęcie dwóch dawek szczepionki przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR) to najlepszy sposób ochrony przed zakażeniem odrą; jeśli ktoś chorował już na odrę w przeszłości zapewnia mu to również ochronę.

Osoba chora może zarażać wirusem odry przez 4 dni przed pojawieniem się u niej wysypki. Po pojawieniu się wysypki osoba chora nadal może zarażać wirusem odry przez kolejne 4 dni.

Objawy odry

Objawy odry pojawiają się zazwyczaj na 10 do 12 dni od chwili zarażenia się. Sporadycznie do chwili pojawienia się objawów może minąć nawet do 21 dni.

Początkowe objawy odry przypominają objawy przeziębienia. Pierwsze objawy odry obejmują:

- wysoką gorączkę
- katar lub zatłokany nos
- kichanie
- kaszel
- zaczerwienione, bolesne, załzawione oczy

Kilka dni później na błonie śluzowej po wewnętrznej stronie policzków oraz po wewnętrznej stronie ust mogą pojawić się białe plamki. Zazwyczaj utrzymują się przez kilka dni.

2 do 4 dni po pojawieniu się objawów przypominających przeziębienie pojawia się wysypka, najpierw na twarzy i za uszami, a potem obejmuje ona całe ciało.

Wysypka przybiera czasem formę grudek. Mogą się one zlewać ze sobą, tworząc plamistą wysypkę. Zazwyczaj nie pojawia się swędzenie.

Na białej skórze wysypka ma kolor brunatny lub czerwony. Trudniej może być ją zauważyć na skórze o ciemniejszym kolorze.

Jak poważną chorobą jest odra?

Okolo 1 na 15 osób chorujących na odrę ma ciężki przebieg choroby. Małe dzieci, osoby w ciąży i osoby o osłabionej odporności należą do grupy chorych, u których choroba może powodować powikłania.

Poważne powikłania obejmują:

- infekcje uszu
- zapalenie płuc
- biegunkę
- odwodnienie
- drgawki (rzadziej)

Zakażenie się odrą w ciąży może prowadzić do poronienia lub przedwczesnego porodu.

Zapobieganie odrze

Przyjęcie szczepionki przeciwko odrze, śwince i różyczce (MMR) to najlepszy sposób zapobiegania zakażeniu odrą.

Zazwyczaj szczepionkę podaje się dzieciom w dwóch dawkach. Pierwsza dawka podawana jest dzieciom 12-miesięcznym. Druga dawka jest podawana, gdy dziecko ma 3 lata i 4 miesiące.

Jeżeli podejrzewa się, że dziecko miało bliski kontakt z osobą chorą na odrę, lekarz może czasem zalecić wcześniejsze niż harmonogramowe podanie dawek szczepionki MMR. Jeżeli dawka jest podawana dziecku poniżej 12 miesiąca życia, wówczas standardowe 2 dawki MMR nadal muszą zostać podane zgodnie z normalnym harmonogramem (minimum 1 miesiąc przerwy między dawkami).

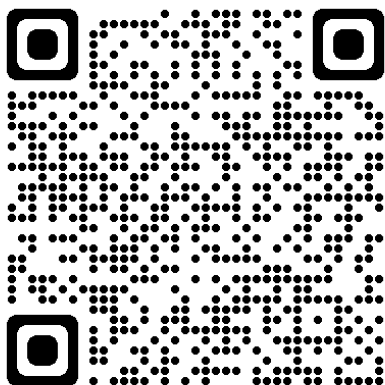
Jeżeli osoba nie otrzymała dawki szczepionki lub nie ma pewności, czy otrzymała szczepionkę, można ją podać w każdym wieku. Rodzice i opiekunowie mogą sprawdzić książeczkę zdrowia dziecka (czerwoną książeczkę), aby ustalić podane szczepienia.

Osoby w ciąży i osoby z niedoborami odporności nie powinny przyjmować szczepionki. Jeżeli istnieje podejrzenie, że miały kontakt z osobą chorą na odrę, powinny skonsultować się z lekarzem rodzinnym lub położną, aby uzyskać poradę.

Więcej informacji na temat szczepionki MMR na stronie:

<http://www.nhs.uk/conditions/vaccinations/mmr-vaccine>

lub skanując poniższy kod QR:



Unikanie kontaktu z innymi, gdy jest się chorym na odrę

Osoba chora może zarażać wirusem odrę przez 4 dni przed pojawieniem się u niej wysypki. Po pojawieniu się wysypki osoba chora nadal może zarażać wirusem odrę przez kolejne 4 dni.

Jeżeli pracownik służby zdrowia poinformował, że dziecko lub dorosły może chorować na odrę, osoby te nie powinny uczęszczać do placówki edukacyjnej, placówki opieki nad dziećmi czy miejsca pracy co najmniej przez 4 dni od chwili pojawienia się wysypki. Po upływie tych 4 dni można wrócić do normalnych czynności, jeśli osoba czuje się dobrze i nie ma gorączki.

Jak leczy się osoby chore na odrę?

Objawy odrę zazwyczaj ulegają poprawie w ciągu około tygodnia.

Odpoczynek i przyjmowanie dużej ilości płynów, np. wody, aby uniknąć odwodnienia, są pomocne.

Odra może czasem powodować inne choroby. Aby je leczyć, podane mogą zostać antybiotyki.

Jeżeli pracownik służby zdrowia poinformował, że dorosły może być chory na odrę lub uważa, że u dziecka lub dorosłego mogło dojść do powikłań wynikających z odrę, należy skontaktować się z lekarzem rodzinnym.

Więcej informacji na temat odrę na stronie:

<http://www.nhs.uk/conditions/measles>

lub skanując poniższy kod QR:

