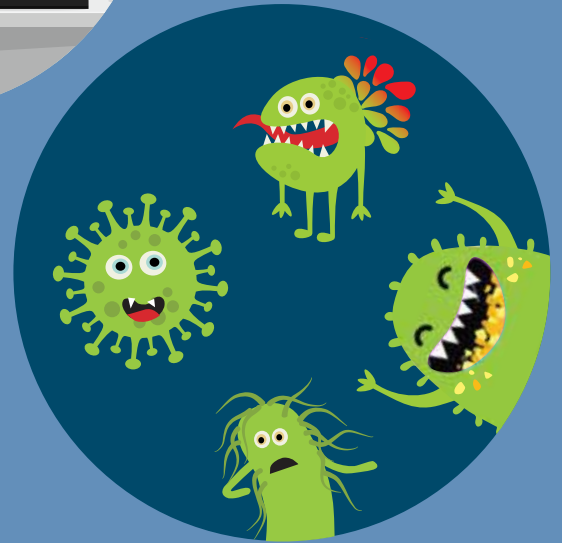




Βιβλίο μαθητή 2021

Μαθαίνω να
εμβολιάζομαι



Μαθαίνω να
εμβολιάζομαι

2021

Βιβλίο
μαθητή



ΦΟΡΕΑΣ ΥΛΟΠΟΙΗΣΗΣ

Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.)
Β' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών
Γενικό Νοσοκομείο Παιδών «Π. & Α. Κυριακού»
www.youth-health.gr

ΑΘΗΝΑ 2021

**Μονάδα Εφηβικής Υγείας
Β' Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών
Γενικό Νοσοκομείο Παιδών «Π. & Α. Κυριακού»**

Διευθύντρια: **Μαρίζα Τσολιά**
Καθηγήτρια Παιδιατρικής – Λοιμωξιολογίας

Επιστημονική επιμέλεια

Άρτεμις Τσίτσικα

Αναπλ. Καθηγήτρια Παιδιατρικής – Εφηβικής Ιατρικής
Εθνικό Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

**Επιμέλεια εκπαιδευτικού υλικού
κατ' αλφαβητική σειρά**

Αθανάσιος Θήριος

Παιδίατρος MSc, Υποψήφιος Διδάκτωρ Ιατρικής ΕΚΠΑ
Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΕΚΠΑ – Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.)

Σωτηρία Μακαρώνη

Ψυχολόγος Υγείας MSc, Υποψήφια Διδάκτωρ Ιατρικής ΕΚΠΑ

Ελένη Παναγούλη

Παιδίατρος PhD
Ακαδημαϊκός Υπότροφος ΕΚΠΑ, Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.)

Ευαγγελία Σιαφαρίκα

Εκπαιδευτικός, Υποψήφια Διδάκτωρ Ιατρικής ΕΚΠΑ

Καλλιτεχνική Επιμέλεια - Σχεδιασμός

Αλεξάνδρα Κοκκέβη

Εικόνες: Shutterstock, Vectorstock, iStock

Λίγα λόγια για τον φορέα

Η **Μονάδα Εφηβικής Υγείας (Μ.Ε.Υ.)**, Β΄ Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών, Νοσοκομείο Παιδών «Π. & Α. Κυριακού» ιδρύθηκε το Νοέμβριο του 2006. Στεγάζεται στον 6ο όροφο του παραρτήματος του Νοσοκομείου Παιδών «Παν. & Αγλ. Κυριακού», στην οδό Μεσογείων, αριθμός 24, πτέρυγα «Ελένη Δαλακούρα».

Η λειτουργία της βασίζεται στις οδηγίες του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Π.Ο.Υ.) για τις «φιλικές» προς τους εφήβους υπηρεσίες. Προσέρχονται έφηβοι (10-18 ετών) με οποιοδήποτε οργανικό ή ψυχοκοινωνικό αίτημα, μαθησιακές δυσκολίες, ή και για απλή συμβουλευτική, πρόληψη, σεξουαλική αγωγή, εμβολιασμούς κ.λπ., ενώ οι έφηβοι με χρόνια νοσήματα παρακολουθούνται διεπιστημονικά και σε συνεργασία με την βασική ομάδα θεραπόντων. Από τον Σεπτέμβριο του 2013, η Μ.Ε.Υ. λειτουργεί και ως επίσημο Ιατροπαιδαγωγικό Κέντρο του Υπουργείου Υγείας για την διάγνωση των ειδικών εκπαιδευτικών αναγκών και τη χορήγηση γνωματεύσεων για σχολική χρήση.

Η Μ.Ε.Υ. πραγματοποιεί εκπαιδευτικά προγράμματα σε σχολεία (σε μαθητές και γονείς) σε συνεργασία με το Υπουργείο Παιδείας και Θρησκευμάτων, καθώς και προγράμματα εκπαίδευσης φοιτητών, εκπαιδευτικών, ιατρών και άλλων ειδικών που ασχολούνται με την εφηβεία. Ετησίως πραγματοποιείται το Πανελλήνιο Συνέδριο Εφηβικής Υγείας/Ιατρικής, με διεθνή και εγχώρια συμμετοχή πολλών επιστημόνων και εκπαιδευτικών. Παράλληλα, η Μ.Ε.Υ. έχει ερευνητική δραστηριότητα γύρω από τους βασικούς πυλώνες της εφηβικής υγείας (διατροφή και διαταραχές, σεξουαλική ζωή, ψυχοκοινωνική υγεία, εμβολιασμοί και πρόληψη, αθλητισμός κ.λπ.). Υπάρχουν συνεργασίες με διάφορους φορείς της χώρας, Ευρωπαϊκούς φορείς και ανά τον κόσμο εκπαιδευτικά ιδρύματα, προκειμένου να συντονίζονται όλα τα προγράμματα με τις διεθνείς κατευθυντήριες οδηγίες για τους νέους.

Μονάδα Εφηβικής Υγείας (ΜΕΥ)
Β΄ Παιδιατρική Κλινική Πανεπιστημίου Αθηνών
Γενικό Νοσοκομείο Παιδών «Π. & Α. Κυριακού»
Διευθύντρια: **Μαρίζα Τσολιά**
Επιστημονική Υπεύθυνος: **Άρτεμις Τσίτσικα**

Όνομα μαθητή/μαθήτριας:

.....

Τάξη-Τμήμα:

Σχολείο:





Περιεχόμενα

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1: Πολεμώντας τους αόρατους εισβολείς

Τι τύποι μικροβίων υπάρχουν;	11
Τι κάνουν τα μικρόβια;	13
Ας παίξουμε ένα παιχνίδι αναγραμματισμού!	14
Πως μπορείς να προστατεύσεις τον εαυτό σου από τα μικρόβια;	15
Παιχνίδι γνώσεων: «Συμπλήρωσε την πρόταση:	17

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2: Η Επιστήμη Αντεπιτίθεται ή αλλιώς τα εμβόλια ως ασπίδες προστασίας

Πώς δουλεύει η ανοσία	21
Πώς λειτουργούν τα εμβόλια	23
Παιχνίδι με Λέξεις	25
Η Ιστορία του πρώτου εμβολίου. Ο Έντουαρντ Τζένερ και η Ευλογία	26
«Η Φάρμα των Εμβολίων»	33

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3: Από ποια Νοσήματα μας προστατεύουν τα εμβόλια

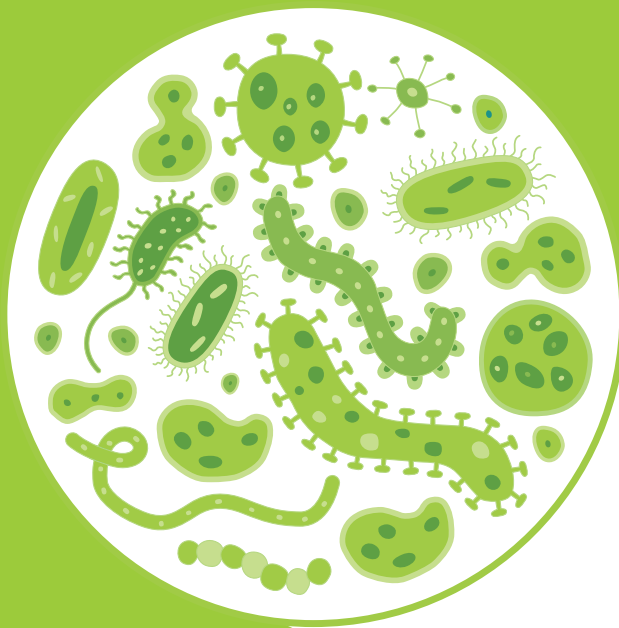
3.1 Τέτανος, διφθερίτιδα, κοκκύτης, πολιομυελίτιδα	36
Παιχνίδι Γνώσεων	38
3.2 Αιμόφιλος τύπου Β	39
3.3 Ηπατίτιδες Α και Β	40
Παιχνίδι Γνώσεων	42
Σταυρόλεξο	44
3.4 Ανεμευλογιά	45
3.5 Ιλαρά-Ερυθρά-Παρωτίτιδα	46
Παιχνίδι Γνώσεων	48
3.6 Μηνιγγίτιδα	50
Παιχνίδι Γνώσεων	52
3.7 Ιός Ανθρωπίνων θηλωμάτων (HPV)	53
3.8 Γρίπη	54
Παιχνίδι Γνώσεων	56
Πνευμονιόκοκκος	60
Rota ιός	61

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4: Αλήθειες & Μύθοι Για Τα Εμβόλια

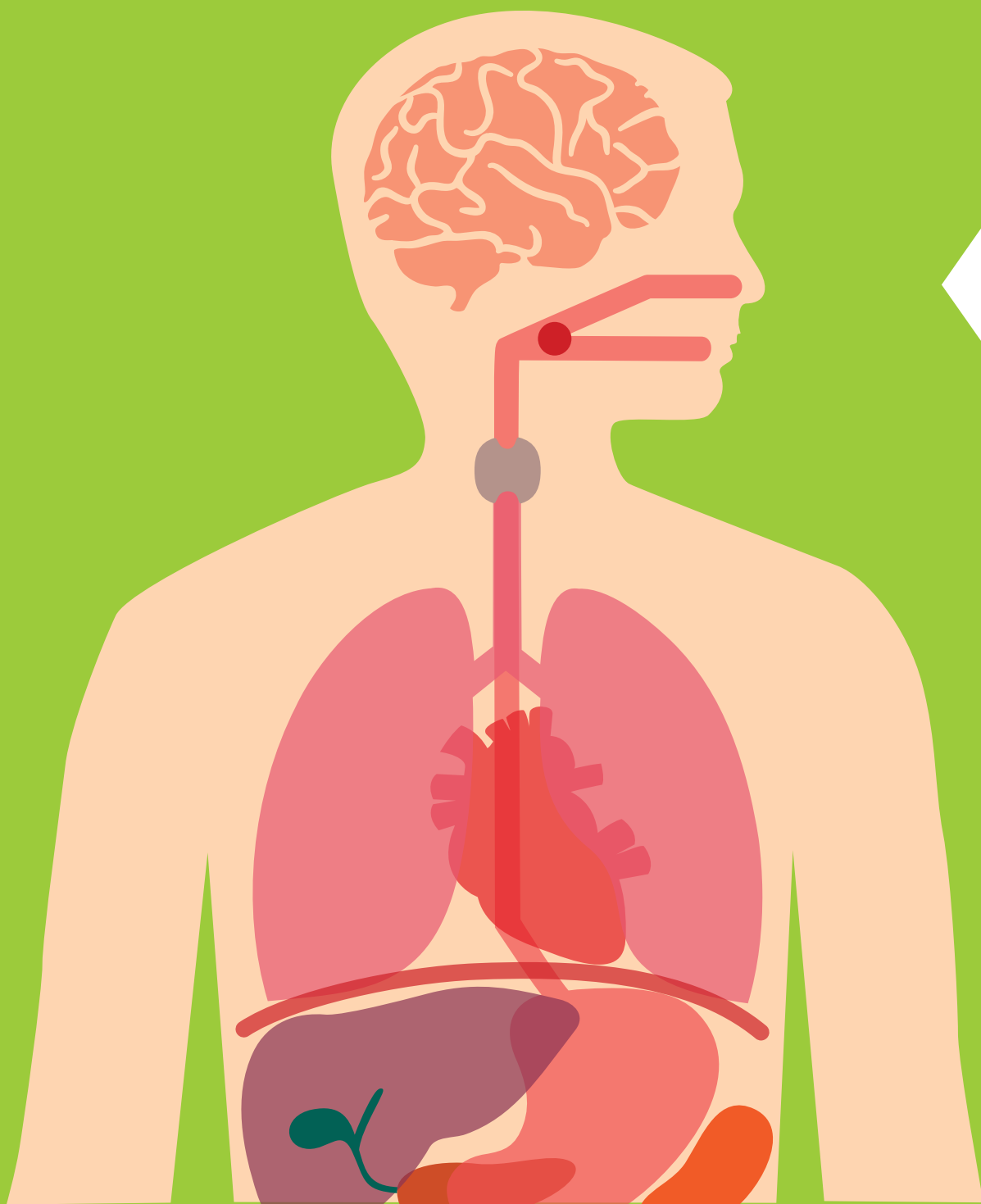
Αλήθειες & Μύθοι για τα Εμβόλια	61
Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμού	66
Παιχνίδι με Λαβύρινθο	67
Ιστορία Της Αρετής	68
Παιχνίδι: Βρες τα Εμβόλια σου	71
Κρυπτόλεξο	72
Έπαινος Εκτίμησης	73
Ομαδικό παιχνίδι: Πέφτει η νύχτα στο Σαν Εμβολιέρνο	74
Βιβλιογραφία	79
Παράρτημα - Χρήσιμα Links & Πηγές Πληροφόρησης	80

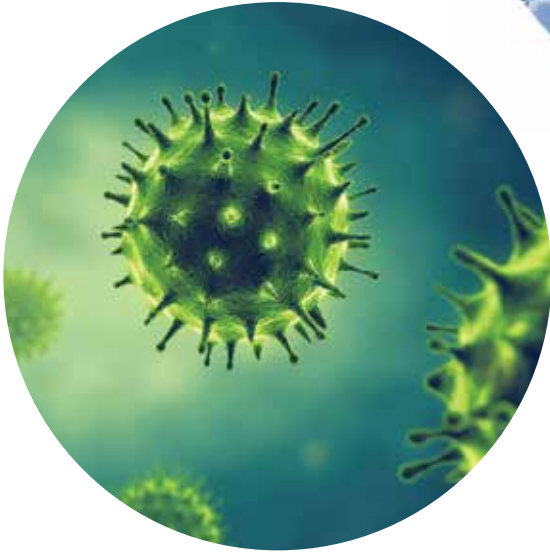
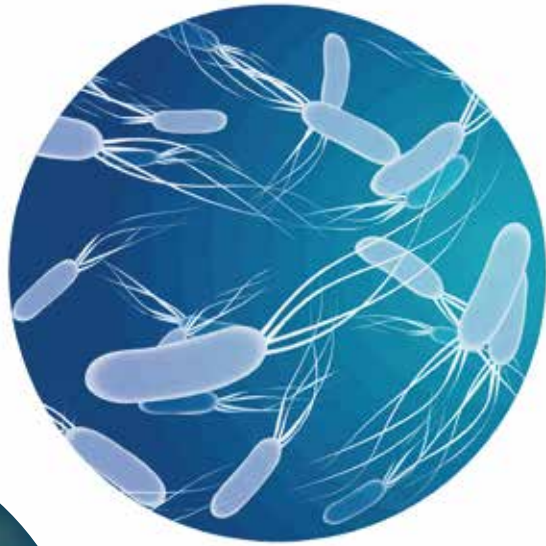
ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

Πολεμώντας τους αόρατους εισβολείς



Το ανθρώπινο σώμα είναι πραγματικά αξιοθαύμαστο!
Καθημερινά εργάζεται σκληρά προσπαθώντας
να χωνέψει την τροφή, να στείλει **αίμα στην καρδιά** και
στα υπόλοιπα όργανα, να παράγει **οξυγόνο**, να στείλει
σήματα από **τον εγκέφαλο** και ένα σωρό άλλες
σημαντικές και πολύπλοκες λειτουργίες!





Μερικές φορές, μια ομάδα πολύ μικροσκοπικών εισβολέων τα λεγόμενα μικρόβια όπως είναι τα βακτήρια, οι ιοί και οι μύκητες εισέρχονται στο σώμα μας. Αυτό μπορεί να μας κάνει να αρρωστήσουμε!



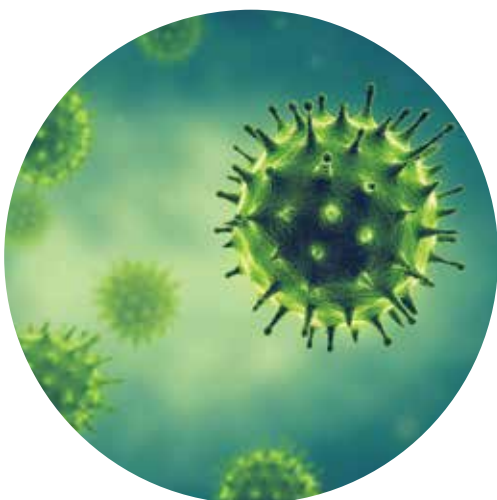
Τι τύποι μικροβίων υπάρχουν;

Τα μικρόβια βρίσκονται σε όλο τον κόσμο, σε διάφορα μέρη. Οι τέσσερις κύριοι τύποι μικροβίων είναι **τα βακτήρια, οι ιοί, οι μύκητες** και **τα πρωτόζωα**. Μπορούν να εισβάλουν σε φυτά, ζώα και ανθρώπους, και μερικές φορές μπορούν να μας κάνουν να αρρωστήσουμε.

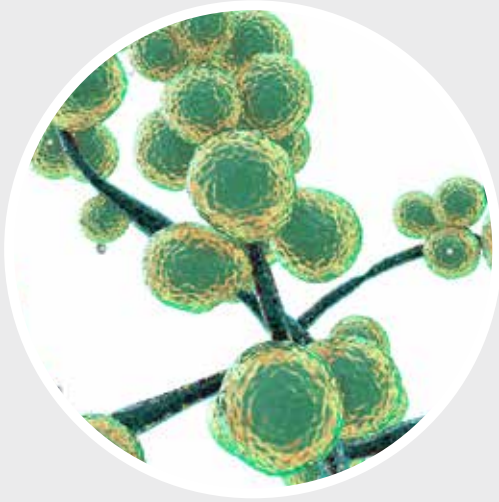


Τα βακτήρια είναι μικροσκοπικά, μονοκύτταρα (φτιαγμένα από ένα κύτταρο) πλάσματα που χρησιμοποιούν θρεπτικά συστατικά από το περιβάλλον τους για να ζήσουν. Τα βακτήρια μπορούν να αναπαραχθούν μέσα ή έξω από το σώμα και τότε **προκαλούν τις λοιμώξεις**.

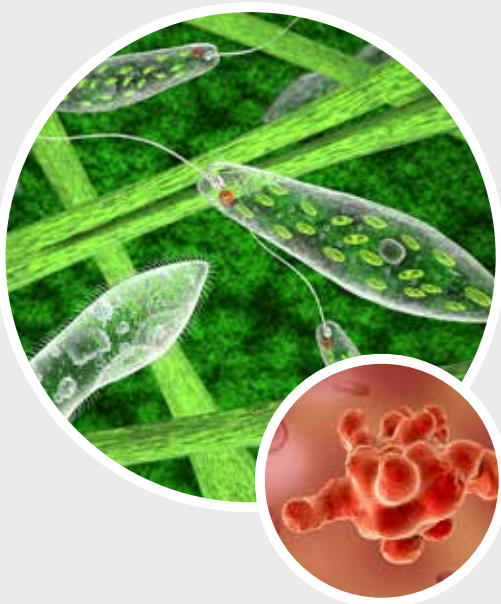
Αλλά δεν είναι όλα τα βακτήρια κακά! Μερικά βακτήρια είναι καλά για το σώμα μας. Τα καλά βακτήρια ζουν στο έντερο μας και μας βοηθούν να χρησιμοποιήσουμε τα θρεπτικά συστατικά από τα τρόφιμα που τρώμε και να απορρίψουμε αυτά που δεν χρειαζόμαστε. Ορισμένα βακτήρια χρησιμοποιούνται επίσης από επιστήμονες σε εργαστήρια για την παραγωγή φαρμάκων και εμβολίων!



Οι ιοί είναι πιο μικροί οργανισμοί και για να αναπτυχθούν και να αναπαραχθούν πρέπει να βρίσκονται μέσα σε ζωντανά κύτταρα. Οι περισσότεροι ιοί δεν μπορούν να επιβιώσουν πολύ καιρό εάν δεν βρίσκονται μέσα σε έναν ζωντανό οργανισμό όπως ένα φυτό, ένα ζώο ή έναν άνθρωπο. Αυτός ονομάζεται ξενιστής!



Οι μύκητες είναι πολυκύτταροι (φτιαγμένοι από πολλά κύτταρα), φυτικοί οργανισμοί. Σε αντίθεση με άλλα φυτά, οι μύκητες δεν μπορούν να δημιουργήσουν τη δική τους τροφή από το έδαφος, το νερό και τον αέρα. Αντ' αυτού, οι μύκητες παίρνουν τη τροφή τους από φυτά, ανθρώπους και ζώα. Τους αρέσει να ζουν σε υγρά, ζεστά μέρη και οι περισσότεροι μύκητες δεν είναι επικίνδυνοι για τους υγιείς ανθρώπους!



Τα πρωτόζωα είναι μονοκύτταροι οργανισμοί που αγαπούν την υγρασία και συχνά μεταδίδουν ασθένειες μέσω του νερού. Μερικά πρωτόζωα προκαλούν εντερικές λοιμώξεις που οδηγούν σε διάρροια, ναυτία και πόνο στην κοιλιά.



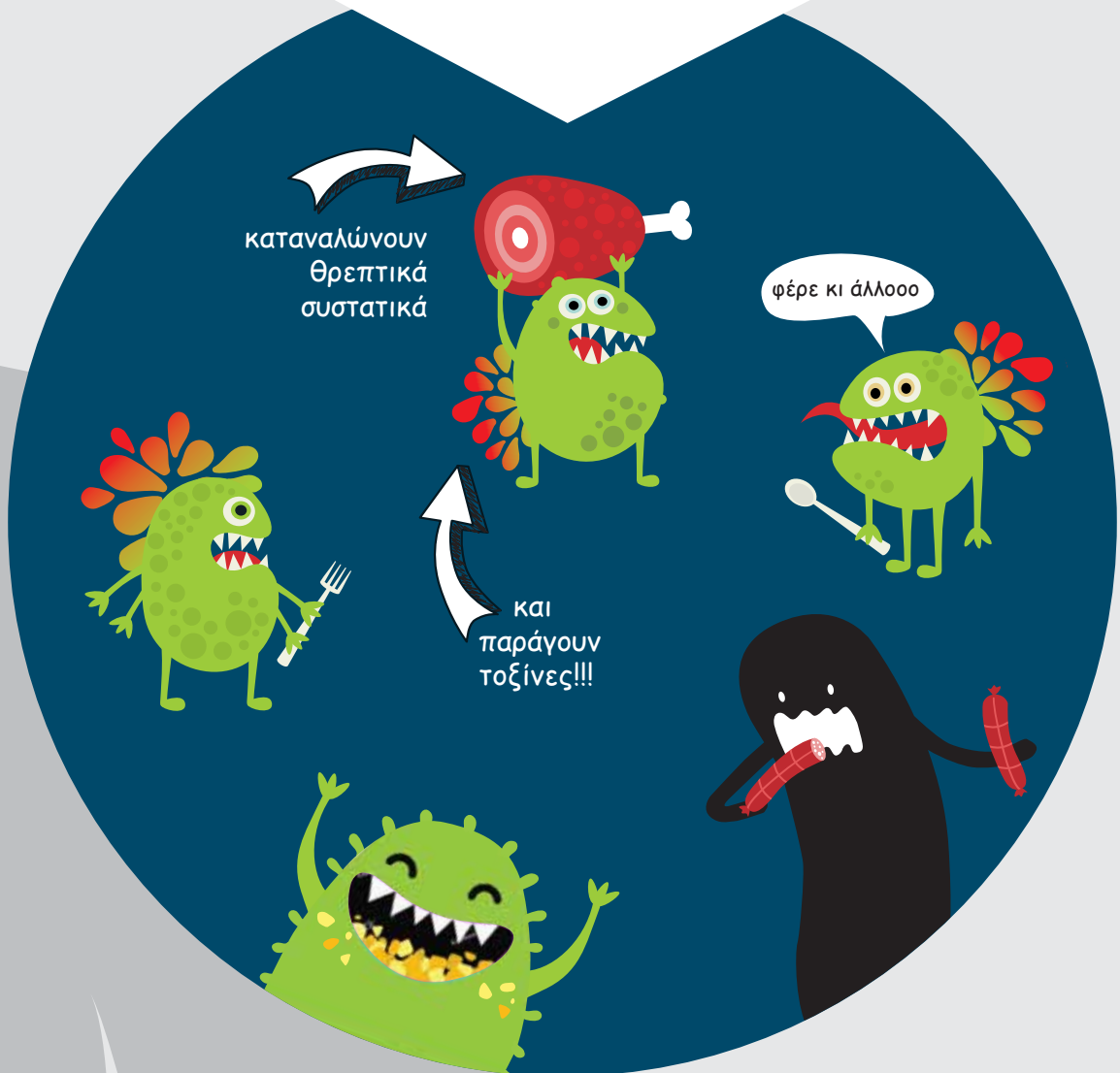
Όταν τα μικρόβια εισέρχονται στο σώμα των ανθρώπων, μπορούν να εξαπλωθούν και να κάνουν τους ανθρώπους να αρρωσταίνουν.

Επειδή ορισμένα μικρόβια μπορούν να ζήσουν για μικρό χρονικό διάστημα σε αντικείμενα όπως το πόμολο ή ο πάγκος, φροντίστε να **πλένετε τα χέρια σας τακτικά!**

Τι κάνουν ζα μικρόβια;

Μόλις τα μικρόβια εισβάλλουν στο σώμα μας, ψάχνουν τον τρόπο για να μείνουν όσο πιο πολύ μπορούν! **Καταναλώνουν θρεπτικά συστατικά και αυξάνουν την ενέργεια τους και μπορούν να παράγουν τοξίνες, που δρουν σαν δηλητήριο.**

Αυτές οι τοξίνες μπορούν να προκαλέσουν συμπτώματα όπως πυρετό, καταρροή, εξανθήματα, βήχα, έμετο και διάρροια.



Το ανοσοποιητικό μας σύστημα μας βοηθάει να καταπολεμούμε τα μικρόβια. Τότε αισθανόμαστε καλύτερα. Μερικές φορές όμως, τα μικρόβια μπορεί να μας κάνουν να αρρωστήσουμε πολύ!

Πως καταλαβαίνουν οι γιατροί
τι κάνουν τα βακτήρια;
Τα κοιτάνε από πάρα πολύ κοντά!



Ερευνώντας δείγματα αίματος, ούρων και άλλων υγρών με το μικροσκόπιο, οι γιατροί μπορούν να καταλάβουν ποια μικρόβια ζουν στο σώμα σου και με ποιον τρόπο σε κάνουν να αρρωσταίνεις!



Βάλε τα γράμματα
στη σωστή σειρά
και βρες τις λέξεις!

1. ΑΚΗΤΙΡΑΒ

2. ΙΚΡΝΟΙΑΒ

3. ΙΣΟ

4. ΥΜΚΤΗΣΕ

5. ΛΩΜΟΙΗΞ

6. ΒΕΟΛΜΙΟ

7. ΠΩΡΤΟΖΟΑΩ

8. ΑΜΙΑ

9. ΓΙΑΡΤΣΟ

10. ΟΞΙΤΗΝ

ΑΥΞΕΙΣ:
1. ΒΑΚΤΗΡΙΑ 2. ΜΙΚΡΟΒΙΑ 3. ΙΟΣ
4. ΜΥΚΗΤΕΣ 5. ΝΟΙΜΩΣΗ 6. ΕΜΒΟΛΙΟ
7. ΠΡΩΤΟΖΩΑ 8. ΑΙΜΑ 9. ΓΙΑΤΡΟΣ
10. ΤΟΙΝΗ

Πως μπορείς να προστατεύσεις τον εαυτό σου από τα μικρόβια;

Τα περισσότερα μικρόβια εξαπλώνονται μέσω του αέρα με το φτέρνισμα, τον βήχα ή ακόμα και την αναπνοή. Τα μικρόβια μπορούν επίσης να εξαπλωθούν με τον ιδρώτα, το σάλιο και το αίμα. Μερικά μεταφέρονται αγγίζοντας κάτι που είναι μολυσμένο, όπως όταν κάνεις χειραψία με κάποιον που έχει κρυολόγημα και μετά αγγίζεις τη μύτη σου. Αποφεύγοντας ότι μπορεί να εξαπλώσει μικρόβια είναι ο καλύτερος τρόπος για να προστατευτείς! Και αυτό σημαίνει

Πλένουμε τα χέρια μας! Θυμίσου τις λέξεις που **τα μικρόβια φοβούνται** πιο πολύ - **σαπούνι και νερό!** Το καλό και συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ο καλύτερος τρόπος για να νικήσουμε αυτούς τους μικροσκοπικούς πολεμιστές. Πλύνε τα χέρια σου κάθε φορά που βήχεις ή φτερνίζεσαι, πριν φας ή προετοιμάσεις το φαγητό, μετά την τουαλέτα, αφού αγγίξεις κατοικίδια ζώα, μετά το παιχνίδι και αφού επισκεφθείς έναν άρρωστο συγγενή ή φίλο.



Υπάρχει «**σωστός τρόπος**» να πλύνεις τα χέρια. Χρησιμοποίησε ζεστό νερό και σαπούνι και τρίψε τα χέρια σου για **τουλάχιστον 15 δευτερόλεπτα**, δηλαδή για όσο χρόνο χρειάζεται να τραγουδίσεις ένα μικρό τραγούδι, για παράδειγμα το "Happy Birthday."

Κάλυψε τη μύτη και το στόμα σου
όταν φτερνίζεσαι καθώς και το στόμα
σου όταν βήχεις για να αποφύγεις τη
διάδοση μικροβίων. Είναι καλύτερο
να το κάνεις στον αγκώνα σου, ώστε
να μη μολύνεις τα χέρια σου



Η χρήση χαρτομάντηλου στο
φτέρνισμα και στις μύξες είναι
ένα άλλο εξαιρετικό όπλο κατά
των μικροβίων. Αλλά μην πετάς
τα χαρτομάντηλα στο πάτωμα.
**Πετάξέ τα στα σκουπίδια και
στη συνέχεια πλύνε τα χέρια σου!**



Μπορείς επίσης να διατηρήσεις το ανοσοποιητικό σου σύστημα ισχυρό και υγιές, **τρώγοντας καλά, κάνοντας άσκηση τακτικά και με καλό ύπνο.** Όλα αυτά θα σε βοηθήσουν να προετοιμαστείς για να καταπολεμήσεις τα μικρόβια που προκαλούν ασθένειες!



ΣΥΜΠΛΗΡΩΣΕ ΤΗΝ ΠΡΟΤΑΣΗ

- 1) Τα εμβόλια μας παρέχουν την καλύτερη και πιο εύκολη από πολλές παιδικές ασθένειες.
- 2) Διατηρώντας καλή και σωστή του σώματος μας, προστατεύουμε κι εμείς τους εαυτούς μας.
- 3) Οι μεγαλύτεροι σύμμαχοι για την υγεία μας είναι η υγιεινή και ισορροπημένη και η καθημερινή
- 4) Φροντίζουμε πάντα για την των χεριών μας και των χώρων που ζούμε.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

Η Επιστήμη Αντεπιτίθεται ή αλλιώς τα εμβόλια ως ασπίδες προστασίας



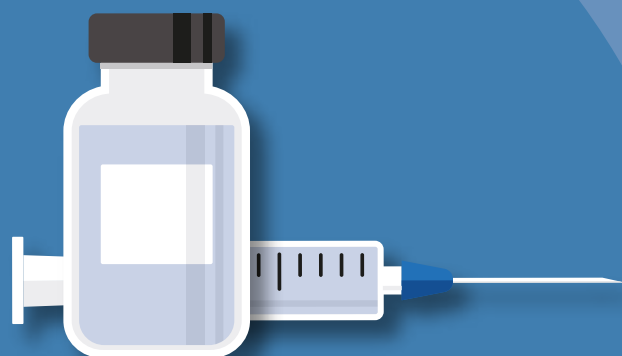
Πριν από πολλά χρόνια οι επιστήμονες
βρήκαν τρόπους να μας προστατεύουν
από την εμφάνιση αρκετών λοιμώξεων
και ασθενειών μέσω των γνωστών
σε όλους μας ΕΜΒΟΛΙΩΝ

FUN FACT #1

Δεν χορηγούνται όλα τα εμβόλια με ένεση. Ορισμένα εμβόλια χορηγούνται από το στόμα. Για τους φοβητσιάρηδες...

FUN FACT #2

Ο Δημήτρης γνωρίζει ότι τα εμβόλια δεν μπορούν να μεταδώσουν αρρώστιες και ότι είναι αδύνατον να αρρωστήσεις από ένα νεκρό ή εξασθενημένο βακτήριο ή ιό. Γίνε σαν τον Δημήτρη...



Ας δούμε λοιπόν πώς δουλεύουν τα εμβόλια

Κάποιοι άνθρωποι αρρωσταίνουν, αλλά όχι πολύ.
ΑΛΛΑ κάποιοι άλλοι αρρωσταίνουν ΠΟΛΥ!

Και στις δύο αυτές περιπτώσεις είμαστε πιο ασφαλείς όταν αρρωστήσουμε ξανά. Αυτό είναι που αποκαλούμε **ΑΝΟΣΙΑ**.

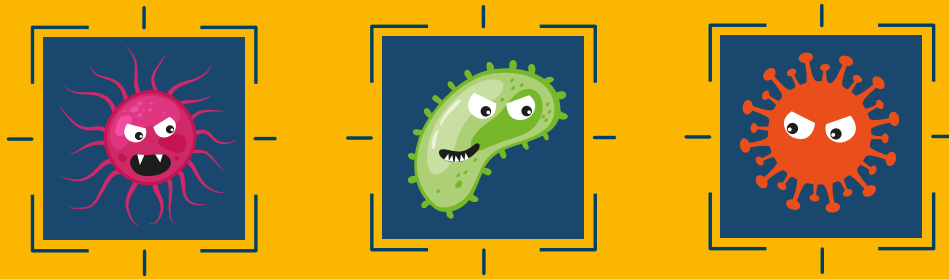


Πώς δουλεύει η ανοσία

Όταν τα μικρόβια εισέρχονται στο σώμα μας, το ανοσοποιητικό μας σύστημα κάνει τρία σημαντικά πράγματα: **Αναγνωρίζει, Αντιδρά, Θυμάται**

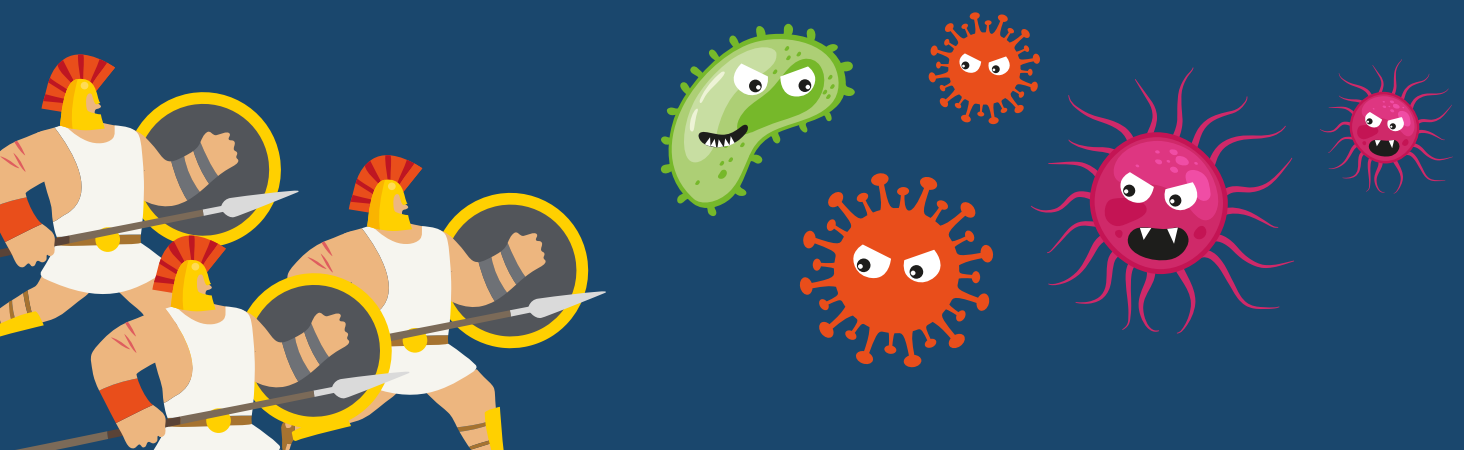
1 Αναγνωρίζει

τα μικρόβια ως "ξένους εισβολείς"



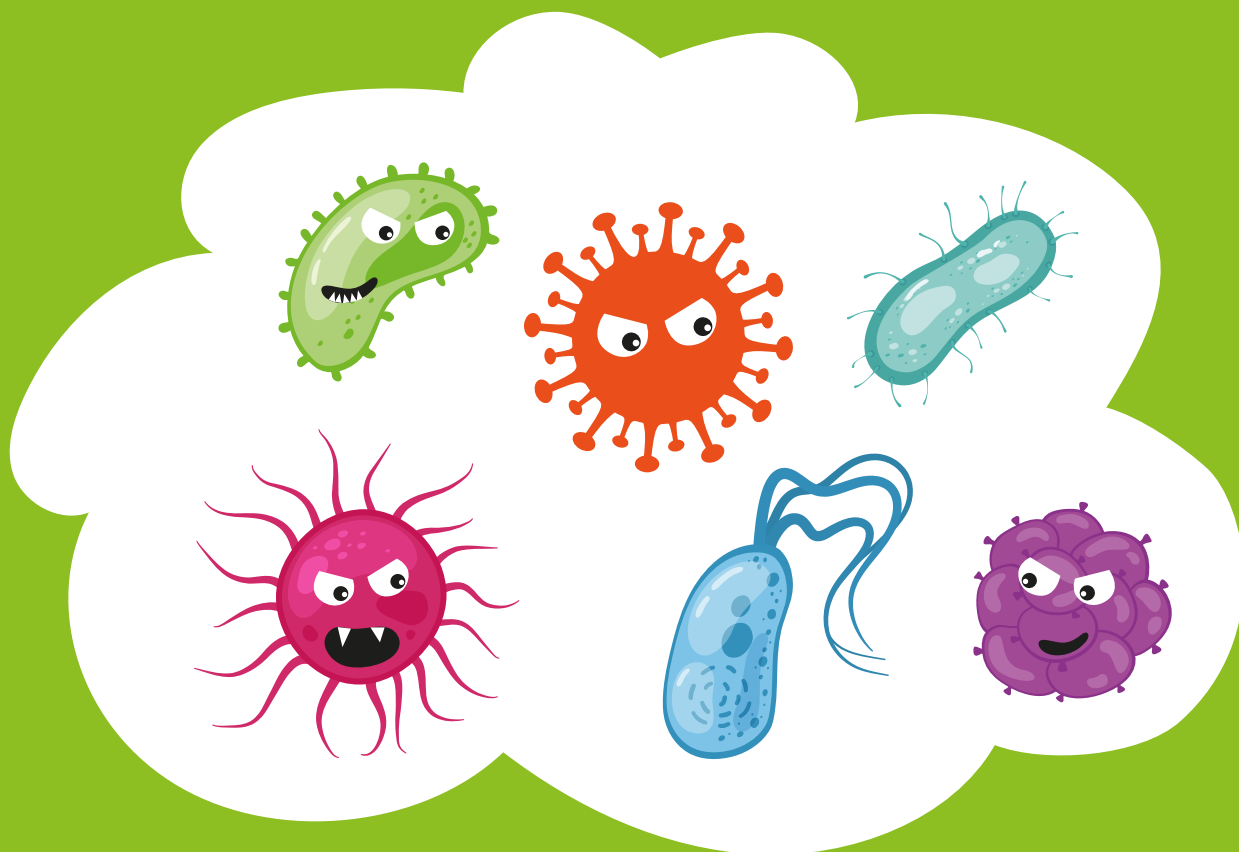
2 Αντιδρά

παράγοντας πρωτεΐνες που ονομάζονται **αντισώματα**, τα οποία καταστρέφουν αυτά τα μικρόβια. Τα αντισώματα που παράγονται δεν δρουν τόσο γρήγορα ώστε να μην αρρωστήσουμε καθόλου, ωστόσο τελικά πολεμούν τα μικρόβια και γινόμαστε καλά.



3 Θυμάται

Το ανοσοποιητικό μας σύστημα «θυμάται» τα μικρόβια που έχει έρθει σε επαφή και εάν υπάρξει νέα μόλυνση- ακόμα και μετά από χρόνια - θα είναι έτοιμο να υπερασπιστεί το σώμα μας. **Αυτή τη φορά δεν θα αρρωστήσουμε** – έχουμε αποκτήσει **ανοσία**



Πώς λειτουργούν τα εμβόλια;

Τα εμβόλια μας δίνουν ανοσία από κάποιες ασθένειες

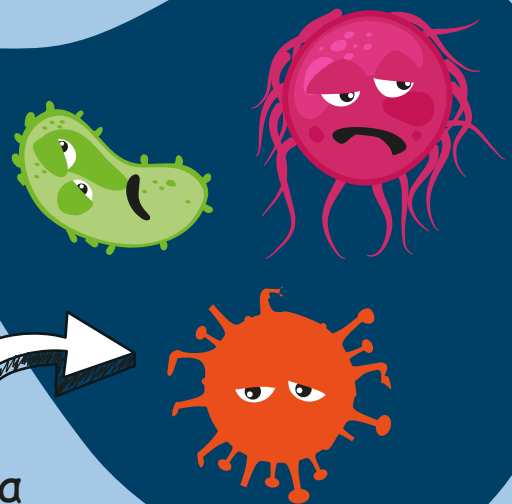
Με τον εμβολιασμό, **νεκρά ή εξασθενημένα μικρόβια ή τμήματα μικροβίων** σκόπιμα εισέρχονται στο σώμα μας, συνήθως με ένεση.

Τότε, το ανοσοποιητικό μας σύστημα λειτουργεί όπως θα έκανε αν είχαμε πραγματική μόλυνση:

- 1 Αναγνωρίζει
- 2 Αντιδρά
- 3 Θυμάται

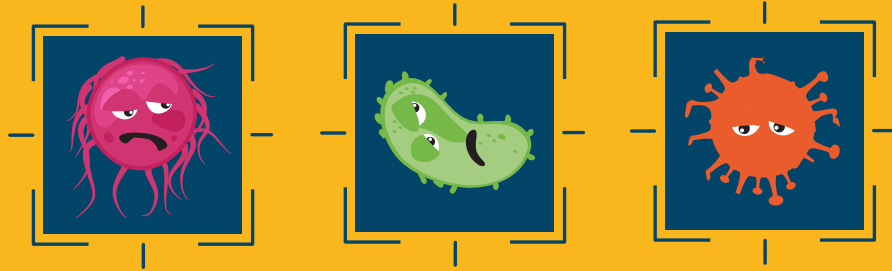


νεκρά και
αξασθενημένα
μικρόβια



1 Αναγνωρίζει

Αναγνωρίζει τα μικρόβια του εμβολίου ως "ξένους εισβολείς"



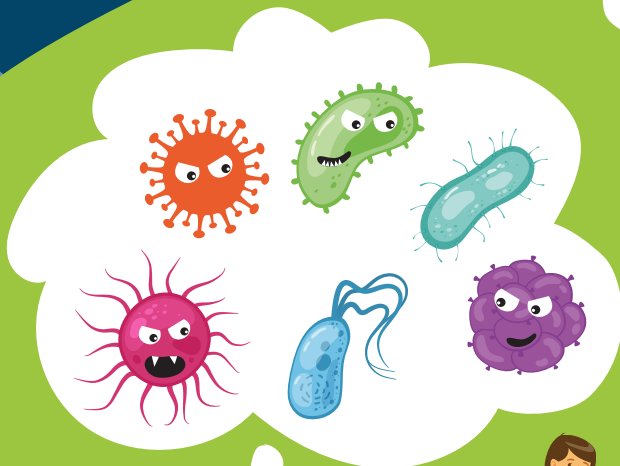
2 Αντιδρά

Αντιδρά, παράγοντας αντισώματα, όπως αν είχε εκτεθεί σε ζωντανά μικρόβια. Όμως υπάρχει μια διαφορά: **τα μικρόβια του εμβολίου δεν μπορούν να μας αρρωστήσουν!!**



3 Θυμάται

Το μαγικό είναι πως **αποκτούμε και πάλι ανοσία, όπως αν είχαμε αρρωστήσει πραγματικά.** Συνεπώς, αν τα μικρόβια αυτά μας μολύνουν ξανά, το ανοσοποιητικό μας σύστημα θα αμυνθεί, **χωρίς να αρρωστήσουμε!**



Δείτε ποιες λέξεις μπορείτε να φτιάξετε με τα γράμματα
από τις λέξεις: **ΕΜΒΟΛΙΑ = ΑΝΟΣΙΑ**



Η Ιστορία του πρώτου εμβολίου



Ο Έντουαρντ Τζένερ
και η Ευλογιά

FUN FACT #3

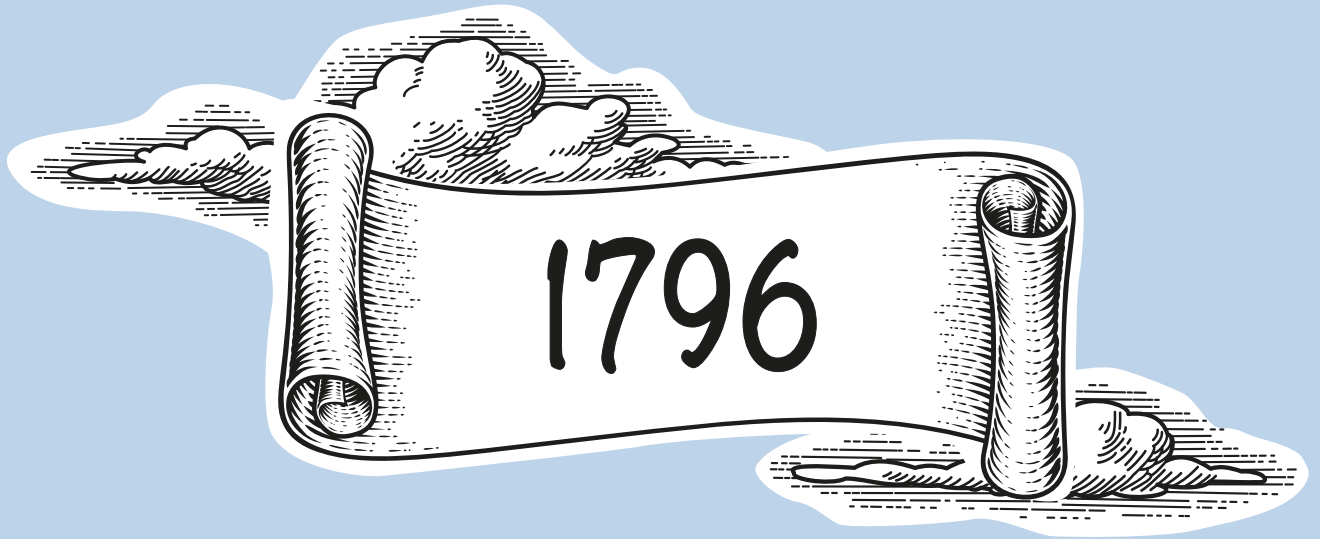
Ούτε με κιάλια!!! Τα τελευταία 60 χρόνια, τα εμβόλια βοήθησαν στην εξαφάνιση της ευλογιάς και πλησιάζουν στην εξάλειψη της πολιομυελίτιδας!



Τον **18° αιώνα**, υπήρχε μια τρομερή ασθένεια που ονομαζόταν **Ευλογιά** και σκότωνε το **10%** του πληθυσμού κάθε χρόνο.

Οι άνθρωποι ήταν τρομοκρατημένοι από αυτήν καθώς σκότωνε χωρίς διάκριση μεταξύ φύλου, ηλικίας, θρησκείας, τάξης ή φυλής!!





Το 1796, ο **Έντουαρτ Τζέννερ**, ένας γιατρός σε ένα μικρό χωριό στην Αγγλία, συναντούσε συχνά ασθενείς με ευλογιά.

Μια μέρα πήγε στο ιατρείο του μια κοπέλα η Σάρα Νέλμς.

Γεια σου Σάρα,
ποιο είναι το
πρόβλημα;

Γιατρέ
έχω πονοκέφαλο και
φυσαλίδες στο σώμα μου!
Νομίζω πως έχω
ευλογιά!





Που δουλεύεις Σάρα;

Δουλεύω σε φάρμα και αρμέγω αγελάδες

Μην ανησυχείς, αυτό που έχεις είναι **δαμαλίτιδα*** και δεν είναι κάτι σοβαρό!

***Δαμαλίτιδα:** ήπια εκδοχή της ευλογιάς που πλήττει τα βοοειδή

Ο γιατρός Τζένερ είχε προσέξει ότι **οι άνθρωποι που είχαν προσβληθεί από δαμαλίτιδα, δεν κολλούσαν ευλογιά**, πράγμα που συνέβαινε συχνά στους αγελαδοτρόφους και γαλακτοκόμους. Αποφάσισε λοιπόν να κάνει ένα πείραμα!

Ο Τζένερ πήρε λοιπόν υγρό από τις φυσαλίδες της Σάρα και το επάλειψε σε δύο μικρές επιφανειακές τομές στο μπράτσο του μικρού Τζέιμς Φίλιπς, του 8χρονου γιου του κηπουρού του, ο οποίος δέχτηκε να γίνει πειραμοτόζωο.



Τι να σκέφτεται άραγε ο μικρός Τζέιμς για όλα αυτά; Συμπλήρωσε τα συννεφάκια!



4 μέρες μετά ο μικρός Τζέιμς εμφάνισε συμπτώματα δαμαλίτιδας (πυρετό και εξανθήματα) **αλλά σύντομα έγινε καλά!**

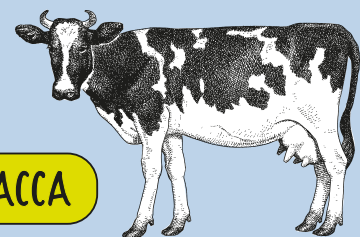
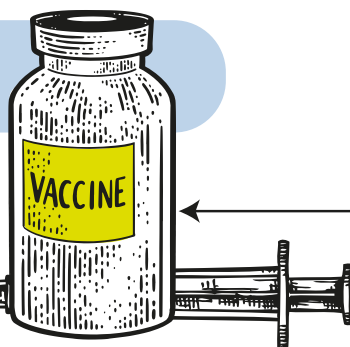


Ο Τζένερ δε δίστασε να επαναλάβει το πείραμα και σε άλλα παιδιά, μεταξύ των οποίων ήταν και ο ηλικίας 11 μηνών γιος του.

Μετά την επιτυχία του πειράματος, πολλοί άνθρωποι δέχτηκαν χωρίς δυσκολία, να τους εμβολιάσει κατά της ευλογιάς. Συμπλήρωσε τι μπορεί να σκέφτονταν!



Ο **Τζέννερ** ονόμασε αυτή την διαδικασία **vaccination** (εμβολιασμός) από την λατινική λέξη **vacca** που σημαίνει αγελάδα!



VACCA

1980



200 χρόνια μετά, το 1980

ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας ανακοίνωσε επίσημα ότι το όραμα του Τζέννερ, είχε επιτέλους γίνει πραγματικότητα!

Η ευλογία είχε εξαφανιστεί!!

Σήμερα πλέον κανείς δεν νοσεί από ευλογία και κανείς δεν χρειάζεται να κάνει εμβόλιο!

Για την ιστορία...

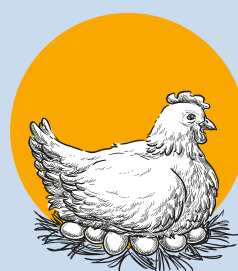


Το πρώτο εργαστηριακό εμβόλιο κατασκευάστηκε το 1879 ... για κοτόπουλα! Το 1879, ο **Luis Pasteur** μελετούσε τη χολέρα στα κοτόπουλα. Κατά τύχη, διαπίστωσε ότι κάνοντας ένεση στα κοτόπουλα με βακτήρια από παλαιότερα δείγματα, αυτά αρρώσταιναν με μια λιγότερο σοβαρή μορφή της ασθένειας!

Οι αγελάδες λοιπόν μας βοήθησαν να φτιάξουμε το εμβόλιο της **ευλογιάς**.



Τα κοτόπουλα μας βοηθούν να φτιάξουμε το εμβόλιο της **γρίπης** καθώς τα εμβόλια της γρίπης φτιάχνονται σε αυγά κοτόπουλου.

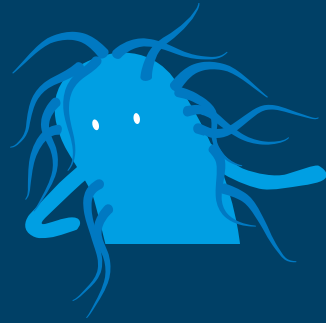


Σε γενικές γραμμές τα εμβόλια φτιάχνονται με πολλούς τρόπους:

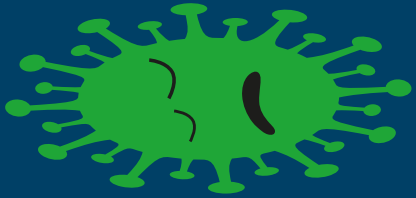
Με την χρήση
μέρους του ιού



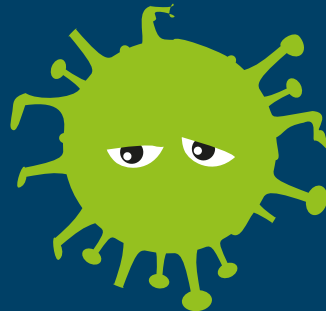
Με την χρήση μέρους
των βακτηρίων



Με την χρήση
νεκρού ιού/βακτηρίου



Με την χρήση ζωντανού,
εξασθενημένου ιού



Κάνουμε εμβόλια σε όλη τη διάρκεια της ζωής μας
για να μείνουμε υγιείς



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3

Από ποια Νοσήματα μας
προστατεύουν τα εμβόλια



3.1 Τέτανος, διφθερίτιδα, κοκκύτης, πολιομυελίτιδα

ΤΕΤΑΝΟΣ

- Προκαλείται από **βακτήριο** που εισέρχεται στον οργανισμό από **τραύματα ή πληγές**
- Προκαλεί σύσπαση των μυών και πόνο, συνήθως σε όλο το σώμα, και **μπορεί να οδηγήσει ακόμη και σε θάνατο**



ΚΟΚΚΥΤΗΣ

- Προκαλείται από βακτήριο
- Προκαλεί έντονο βήχα και δυσκολία στην κατάποση και την αναπνοή
- **Μπορεί να οδηγήσει σε πνευμονία, σπασμούς, εγκεφαλοπάθεια, και θάνατο, ιδιαίτερα στα μωρά**



ΔΙΦΘΕΡΙΤΙΔΑ

- Προκαλείται από βακτήριο και μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο.
- Προκαλεί πονόλαιμο, πυρετό και ρίγος.
- Αν δεν αντιμετωπισθεί σωστά, παράγει μια τοξίνη που **μπορεί να οδηγήσει σε παράλυση, καρδιακή ανεπάρκεια, ακόμη και σε θάνατο** (1 στους 10).



Το εμβόλιο για τις τρεις αυτές ασθένειες γίνεται σε 5 δόσεις έως την ηλικία των 4-6 ετών, με μια επαναληπτική δόση στην εφηβεία (11 με 12 ετών).



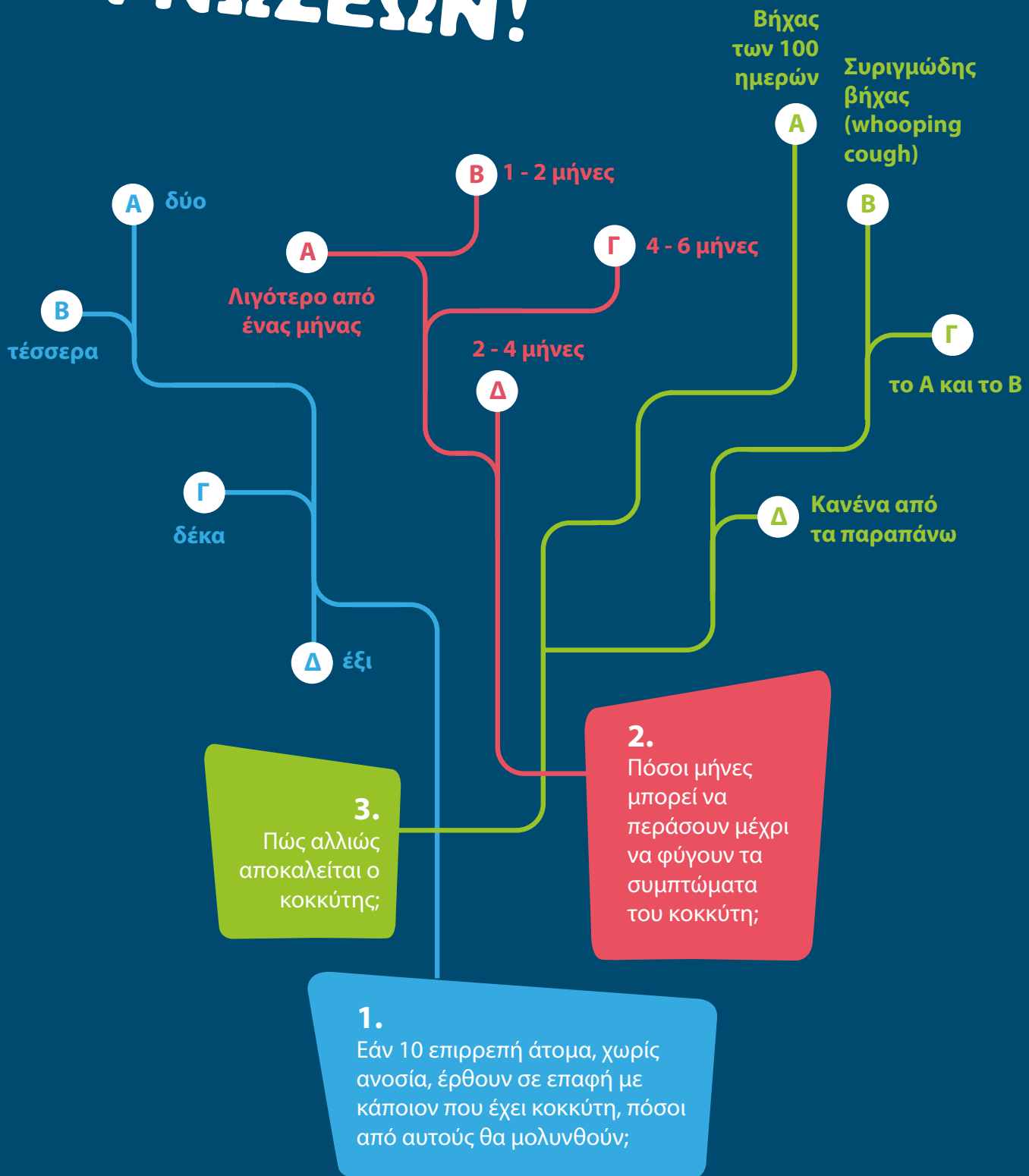
ΠΟΛΙΟΜΥΕΛΙΤΙΔΑ

- Προκαλείται από ιό που εισέρχεται στον οργανισμό από το στόμα.
- Συχνά, μπορεί να καταλήξει σε πολύ σοβαρή νόσο με επιπλοκές, όπως παράλυση των χεριών ή ποδιών.
- Μπορεί να οδηγήσει και στο θάνατο, λόγω παράλυσης των αναπνευστικών μυών.



Το εμβόλιο για την πολιομυελίτιδα γίνεται σε 4 δόσεις έως την ηλικία των 4-6 ετών.

ΠΑΙΧΝΙΑΔΙ ΓΝΩΣΕΩΝ!



1. Η σωστή απάντηση είναι το Γ. Ο κοκκύτης αποτελεί μία από τις πιο μεταδοτικές ασθένειες. Άρα είναι πιθανό να μολυνθούν και οι δέκα άνθρωποι. 2. Η σωστή απάντηση είναι το Γ. Ο βήχας από τον κοκκύτη μιλώνεται με τον καιρό σε συχλότητα τα συμπτώματα της μόλυνσης μπορεί να εκδηλωθούν για 4-6 μήνες. 3. Η σωστή απάντηση είναι και τα Α και Β. Τα αποτελέσματα της μόλυνσης από κοκκύτη μπορεί να πάρουν και 100 ημερών για να υποχωρήσουν. Ο αριθμός των ατόμων που βλάβη ο ασθενής να υπολογιστεί και να επηρεαστεί ο βήχας.

3.2 Αιμόφιλος τύπου Β



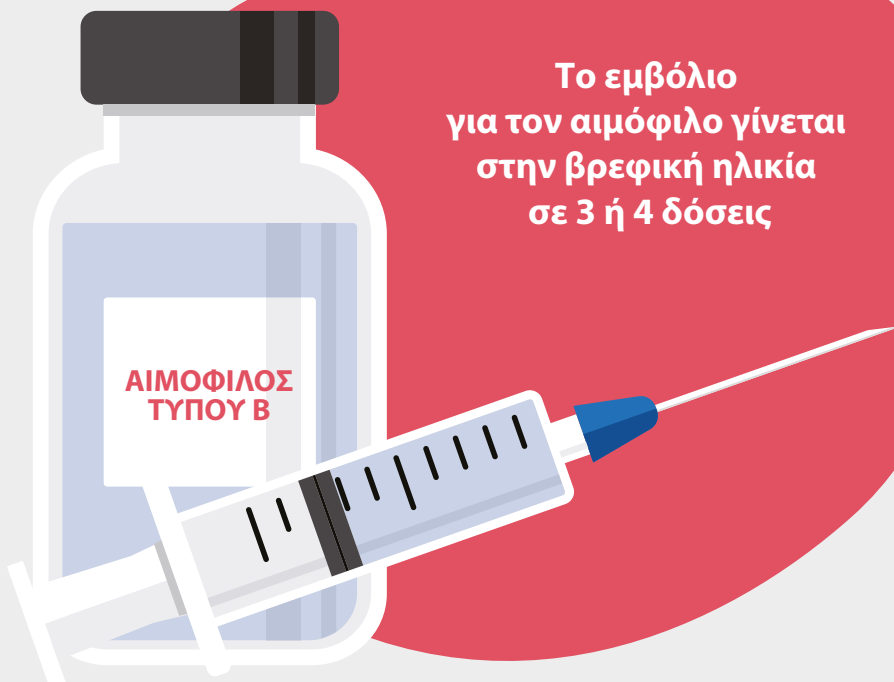
Προκαλείται
από βακτήριο

Αν το βακτήριο εισέλθει στο
αίμα, μπορεί να προκαλέσει
μηνιγγίτιδα, πνευμονία,
αρθρίτιδα και άλλα
προβλήματα

Πριν το εμβόλιο,
ο αιμόφιλος ήταν το κύριο
αίτιο μηνιγγίτιδας στα
μικρά παιδιά (<5 ετών)



1 στα 4 παιδιά υπέφερε
από μόνιμη εγκεφαλική
βλάβη και 1 στα 20
πέθαινε !



Το εμβόλιο
για τον αιμόφιλο γίνεται
στην βρεφική ηλικία
σε 3 ή 4 δόσεις

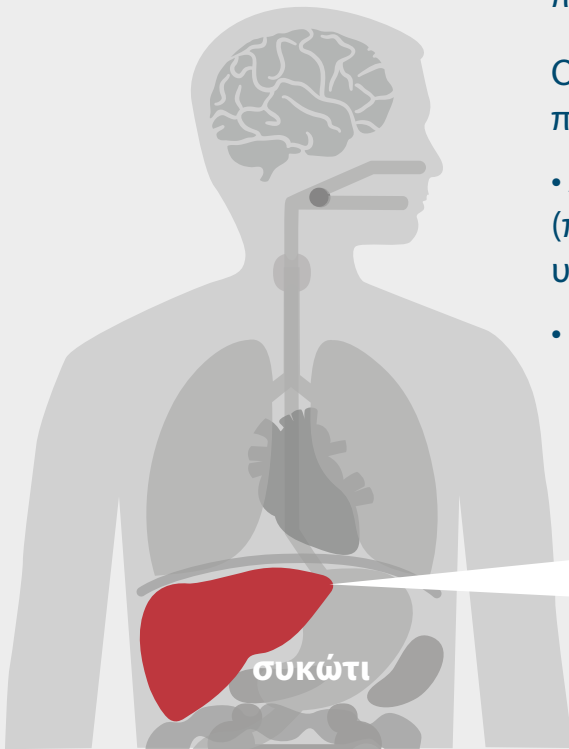
3.3 Ηπατίτιδες Α και Β

Ηπατίτιδα Α

Ασθένεια του ήπατος (συκώτι)
που οφείλεται σε ιό (HAV)

Ο ιός υπάρχει στα κόπρανα των ανθρώπων
που πάσχουν και μεταδίδεται πολύ εύκολα με:

- Άμεση στενή επαφή με τους ασθενείς
(π.χ. χρήση τουαλέτας χωρίς τήρηση κανόνων
υγιεινής/πλύσιμο χεριών)
- Κατανάλωση μολυσμένων τροφίμων και νερού



Η ηπατίτιδα Α μπορεί να προκαλέσει:

Συμπτώματα παρόμοια της γρίπης

Ίκτερο



Κόπωση



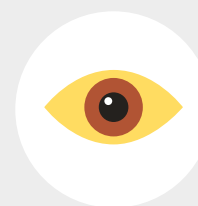
Μυαλγίες



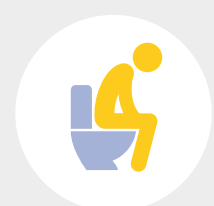
Εμετούς



Απώλεια
όρεξης



κίτρινο χρώμα
δέρματος και
οφθαλμών



Έντονο
στομαχικό πόνο
και διάρροιες



Στα μεγάλα παιδιά και τους εφήβους
(>12 ετών) η νόσος μπορεί να
εξελιχθεί πολύ πιο σοβαρά



Κάνε το εμβόλιο κατά της ηπατίτιδας
Α σε 2 δόσεις με μεσοδιάστημα 6-12
μηνών μεταξύ των δόσεων

Ηπατίτιδα Β

Σοβαρή ασθένεια του ήπατος (συκώτι) που προκαλείται από ιό (HBV)

Η ηπατίτιδα Β προκαλεί συμπτώματα όπως:



απώλεια
όρεξης



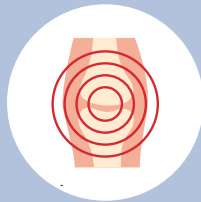
έντονη
κόπωση



διάρροια



εμετούς



πόνος στις
αρθρώσεις



πόνος στους
μύες και στο
στομάχι



- Μπορεί να προκαλέσει ίκτερο
- Μπορεί να οδηγήσει σε «χρόνια ηπατίτιδα», με σοβαρά αποτελέσματα, όπως: σοβαρή ηπατική βλάβη (κίρρωση του ήπατος), καρκίνο του ήπατος και θάνατο

Η Ηπατίτιδα Β μεταδίδεται με:



Σεξουαλική επαφή
με άτομο που έχει τον ιό,
χωρίς τις απαιτούμενες
προφυλάξεις



**Χρήση μολυσμένης
σύριγγας** από χρήστες
παράνομων ουσιών
(ναρκωτικών)



Τρύπημα βελόνας
μολυσμένης σύριγγας
σε επαγγελματίες
υγείας



Κατά τον τοκετό,
από πάσχουσα
μητέρα στο νεογνό



Χρειάζεσαι τρεις δόσεις εμβολίου, αν δεν τις έχεις ήδη κάνει

ΠΑΙΧΝΙΑΔΙ ΓΝΩΣΕΩΝ!



1. Ποια εμβόλια χρειάζονται να κάνουν οι έφηβοι;

Β. Το εμβόλιο MMR και το εμβόλιο ενάντια στην ηπατίτιδα Β

Γ. Τα εμβόλια ενάντια στην ανεμοβλογιά και στον ροταϊό

Α. Τα εμβόλια ενάντια στον μηνιγγιτιδόκοκκο, στον HPV, στον τέτανο/κοκκύτη και στην γρίπη

Δ. Τα εμβόλια ενάντια στην ηπατίτιδα Α και στον πνευμονιόκοκκο



3. Ποια εταιρεία ανέπτυξε ένα σύστημα που βοηθά να εντοπίζονται τα ίχνη των υπόπτων της γρίπης;



Google



Microsoft



2. Ποια ασθένεια που μπορεί να προληφθεί με εμβολιασμό διατρέχουν τον κίνδυνο να κολλήσουν οι έφηβοι, τα νεαρά άτομα και κυρίως οι πρωτοετείς φοιτητές;



4. Ποιος ιός προκαλεί πρήξιμο των αδένων του κεφαλιού και του λαιμού, κάνοντας συχνά τα μολυσμένα άτομα να μοιάζουν με σκιουράκια;

B. Ο ιός της παρωτίτιδας

A. Ο ιός της ιλαράς

A. Μόλυνση από μηνιγγιτιδόκοκκο

B. Ερυθρά

Γ. Ο ιός της γρίπης

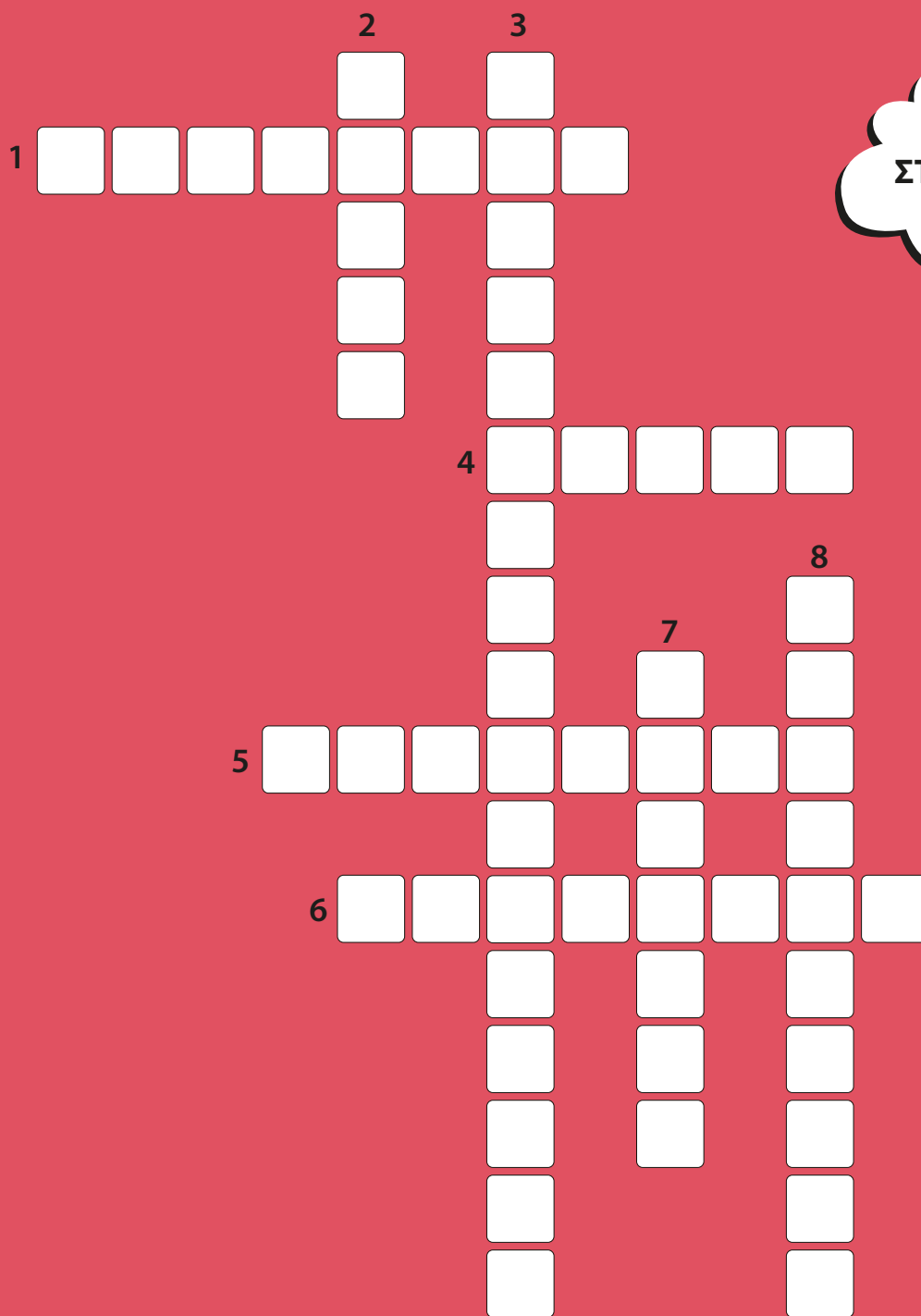
Γ. Μόλυνση από πνευμονιόκοκκο

Δ. Ιλαρά

Απαντήσεις

1. Η σωστή απάντηση είναι το Α. Οι έφηβοι και οι πρωτοετείς φοιτητές είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι στην ερυθρά, μια δόση του εμβολίου Tdap και μία δόση του εμβολίου ενάντια στον HPV, μία δόση του εμβολίου Tdap και μία δόση του εμβολίου μηνιγγιτιδόκοκκου. Οι πρωτοετείς φοιτητές και οι φοιτητές που επιστρέφουν από ταξίδια σε χώρες που υπάρχουν μηνιγγιτιδόκοκκοι είναι ιδιαίτερα ευάλωτοι στην ερυθρά. Η Google δημοσίευσε το Google-Trends για να αναφορηθεί για το ενδιαφέρον της κοινότητας σχετικά με τη γρίπη, εφαρμογή που βασίζεται σε αναζητήσεις στο ίντερνετ. 4. Η σωστή απάντηση είναι το B. Ο ιός της παρωτίτιδας προσβάλλει τους σιεαλόγλους αδένες στο 35% περίπου των παιδιών που γεννιούνται χωρίς ιατρική περίθαλψη. Ο ιός της παρωτίτιδας προκαλεί πρήξιμο των αδένων του κεφαλιού και του λαιμού, κάνοντας συχνά τα μολυσμένα άτομα να μοιάζουν με σκιουράκια.

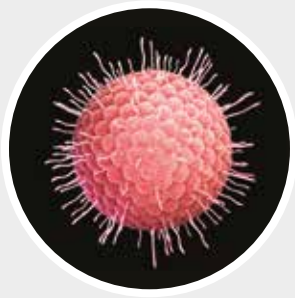




- 1** Ασθένεια που προλαμβάνεται με εμβόλιο, με έντονο και χαρακτηριστικό βήχα, που είναι επικίνδυνη για τα μικρά βρέφη.
- 2** Ασθένεια που προλαμβάνεται με εμβόλιο και σκοτώνει σχεδόν όποιον μολύνει.
- 3** Επιθετικό μικρόβιο, για το οποίο υπάρχουν εμβόλια, που μπορεί να προκαλέσει θάνατο σε ώρες μετά την μόλυνση.

- 4** Ασθένεια που, εκτός από τον άνθρωπο, μολύνει και ζώα (πουλιά, γουρούνια, άλογα, σκύλους, γάτες, θαλάσσια θηλαστικά).
- 5** Η παγκόσμια επιδημία.
- 6** Όλοι οι μικροοργανισμοί σε μια λέξη.
- 7** Μας προστατεύουν από πολλές επικίνδυνες και μεταδοτικές ασθένειες.
- 8** Ασθένεια που επηρεάζει το συκώτι και μεταδίδεται από την τροφή (2 λέξεις).

3.4 Ανεμευλογία



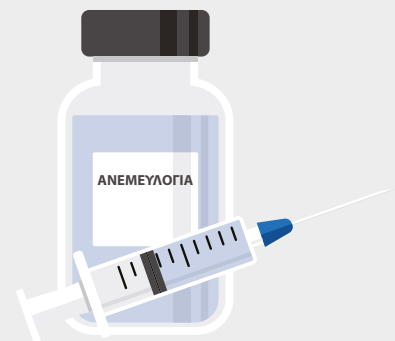
Μια κοινή παιδική αρρώστια, που προκαλείται από ιό (VZV).

- Συνήθως είναι ήπια, αλλά μπορεί να εξελιχθεί σε σοβαρή νόσο, ιδιαίτερα σε βρέφη ή ενήλικες
- Μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο με τον αέρα ή με άμεση επαφή με τα υγρά των φυσαλίδων του δέρματος
- Προκαλεί εξάνθημα, έντονο κνησμό (φαγούρα), πυρετό και κόπωση



Μπορεί να έχει επιπλοκές, όπως: Σοβαρή δερματική λοίμωξη, μόνιμες ουλές, πνευμονία, εγκεφαλίτιδα και θάνατο, σε ακραίες περιπτώσεις.

Άτομα που έχουν περάσει ανεμευλογία, μπορούν να εμφανίσουν μετά από αρκετά χρόνια επώδυνο εξάνθημα στο σώμα (έρπητας ζωστήρας)



Το εμβόλιο κατά της ανεμευλογιάς χορηγείται σε δυο δόσεις, με διαφορά 1 μηνός

3.5 Ιλαρά – Ερυθρά – Παρωζίτιδα (MMR)

ΙΛΑΡΑ

Παιδική ασθένεια που προκαλείται από ιούς

- Συνήθως δεν είναι σοβαρή, ωστόσο μπορεί να δημιουργήσει προβλήματα σε εφήβους και ενήλικες
- Ο ιός της ιλαράς μεταδίδεται εξαιρετικά εύκολα.
- Προκαλεί: Υψηλό πυρετό, ερεθισμό στα μάτια, φαρυγγίτιδα, συνάχι και ξηρό βήχα. Ακολουθεί εξάνθημα που διαρκεί 5-6 μέρες.
- **Σοβαρές επιπλοκές:** εγκεφαλίτιδα, πνευμονία, μέση ωτίτιδα. Στους εφήβους η εγκεφαλίτιδα μπορεί να οδηγήσει σε θάνατο.



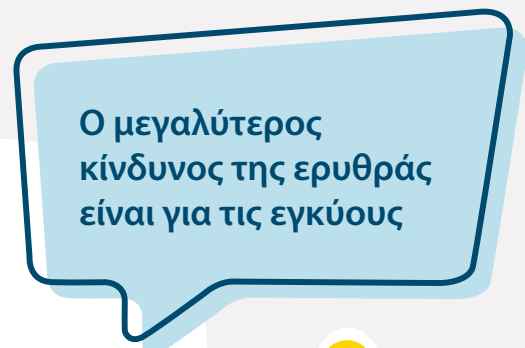
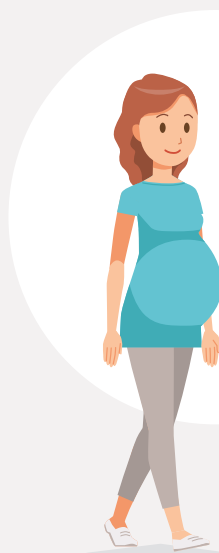
ΕΡΥΘΡΑ

Οφείλεται σε ιό και είναι συνήθως ήπια.

- Προκαλεί πυρετό, κούραση, συνάχι και ανορεξία. Ακολουθεί εξάνθημα, ενώ χαρακτηριστικό είναι και το πρήξιμο των λεμφαδένων στο πίσω μέρος του λαιμού.
- **Η συχνότερη επιπλοκή** της ερυθράς είναι η αρθρίτιδα (δάκτυλα, καρποί, γόνατα), ενώ πιο σπάνια παρατηρείται αιμορραγία και πολύ σοβαρή εγκεφαλίτιδα που μπορεί να οδηγήσει στο θάνατο.

Η συγγενής ερυθρά

προσβάλλει τα έμβρυα εγκύων γυναικών (80%) και είναι πολύ σοβαρή. Το έμβρυο μετά τη γέννηση μπορεί να παρουσιάσει χαμηλό βάρος, νευρολογικά, οφθαλμολογικά και καρδιακά προβλήματα, βλάβες στα κόκκαλα και κώφωση.



ΠΑΡΩΤΙΤΙΔΑ

Οφείλεται στον ιό της παρωτίτιδας και ήταν πολύ συνηθισμένη παιδική ασθένεια γνωστή ως "μαγουλάδες".

Συνήθως προκαλεί ήπια νόσο: Χαμηλό πυρετό, ανορεξία, κόπωση, πονοκέφαλο και μυαλγίες.



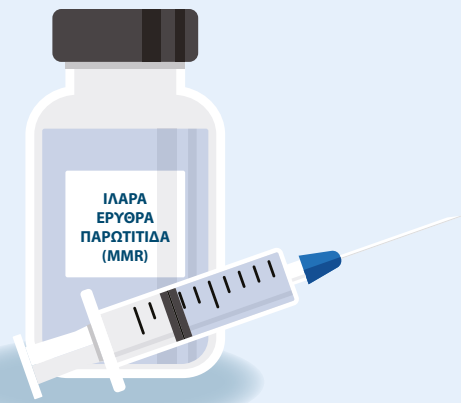
Ακολουθεί πόνος στο ένα ή και στα δύο αυτιά και διόγκωση μίας ή και των δύο παρωτίδων (αδένων του προσώπου στα μάγουλα). Στη φάση αυτή υπάρχει υψηλός πυρετός.



Η παρωτίτιδα μπορεί να προκαλέσει μηνιγγίτιδα (1 στα 10 παιδιά), εγκεφαλίτιδα ή κόπωση (1 στα 20.000 παιδιά) ή **ακόμη και θάνατο** (1 στα 10.000 παιδιά)

Επιπλοκή αποτελεί η προσβολή των όρχεων και η υπογονιμότητα (13%)

Σιγουρέψου ότι έχεις κάνει δύο δόσεις του εμβολίου για τις 3 αυτές ασθένειες!



ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΓΝΩΣΕΩΝ!



1 Ποια ασθένεια που μπορεί να προληφθεί με εμβολιασμό μεταδίδεται από άτομο σε άτομο μέσα από την επαφή με αίμα ατόμου που έχει μολυνθεί;

A Ανεμοβλογιά

B HPV

Γ Ηπατίτιδα Β

Δ Γρίπη

3 Τι από τα παρακάτω ισχύει στην ηπατίτιδα Β αλλά όχι στην ηπατίτιδα Α;



A Προσβάλλει το συκώτι

B Προκαλεί χρόνιες μολύνσεις

Γ Μεταδίδεται με το αίμα

Δ Το Β και το Γ

2 Ποια από τις παρακάτω δραστηριότητες δεν συμβάλλει στη μετάδοση του ιού της ηπατίτιδας Β;

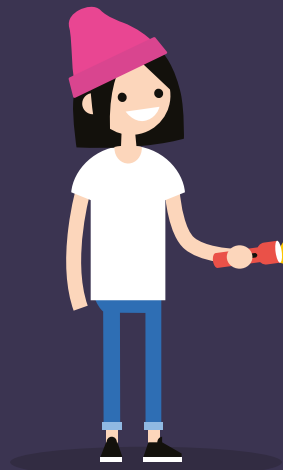
A Το να μοιράζεται κανείς προσωπικά αντικείμενα, όπως πετσέτες προσώπου, ξυραφάκια ή οδοντόβουρτσες, με κάποιον που έχει μολυνθεί

B Η σεξουαλική επαφή με κάποιον που έχει μολυνθεί



Γ Το να κάνει κανείς τατουάζ

Δ Ο θηλασμός



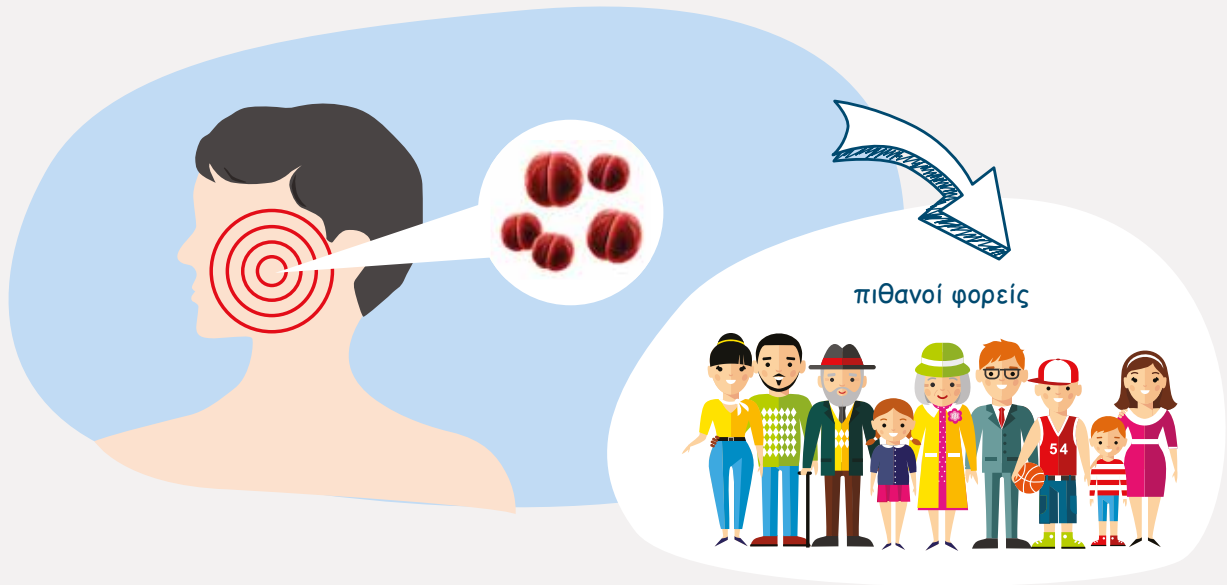
1. Η σωστή απάντηση είναι το Γ. Το αίμα ενός ατόμου μολυσμένου με ηπατίτιδα Β, τυπικά, περιέχει πολύ υψηλές ποσότητες του ιού. Γι' αυτό, οι υπολοίποι μπορεί να μολυνθούν μέσω της επαφής με μικρές ποσότητες αίματος, αφράδες στο γυμνάσιό, όπως στις ποδοσφαιρικές προόδους και στις οδοστρώματα. **2. Η σωστή απάντηση είναι το Δ.** Επειδή το αίμα ενός ατόμου με ηπατίτιδα Β έχει τόσο υψηλά επίπεδα μολυσσης από τον ιό της ηπατίτιδας Β, ακόμη και η απλή επαφή, όπως το μοίρασμα καβερτζών οδοντοβουρτσών ή το ξυραφάκι, μπορεί να εκθέσει τον χρήστη σε ποσότητα αρκετή για να μολυνθεί.

3. Η σωστή απάντηση είναι το Δ. Παρ' όλο που και οι δύο πρόβαλλόμενοι το συκώτι, μόνο ο ιός της ηπατίτιδας Β μεταδίδεται μέσω αιματός και προκαλεί χρονικές λοιμώξεις. Αντίθετα, η ηπατίτιδα Α μεταδίδεται μέσω μολυσμένου φαγητού ή υδατοπαρακαλίων.

**ΣΩΣΤΕΣ
ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ**

3.6 Μηνιγγίτιδα

Οφείλεται σε βακτήρια (μηνιγγοδοκοκκοί) που υπάρχουν στο πίσω μέρος της μύτης και του φάρυγγα. **Άτομα οποιασδήποτε ηλικίας μπορούν να έχουν τα βακτήρια αυτά** χωρίς να αρρωστήσουν, να είναι δηλαδή φορείς.



Κάτω από ορισμένες συνθήκες, οι οποίες δεν έχουν εξακριβωθεί πλήρως, **ο μηνιγγοδοκοκκός είναι δυνατόν να «ξεπεράσει» την άμυνα του οργανισμού** και να προκαλέσει προβλήματα.

Η μετάδοση γίνεται μόνο με άμεση επαφή:



Ο μηνιγγιτιδόκοκκος είναι το κυριότερο αίτιο της μηνιγγίτιδας σε μικρά παιδιά και εφήβους. **Τα συμπτώματα της μηνιγγίτιδας μπορεί να είναι:**



Έντονος πονοκέφαλος



Υψηλός πυρετός



Αυχενική δυσκαμψία



Πόνος στις αρθρώσεις



Ζαλάδα ή σύγχυση



Υπνηλία



Φωτοφοβία



Χαρακτηριστικό εξάνθημα
«κόκκινων κηλίδων»



Κώμα



Στη χώρα μας κυκλοφορούν εμβόλια για την ορομάδα C μια δόση του εμβολίου σε ηλικία 12 μηνών και εμβόλια για τις ορομάδες A, C, W-135, Y το οποίο συνιστάται να γίνεται σε όλους τους εφήβους σε ηλικία 11-12 ετών

Ακόμη, είναι διαθέσιμα εμβόλια για την ορομάδα B με δυνατότητα να προστασίας από τη σοβαρή μηνιγγίτιδα τύπου B

ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΓΝΩΣΕΩΝ!

Ποιες ασθένειες που μπορούν να προληφθούν με εμβολιασμό μεταδίδονται με τα σταγονίδια που αιωρούνται στον αέρα;



Η σωστή απάντηση είναι το Γ. Οι ιοί της ιλαράς και της ανεμοβλογιάς μεταδίδονται με σωματίδια που αιωρούνται στον αέρα. Ο κοκκύτης και η ευλογιά μεταδίδονται με σταγονίδια που αιωρούνται στον αέρα.

ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ

3.7 Ιός Ανθρωπίνων Θηλωμάτων (HPV)

Ευθύνεται για τον καρκίνο του τραχήλου της μήτρας στις γυναίκες, καθώς και για τα κονδυλώματα των γεννητικών οργάνων και ένα ποσοστό καρκίνου του στοματοφάρυγγα και άλλων καρκίνων γεννητικής περιοχής σε γυναίκες και άνδρες.

Ο HPV είναι πολύ συχνός

Μεταδίδεται πολύ εύκολα, με επαφή με τη γεννητική περιοχή (χωρίς απαραίτητα να υπάρχει σεξουαλική επαφή)

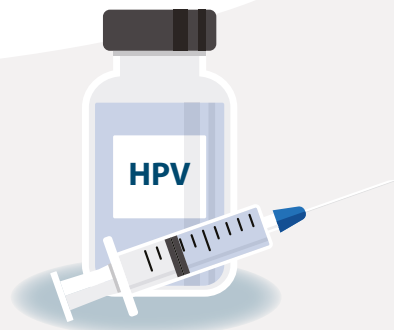
Η χρήση προφυλακτικού μπορεί να μειώσει το κίνδυνο μόλυνσης, ωστόσο **δεν προστατεύει ΑΠΟΛΥΤΑ**



Ο πιο αποτελεσματικός τρόπος προστασίας από τον ιό των Ανθρώπινων Θηλωμάτων **είναι ο εμβολιασμός**, καθώς η λοίμωξη από τον ιό δεν μπορεί να προληφθεί με κανένα άλλο τρόπο. **Κυκλοφορούν ασφαλή εμβόλια για το σκοπό αυτό**



Προτίμησε να κάνεις το εμβόλιο αυτό στην ηλικία των 12-15 ετών. Στην ηλικία αυτή το εμβόλιο γίνεται σε δύο δόσεις με μεσοδιάστημα 6 μηνών.



Εάν είσαι αγόρι μπορείς να εμβολιαστείς εάν το επιθυμείς.

3.8 Γρίπη

Μεταδίδεται πολύ εύκολα και οφείλεται στον ιό της Γρίπης.

Προσβάλλει ανθρώπους όλων των ηλικιών και συνήθως τα συμπτώματα διαρκούν λίγες ημέρες, κυρίως το χειμώνα.

Προκαλεί:

Πυρετό, πονόλαιμο, ρίγος, έντονη κούραση, βήχα, συνάχι, πονοκέφαλο, μυαλγίες



Μπορεί να είναι επικίνδυνος ιός για ανθρώπους με καρδιακά ή αναπνευστικά προβλήματα, και μπορεί να προκαλέσει πνευμονία, ιγμορίτιδα ή καρδιακά προβλήματα.

Στα παιδιά μπορεί να προκαλέσει υψηλό πυρετό και σπασμούς.



Η γρίπη προκαλεί περισσότερους θανάτους κάθε χρόνο από οποιοδήποτε άλλο νόσημα που προλαμβάνεται από εμβόλιο. Αυτό αφορά κυρίως ηλικιωμένους, αλλά και παιδιά.



Φρόντισε να εμβολιαστείς
τον Οκτώβριο ή το αργότερο Νοέμβριο
Έτσι, θα έχεις προστασία κατά τη
διάρκεια των μηνών με τη μεγαλύτερη
πιθανότητα προσβολής από τον ιό της
γρίπης (Δεκέμβριος-Μάιος)



ΠΑΙΧΝΙΔΙ ΓΝΩΣΕΩΝ!

Βρες την πόρτα που
ανοίγει σε όλες τις
σωστές απαντήσεις!

A

B

Γ

Δ

1. Πώς μπορεί να μεταδοθεί η γρίπη;

- A** Με το βήχα και το φτέρνισμα
- B** Αγγίζοντας τα μάτια, τη μύτη και το στόμα με χέρια που δεν είναι καθαρά
- Γ** Αγγίζοντας αντικείμενα που φέρουν πάνω τους τον ιό και χωρίς να πλύνουμε μετά τα χέρια
- Δ** Όλα τα παραπάνω

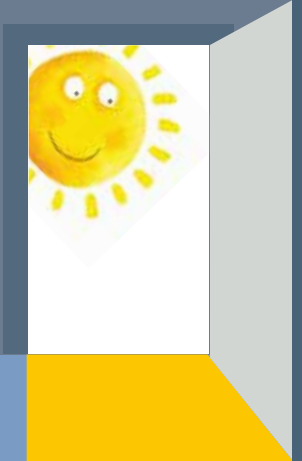
2. Ποια άτομα δεν πρέπει να κάνουν το εμβόλιο της γρίπης;

- A** Κανένα από τα παρακάτω
- B** Άτομα αλλεργικά στο αβγό
- Γ** Όλα τα παραπάνω
- Δ** Βρέφη κάτω των 6 μηνών

3. Ποια από τα παρακάτω βοηθούν στη μείωση της μετάδοσης της γρίπης;

- A** Το πλύσιμο των χεριών
- B** Ο εμβολιασμός
- Γ** Η παραμονή στο σπίτι όταν είμαστε άρρωστοι
- Δ** Όλα τα παραπάνω





Σημείωσε την απάντησή σου



·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι
·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι

3. Η σωστή απάντηση είναι το Δ.

·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι
·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι
·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι

·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι
·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι
·δημοσιολογείτε ο και
πρόσβαση να είναι
και η να είναι

ΣΩΣΤΕΣ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ

Πνευμονιόκοκκος

Η λοίμωξη με το βακτήριο (*Streptococcus pneumoniae*) μπορεί να προκαλέσει σοβαρή νόσο. Πιο συχνά παρατηρείται τον χειμώνα και νωρίς την άνοιξη και μεταδίδεται από άνθρωπο σε άνθρωπο μέσω στενής επαφής (κυρίως με τα σταγονίδια του στόματος)

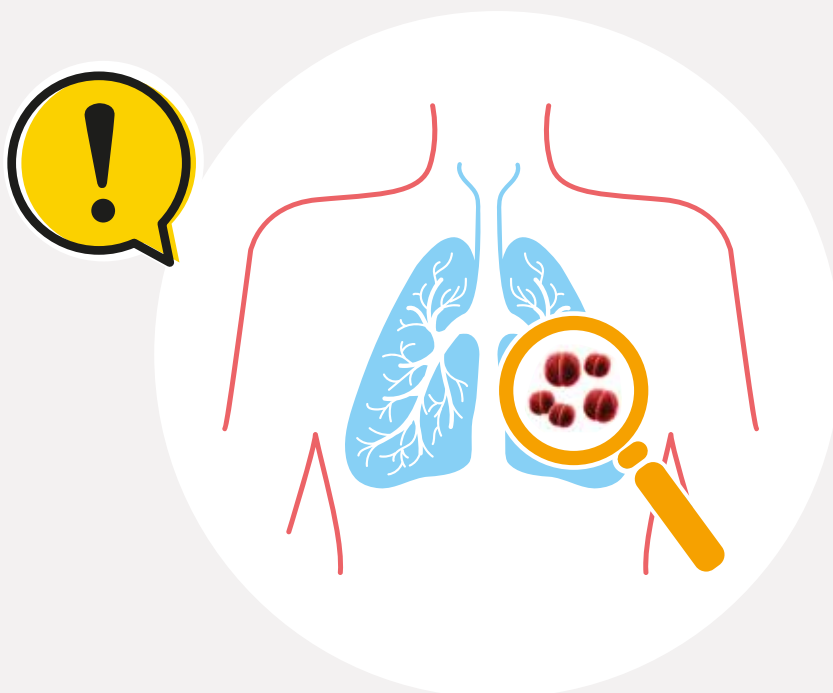
Οι σοβαρότερες εκδηλώσεις είναι:

- πνευμονία
- μηνιγγίτιδα (που μπορεί να οδηγήσει σε κώφωση)
- βακτηραιμία (δηλαδή, κυκλοφορία του μικροβίου στο αίμα)

Υπάρχουν δύο τύποι εμβολίου για τον πνευμονιόκοκκο:

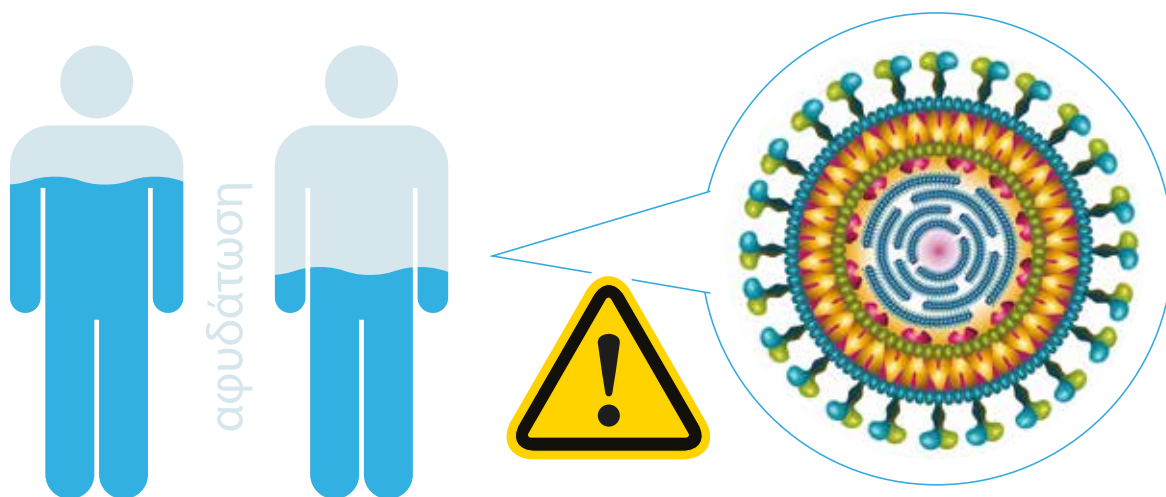
- πνευμονιοκοκκικό συζευγμένο (13 ορότυποι), για βρέφη και μικρά παιδιά, αλλά δεν είναι απαραίτητο για εφήβους και ενήλικες.
- πνευμονιοκοκκικό πολυσακχαριδικό εμβόλιο, το οποίο προστατεύει από 23 ορότυπους του μικροβίου και πρέπει να γίνεται απαραίτητως σε εφήβους με αναπνευστικά και καρδιολογικά προβλήματα, αιματολογικά νοσήματα, παθήσεις των νεφρών, διαβήτη ή με εξασθενημένη άμυνα του οργανισμού - οι οποίοι κινδυνεύουν περισσότερο να προσβληθούν από σοβαρή πνευμονιοκοκκική νόσο

Φρόντισε να εμβολιαστείς αν ανήκεις στις παραπάνω ομάδες

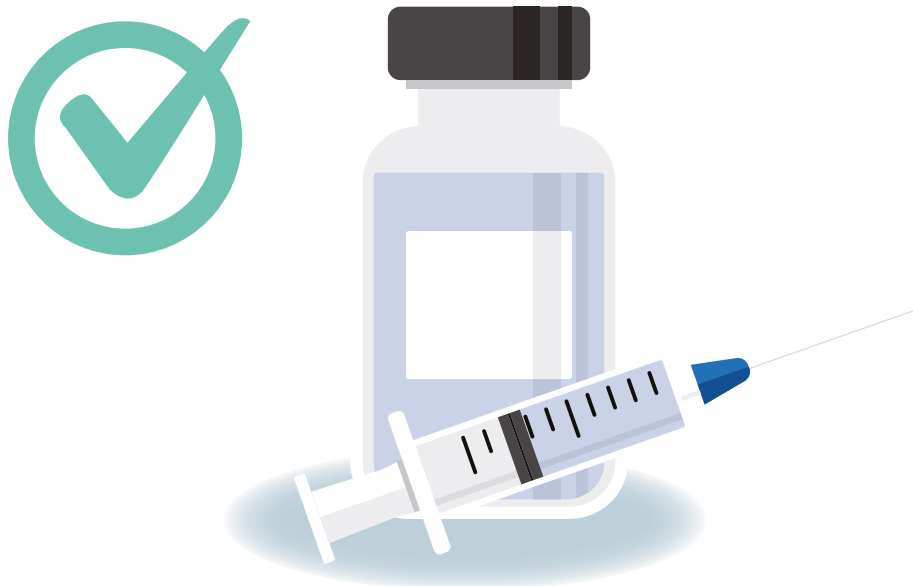


Ροτα ιός

Προκαλεί συμπτώματα γαστρεντερίτιδας σε μικρά παιδιά (εμετούς και διάρροιες) – μερικές φορές τόσο έντονα που μπορεί να οδηγήσουν σε αφυδάτωση, ειδικότερα στα πολύ μικρά βρέφη (<6 μηνών).



Υπάρχουν και άλλα εμβόλια που κυκλοφορούν στην χώρα μας και γίνονται σε ειδικές περιπτώσεις όπως της φυματίωσης, της λύσσας, του κίτρινου πυρετού, του τυφοειδούς πυρετού, της χολέρας, της εγκεφαλίτιδας από κρότωνες κ.α.



ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

Αλήθειες & Μύθοι για τα Εμβόλια





Τα εμβόλια είναι ασφαλή.

ΑΛΗΘΕΙΑ:

Για να κυκλοφορήσει ένα εμβόλιο απαιτείται διεξοδική αξιολόγηση και

- έλεγχο για να είναι σίγουρο ότι είναι και ασφαλές και αποτελεσματικό.
- Κάθε παρτίδα εμβολίου ελέγχεται ξεχωριστά.

Μετά την κυκλοφορία του, ο ΠΟΥ συνεχίζει να παρακολουθεί το εμβόλιο και τυχόν σοβαρές παρενέργειες που αναφέρονται, διερευνώνται διεξοδικά.

Τα συμπτώματα και οι επιπλοκές των ασθενειών είναι χειρότερα από τις παρενέργειες των εμβολίων.

ΑΛΗΘΕΙΑ:

- Στην πλειοψηφία των περιπτώσεων, οι παρενέργειες από τα εμβόλια είναι ελάχιστες (πόνος στο σημείο της ένεσης ή ελαφρύς πυρετός). Ναι, κάποια εμβόλια μπορεί να έχουν σοβαρές παρενέργειες, αλλά είναι εξαιρετικά σπάνιες και ένα εμβόλιο είναι σχεδόν αδύνατον να προκαλέσει θάνατο.

- Πριν από τα εμβόλια, εκατομμύρια παιδιά νοσούσαν από ιλαρά, πολιομυελίτιδα, κοκκύτη και άλλες σοβαρές ασθένειες κάθε χρόνο. Χιλιάδες πέθαιναν ή πάθαιναν σοβαρές ζημιές.



ΜΥΘΟΣ: Οι ασθένειες που μπορούν να προληφθούν από εμβόλια έχουν σχεδόν εξαλειφθεί στη χώρα μου, επομένως δεν υπάρχει λόγος να συνεχίσουμε τον εμβολιασμό.

Η ΑΛΗΘΕΙΑ είναι ότι: Οι ασθένειες που μπορούν να προληφθούν από εμβόλια μπορεί να έχουν γίνει ασυνήθιστες στη χώρα μας, αλλά εξακολουθούν να υπάρχουν σε πολλές άλλες χώρες. Πολύς κόσμος μετακινείται συνεχώς σε όλον τον πλανήτη και μπορεί κάποιες ασθένειες να μεταφερθούν!

ΜΥΘΟΣ: Ένα παιδί μπορεί να αρρωστήσει από το εμβόλιο.

Η ΑΛΗΘΕΙΑ είναι ότι:

- Είναι εξαιρετικά απίθανο.
- Τα περισσότερα εμβόλια περιέχουν απενεργοποιημένα (νεκρά) μικρόβια ή τμήματά τους και δεν είναι δυνατόν να προκληθεί ασθένεια από το εμβόλιο.
- Μερικά εμβόλια περιέχουν ζωντανούς οργανισμούς και μπορεί να μας προκαλέσουν λίγα από τα συμπτώματα της νόσου. Το εμβόλιο της ανεμοβλογιάς, για παράδειγμα, μπορεί να προκαλέσει ήπιο εξάνθημα. Αυτό δεν είναι σοβαρό και πραγματικά μας δείχνει ότι το εμβόλιο λειτουργεί.



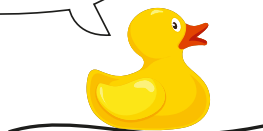
Δεν φτάνει απλώς η σωστή υγιεινή και η καθαριότητα για να μην εξαπλωθούν οι ασθένειες.

ΑΛΗΘΕΙΑ:

- Πολλές λοιμώξεις μπορούν να εξαπλωθούν ανεξάρτητα από το πόσο καθαροί είμαστε.
- Εάν οι άνθρωποι δεν εμβολιάζονται, ασθένειες που έχουν γίνει ασυνήθιστες, όπως η πολιομυελίτιδα και η ιλαρά, θα επανεμφανιστούν γρήγορα.



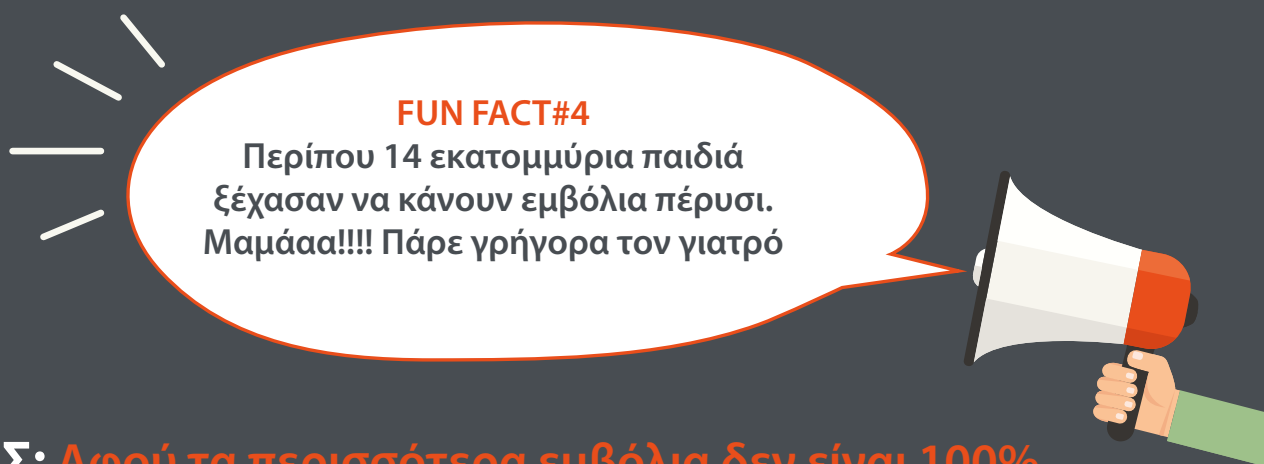
Δεν φτάνει η καθαριότητα...!



ΜΥΘΟΣ: Κάποια εμβόλια περιέχουν πολλά διαφορετικά μικρόβια. Αυτό μπορεί να προκαλέσει περισσότερες ανεπιθύμητες ενέργειες και μπορεί να υπερφορτώσει το ανοσοποιητικό μας σύστημα.

Η ΑΛΗΘΕΙΑ είναι ότι:

- Επιστημονικά στοιχεία δείχνουν ότι η χορήγηση πολλών εμβολίων ταυτόχρονα δεν έχει αρνητική επίδραση στο ανοσοποιητικό σύστημα ενός παιδιού.
- Μέσα από την αναπνοή και το φαγητό, καθημερινά ερχόμαστε σε επαφή με αρκετές εκατοντάδες ξένες ουσίες που προκαλούν ανοσολογική απάντηση.
- Ένα παιδί εκτίθεται σε πολύ περισσότερα μικρόβια από το κοινό κρυολόγημα ή τον πονόλαιμο από ό, τι από τα εμβόλια.
- Τα συνδυασμένα εμβόλια:
 - εξοικονομούν χρόνο και χρήματα (λιγότερες επισκέψεις στον ιατρό)
 - μείωση της ταλαιπωρίας για το παιδί με λιγότερες ενέσεις.
 - Αύξηση της πιθανότητας το παιδί να λάβει όλα του τα εμβόλια.



ΜΥΘΟΣ: Αφού τα περισσότερα εμβόλια δεν είναι 100% αποτελεσματικά, τότε δεν χρειάζεται να τα κάνουμε.

Η ΑΛΗΘΕΙΑ είναι ότι:

- Είναι αλήθεια ότι τα εμβόλια δεν είναι αποτελεσματικά 100%, αλλά αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να τα παραλείψουμε.
- Τα περισσότερα εμβόλια προστατεύουν από ασθένειες 85% έως 99% και ο εμβολιασμός είναι ο καλύτερος τρόπος για την αποφυγή αυτών των ασθενειών.
- Επιπλέον, για ορισμένες αρρώστιες, κάνοντας το εμβόλιο, πετυχαίνεις να αρρωστήσεις λιγότερο σοβαρά, αν κολλήσεις.

ΜΥΘΟΣ: Δεν χρειάζεται να εμβολιαστώ γιατί όλα τα άλλα παιδιά γύρω μου είναι εμβολιασμένα.

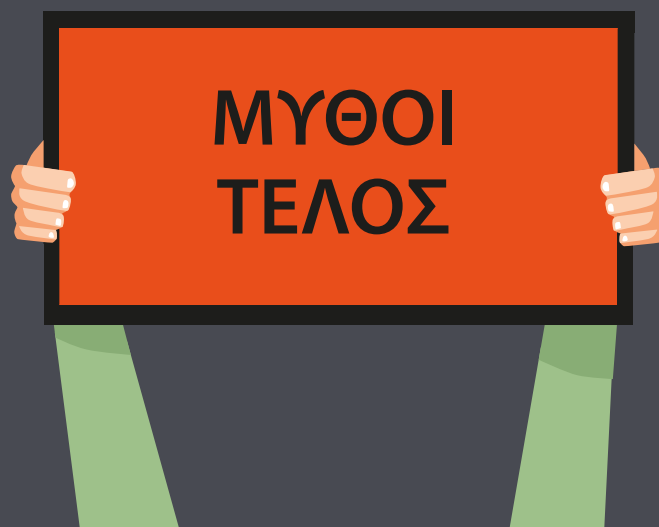
Η ΑΛΗΘΕΙΑ είναι ότι:

- Η ανοσία της αγέλης συμβαίνει όταν ένας μεγάλος πληθυσμός κάνει εμβόλιο κατά μιας μεταδοτικής ασθένειας, μειώνοντας την πιθανότητα να εμφανιστεί η αρρώστια.
- Τα βρέφη, οι έγκυες γυναίκες και οι ανοσοκατεσταλμένοι άνθρωποι που δεν μπορούν να λάβουν εμβόλια εξαρτώνται από αυτόν τον τύπο προστασίας.
- Ωστόσο, εάν αρκετά άτομα βασίζονται στην ανοσία της αγέλης για να προστατευθούν από αυτές τις ασθένειες, η ανοσία της αγέλης σύντομα θα εξαφανιστεί.

ΜΥΘΟΣ: Τα εμβόλια μπορούν να περιέχουν μικροσίπ που επιτρέπουν στις κυβερνήσεις ή σε άλλους να παρακολουθούν το εμβολιασμένο άτομο.

Η ΑΛΗΘΕΙΑ είναι ότι:

- Αυτό είναι τεχνικά αδύνατο και δεν μπορεί να συμβεί.
- Τα εμβόλια παράγονται σε πολύ συγκεκριμένο περιβάλλον.
- Πολλά φιαλίδια περιέχουν εμβόλια για περισσότερα άτομα (π.χ. 10 δόσεις σε ένα φιαλίδιο), και είναι αδύνατον να παρακολουθείται κάθε άτομο.



Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών Παιδιών και Εφήβων 2020

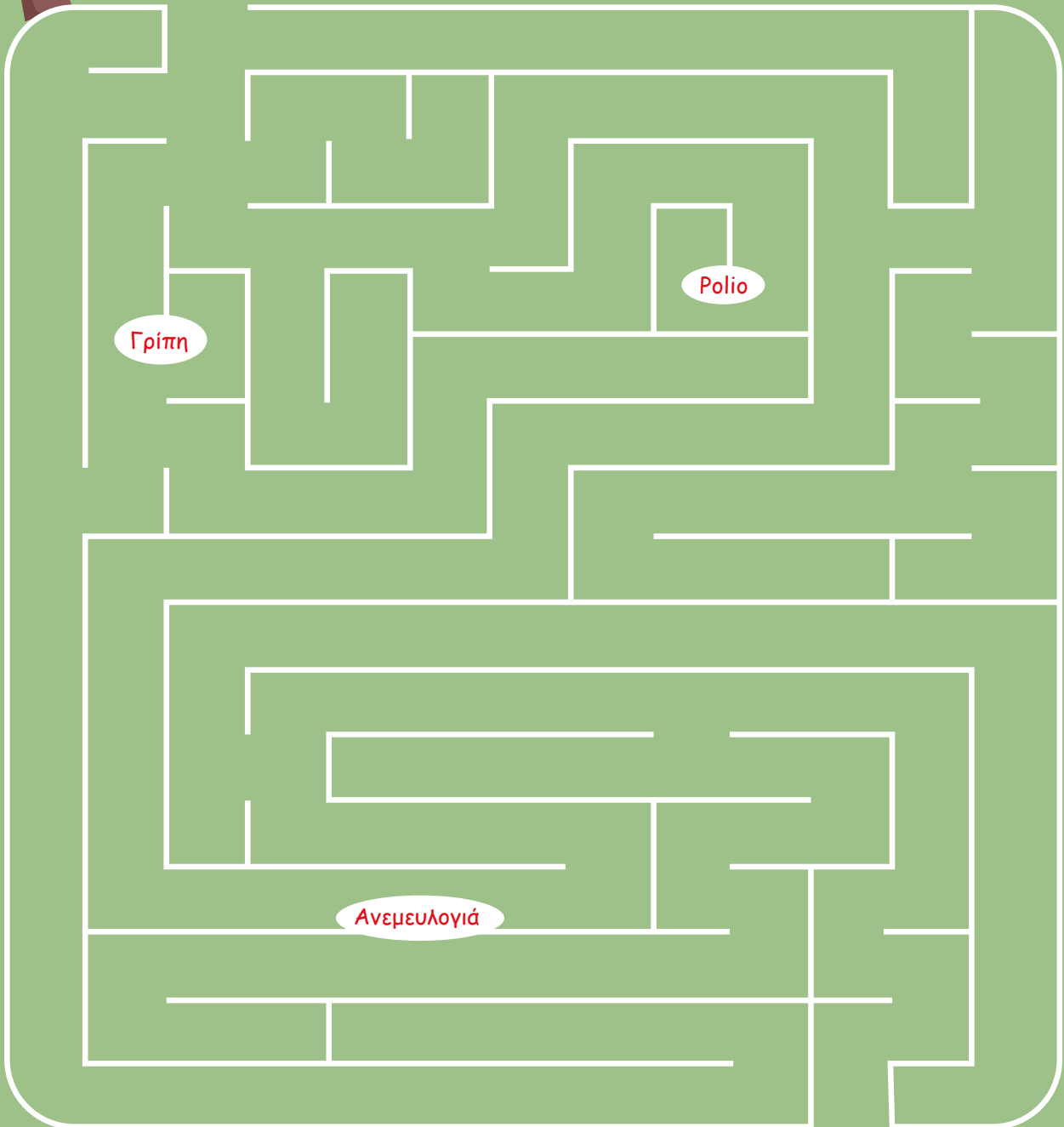
Γέννηση	Ηπατίτιδα Β																		
1 μηνός	Ηπατίτιδα Β																		
2 μηνών	Ηπατίτιδα Β	Διφθερίτιδα, Τέτανος, Κοκκύτης	Πολιομυελίτιδα IPV	Αιμόφιλος ινφλουέντζα	Πνευμονιόκοκκος PCV														Ρότα ιός
4 μηνών		Διφθερίτιδα, Τέτανος, Κοκκύτης	Πολιομυελίτιδα IPV	Αιμόφιλος ινφλουέντζα	Πνευμονιόκοκκος PCV														Ρότα ιός
6 μηνών	Ηπατίτιδα Β	Διφθερίτιδα, Τέτανος, Κοκκύτης	Πολιομυελίτιδα IPV	Αιμόφιλος ινφλουέντζα															Ρότα ιός
12 μηνών	Ηπατίτιδα Β				Πνευμονιόκοκκος PCV	MCC 1 δόση	Ιλαράς, Παρωτίτιδας, Ερυθράς	Ανεμευλογιάς 1η δόση											
15 μηνών	Ηπατίτιδα Β	Διφθερίτιδα, Τέτανος, Κοκκύτης	Πολιομυελίτιδα IPV	Αιμόφιλος ινφλουέντζα			Ιλαράς, Παρωτίτιδας, Ερυθράς	Ανεμευλογιάς 1η δόση											
18 μηνών	Ηπατίτιδα Β	Διφθερίτιδα, Τέτανος, Κοκκύτης	Πολιομυελίτιδα IPV	Αιμόφιλος ινφλουέντζα															
2-3 ετών							Ιλαράς, Παρωτίτιδας, Ερυθράς	Ανεμευλογιάς 2η δόση				Ηπατίτιδα Α 2 δόσεις							
4-6 ετών			Πολιομυελίτιδα IPV									Ηπατίτιδα Α 2 δόσεις							
11-12 ετών		Τdap ή Tdap-IPV												MenACWY 1 δόση					HPV 2 δόσεις

MCC Μηνιγγιτιδόκοκκος

MenACWY Μηνιγγιτιδόκοκκος

HPV Ιός ανθρωπίνων θηλωμάτων

Μπορείτε να βοηθήσετε το κορίτσι να αποκτήσει ανοσία;
Βρείτε έναν δρόμο που να βοηθάει την φίλη μας
να περάσει από κάθε εμβόλιο στο πέρασμα της
και να συναντήσει την παρέα της στην έξοδο!



Ανοσία!



Η ιστορία της Αρετής

Η Αρετή είναι ένα κορίτσι ηλικίας 8 ετών.

Μαθαίνει πιάνο, κάνει ενόργανη, θέλει να κολυμπήσει και μαλώνει συχνά με τους αδελφούς της. Η Αρετή θα ήθελε να γίνει αστροναύτης. Αλλά **η Αρετή έχει κάτι που τα περισσότερα παιδιά της ηλικίας της δεν έχουν – την καρδιά ενός άλλου παιδιού!** Γεννήθηκε με ένα σοβαρό καρδιακό ελάττωμα και έπρεπε να κάνει μεταμόσχευση λίγες ημέρες μετά τη γέννησή της. Επειδή η νέα καρδιά της Αρετής δεν ανήκει πραγματικά σε αυτήν, **το σώμα της θα την απορρίψει αν δεν πάρει ειδικά φάρμακα. Αυτά τα φάρμακα καταστέλλουν το ανοσοποιητικό της σύστημα και γι'αυτό δεν μπορεί να κάνει εμβόλια** όπως αυτά της ιλαράς, παρωτίτιδας, ερυθράς ή ανεμευλογιάς. Κατά συνέπεια, η Αρετή δεν έχει ανοσία σε αυτές τις ασθένειες. **Εξαρτάται από την ανοσία των ανθρώπων γύρω της για προστασία.** Αν κάποιος από τους συμμαθητές της κολλήσει ιλαρά ή ανεμευλογιά, η Αρετή θα μπορούσε εύκολα να κολλήσει από αυτούς. Κι επειδή το ανοσοποιητικό της σύστημα δεν μπορεί να πολεμήσει μια τέτοια μόλυνση, θα μπορούσε να κινδυνεύσει πολύ σοβαρά. **Η Αρετή απολαμβάνει μια φυσιολογική ζωή σήμερα, εν μέρει χάρη στους φίλους της που την προστατεύουν από τις λοιμώξεις, κάνοντας όλα τους τα εμβόλια!**





Αποφεύγοντας ή καθυστερώντας τον εμβολιασμό, βάζουμε τον εαυτό μας και τους γύρω μας σε κίνδυνο να αναπτύξουν σοβαρές και επικίνδυνες ασθένειες



ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΕ ΤΟΥΣ ΓΥΡΩ ΣΟΥ

Με τον σωστό εμβολιασμό σου έμμεσα προστατεύεις και αυτούς που για οποιονδήποτε λόγο δεν μπορούν να εμβολιαστούν



Νοσήματα τα οποία προλαμβάνονται από εμβόλια, συνεχίζουν να προκαλούν ασθένειες και θανάτους στην Ευρώπη!



Ο ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΣ ΣΩΖΕΙ ΖΩΕΣ!

Εκτός από τον εαυτό του, όποιος εμβολιάζεται συμβάλλει στη **ΣΥΛΛΟΓΙΚΗ ΑΝΟΣΙΑ** ή **ΑΝΟΣΙΑ ΤΗΣ ΑΓΕΛΗΣ** που είναι απαραίτητη για την προστασία των γύρω μας, των αγαπημένων μας και των πιο αδύναμων που δε μπορούν για διάφορους λόγους να εμβολιαστούν.

Οι εμβολιασμοί είναι κατάλληλα προγραμματισμένοι ώστε να προσφέρουν στα παιδιά την μέγιστη δυνατή προστασία, τη στιγμή που την χρειάζονται περισσότερο!

Οι ασθενείς δεν μπορούν να εισέλθουν σε κοινότητες που υπάρχουν πολλά εμβολιασμένα άτομα. **Όταν εμβολιάζεσαι βοηθάς να μένουν έξω από τη κοινότητά σου οι ασθενείς.**

Ευχαριστούμε που βοηθάς να διατηρηθεί η κοινότητά σου **ασφαλής!**

FUN FACT #5

Κάθε χρόνο, χάρη στα εμβόλια γλιτώνουμε πάνω από 2,5 εκατομμύρια θανάτους! Εάν δεν ξεχνάγαμε τα εμβόλια μας θα μπορούσαμε να αποφύγουμε άλλους 1,5 εκατομμύριο θανάτους!

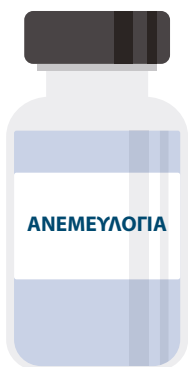
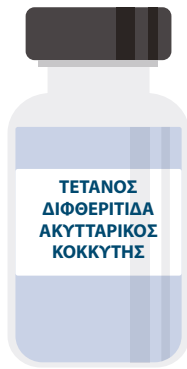
Για στριμωχτείτε λίγο να χωρέσουμε!!



World Health
Organization

REGIONAL OFFICE FOR
Europe

Έχετε κάνει πολλά εμβόλια από όταν ήσασταν μωρά.
Ζητήστε από τους γονείς σας να σας βοηθήσουν να κυκλώσετε
τα εμβόλια που έχετε κάνει!





Από ποιες αρώσιες μας προσκατεύουν;

Μ	Β	Π	Ο	Λ	Ι	Ο	Μ	Υ	Ε	Λ	Ι	Τ	Ι	Δ	Α	Ρ
Π	Η	Π	Α	Τ	Ι	Τ	Ι	Δ	Α	Ρ	Ζ	Θ	Τ	Ψ	Ν	Ψ
Ν	Γ	Ν	Α	Υ	Ξ	Θ	Κ	Τ	Λ	Τ	Υ	Ε	Σ	Ρ	Ε	Ζ
Ε	Δ	Π	Ι	Π	Υ	Κ	Ο	Δ	Υ	Λ	Δ	Θ	Κ	Ω	Μ	Λ
Υ	Ι	Ρ	Μ	Γ	Λ	Ρ	Κ	Ξ	Δ	Ε	Ζ	Ι	Ρ	Κ	Ε	Ρ
Μ	Φ	Τ	Ο	Π	Γ	Φ	Κ	Δ	Ζ	Τ	Υ	Α	Ο	Α	Υ	Α
Ο	Θ	Φ	Φ	Υ	Κ	Ι	Υ	Θ	Ξ	Ρ	Γ	Χ	Τ	Υ	Λ	Φ
Ν	Ε	Ρ	Ι	Δ	Π	Τ	Τ	Μ	Β	Γ	Α	Ι	Α	Ρ	Ο	Γ
Ι	Ρ	Ξ	Λ	Ε	Π	Τ	Η	Ι	Α	Θ	Χ	Δ	Ι	Σ	Γ	Ε
Ο	Ι	Ω	Ο	Υ	Υ	Α	Σ	Ι	Δ	Τ	Θ	Ρ	Ο	Χ	Ι	Ψ
Κ	Τ	Τ	Σ	Ρ	Φ	Τ	Ρ	Ε	Α	Ο	Ι	Δ	Σ	Ψ	Α	Ε
Ο	Ι	Ω	Θ	Φ	Υ	Υ	Σ	Ω	Ι	Ξ	Κ	Ω	Ρ	Τ	Θ	Σ
Κ	Δ	Λ	Ι	Α	Ι	Ε	Τ	Ε	Τ	Α	Ν	Ο	Σ	Τ	Θ	Ζ
Κ	Α	Ι	Α	Γ	Η	Ρ	Υ	Υ	Σ	Ι	Χ	Β	Κ	Η	Δ	Ι
Ο	Α	Τ	Ω	Ρ	Ρ	Θ	Π	Υ	Δ	Η	Τ	Ρ	Ρ	Κ	Ι	Δ
Σ	Κ	Η	Θ	Ι	Α	Ρ	Ε	Ο	Σ	Β	Ζ	Ι	Τ	Χ	Ο	Ε
Σ	Λ	Β	Φ	Π	Ξ	Γ	Π	Τ	Δ	Ο	Η	Ξ	Δ	Δ	Σ	Σ
Σ	Ο	Ξ	Ε	Η	Γ	Ζ	Π	Χ	Ρ	Γ	Υ	Ο	Δ	Α	Σ	Φ

Έπαινος εκζήμησης

Στον/στην:

γράψε το όνομα σου εδώ!

Για τον εακτικό εμβολιασμό σου
που βοηθάει στο να μένουν μακριά οι ασθένειες
και η κοινότητά μας να είναι ασφαλής για όλους!



Ομαδικό παιχνίδι

ΠΕΦΤΕΙ Η ΝΥΧΤΑ ΣΤΟ ΣΑΝ ΕΜΒΟΛΙΕΡΝΟ

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Το παιχνίδι μας είναι μια παραλλαγή του πολύ γνωστού παιχνιδιού «Πέφτει η Νύχτα στο Παλέρμο» το οποίο είναι ένα παιχνίδι ρόλων, μυστηρίου και ψυχολογίας, με την διαφορά ότι αντί για μαφιόζους ή δολοφόνους έχουμε δολοφονικούς ιούς που θέλουν να βγάλουν από την μέση τους αθώους υγιείς πολίτες της πόλης του Σαν Εμβολιέρνο!

ΟΔΗΓΙΕΣ

Παίκτες: 11+

Ηλικίες: 10+

Διάρκεια: Ατελείωτο!!

Προετοιμασία του παιχνιδιού:

Οι παίκτες αποφασίζουν ποιος από όλους θα είναι ο Αφηγητής. Αν το παίξετε στην τάξη μπορεί να είναι ο/η εκπαιδευτικός σας.

Σκοπός του παιχνιδιού για τους συμμετέχοντες είναι να αναγνωρίσουν και να διώξουν απ' το παιχνίδι τους θανατηφόρους Ιούς προτού εκείνοι τους σκοτώσουν όλους και για τους Ιούς να προλάβουν να βγάλουν από την μέση το ΕΜΒΟΛΙΟ και το ΤΕΣΤ καθώς και τους Υγιείς Πολίτες πριν γίνουν αντιληπτοί.

Ετοιμάστε κάρτες με τα παρακάτω γράμματα ή κόψτε τις από την σελ. 78

Φ.Ι: Φανερός ΙΟΣ –Δολοφόνος, **Κ. Ι:** Κρυφός ΙΟΣ-δολοφόνος, **Ε:** Εμβόλιο

Τ: Τεστ (από μία κάρτα), **Π:** Πολίτης (όσοι είναι οι παίκτες που απομένουν)



Αρχή του παιχνιδιού

Η πρώτη νύχτα καθώς και η πρώτη ημέρα στο Σαν Εμβολιέρνο είναι αναγνωριστικές και διαφέρουν από το υπόλοιπο παιχνίδι.

Πρώτη Νύχτα

- Ο αφηγητής ανακατεύει και μοιράζει τυχαία τα χαρτάκια/κάρτες μία σε κάθε παίκτη.
- Οι παίκτες κοιτάνε κρυφά την κάρτα τους και στην συνέχεια την τοποθετούν μπροστά τους.
- Ο αφηγητής ξεκινάει την αφήγηση και το παιχνίδι αρχίζει!

"Πέφτει η νύχτα στο Σαν Εμβολιέρνο! Όλοι οι παίκτες κλείνουν τα μάτια και κοιμούνται". "Οι δύο θανατηφόροι ΙΟΙ, δηλαδή οι κάτοχοι των καρτών με το Φ.Ι και Κ.Ι ανοίγουν τα μάτια και κοιτάζονται ώστε να αναγνωριστούν". Κλείνουν κι οι δύο τα μάτια. Περνάνε μερικά δευτερόλεπτα. "Ο φανερός θανατηφόρος ΙΟΣ (Φ.Ι) σηκώνει το χέρι του. ΤΟ ΕΜΒΟΛΙΟ ανοίγει τα μάτια του και τον βλέπει. Ο φανερός θανατηφόρος ΙΟΣ κατεβάζει το χέρι του, το ΕΜΒΟΛΙΟ κλείνει τα μάτια του." συνεχίζει ο αφηγητής.

"Τώρα ο Κρυφός Ιός σηκώνει ψηλά το χέρι και το ΤΕΣΤ, ο παίκτης με την κάρτα Τ ανοίγει τα μάτια και τον βλέπει".

Τέλος ο αφηγητής λέει: "Ο κρυφός Ιός κατεβάζει το χέρι και το ΤΕΣΤ κλείνει τα μάτια. Τώρα όλοι οι παίκτες ανοίγουν τα μάτια και μία νέα μέρα ξημερώνει στο Σαν Εμβολιέρνο!"

Πρώτη Ημέρα

Κατά τη διάρκεια της ημέρας ο αφηγητής είναι ένας κοινός παίκτης και δεν έχει καμία εξουσία. Μόλις έχει ξημερώσει στο Σαν Εμβολιέρμο και οι παίκτες, κοιτιούνται με καχυποψία αφού ξέρουν ότι ανάμεσά στους αθώους υγιείς πολίτες βρίσκονται ο κρυφός και ο φανερός θανατηφόρος ΙΟΣ! Τα βλέμματα αναζήτησης στοιχείων ενοχής που ρίχνουν ο ένας παίκτης στον άλλον συνηθίζεται να είναι η αρχική σκηνή της πρώτης «ημέρας» της παρτίδας. Οι πολίτες με μοναδικά «όπλα» το αριθμητικό τους πλεονέκτημα, την αντίληψη τους και την έμμεση βοήθεια του ΕΜΒΟΛΙΟΥ πρέπει να εντοπίσουν και να βγάλουν από το παιχνίδι με ψηφοφορία τους παίκτες- θανατηφόρους ΙΟΥΣ, ώστε να κερδίσουν. Παράλληλα όμως, καλούνται να προσφέρουν «κάλυψη» στο ΕΜΒΟΛΙΟ ρισκάροντας ακόμα και την παραμονή τους στο παιχνίδι. Μέσα από μια πρώτη συζήτηση ο λαός του Σαν Εμβολιέρνο καλείται να αποφασίσει μέσω της ψηφοφορίας σχετικά με το ποιος νομίζει ότι είναι ο θανατηφόρος Ιός.

Σε περίπτωση ισοψηφίας η ψηφοφορία γίνεται μεταξύ των παικτών που συγκέντρωσαν ίσες ψήφους, μέχρις ότου να μείνει ένας με τις περισσότερες ψήφους. Αφού ψηφιστεί ένας παίκτης ως Ιός αποχωρεί απ' το παιχνίδι χωρίς να δείξει την κάρτα του ή να δηλώσει τι είναι. Έχει δικαίωμα να δηλώσει αθώος ή ένοχος χωρίς να υποχρεούται να δηλώσει την αλήθεια. Μετά απ' αυτό δεν επιτρέπεται να ειπωθεί απολύτως τίποτα. Ο αφηγητής παίρνει το λόγο και ρίχνει τη νύχτα στο Σαν Εμβολιέρνο. "Όλοι οι παίκτες να κλείσουν τα μάτια τους!"

Δεύτερη Νύχτα

"Οι δύο Ιοί ανοίγουν τα μάτια και συνεννοούνται με νοήματα σχετικά με το ποιον παίκτη θέλουν να μολύνουν και να "βγάλουν απ' τη μέση". Ο αφηγητής ζητάει από τους θανατηφόρους Ιούς να υποδείξουν τον υγιή Πολίτη που θα μολύνουν, στον παίκτη που ψηφίστηκε στον πρώτο γύρο. Ο παίκτης που έχει ψηφιστεί λέει τότε ποιον παίκτη αποφάσισαν ότι θα μολύνουν και ο αφηγητής συνεχίζει λέγοντας: "Και μία νέα μέρα ξημερώνει στο Σαν Εμβολιέρνο χωρίς τον/την..."

Δεύτερη Ημέρα

Ο παίκτης που ψηφίστηκε στον πρώτο γύρο λέει το όνομα εκείνου που μολύνθηκε και πέθανε τη νύχτα. Ο παίκτης που φεύγει από το παιχνίδι νύχτα δεν δείχνει την κάρτα του και δεν έχει δικαίωμα να πει τίποτα. Οι παίκτες κοιτιούνται τώρα με περισσότερα στοιχεία. Ένας παίκτης έχει ψηφιστεί απ' τους ίδιους ως Ιός και οι Ιοί την νύχτα κατάφεραν και μόλυναν θανάσιμα έναν παίκτη. Ήταν ο παίκτης που ψηφίστηκε Ιός όμως;

Προσοχή! Κανένας παίκτης δεν επιτρέπεται να δείξει την κάρτα του χωρίς λόγο.

Ο ρόλος του ΕΜΒΟΛΙΟΥ (κάρτα με το Ε ή με το εικονίδιο της ένεσης)

Το ΕΜΒΟΛΙΟ αποτελεί τόσο έναν «άσο» στο μανίκι του αθώου πολίτη, όσο κι έναν «άσο» σε αυτό του θανατηφόρου ΙΟΥ με την οξεία αντίληψη. Γιατί; Σε ό,τι αφορά την πρώτη περίπτωση, έχει την ικανότητα να βοηθάει τους πολίτες, στρέφοντας έμμεσα τις υποψίες στο πρόσωπο του φανερού θανατηφόρου ΙΟΥ τον οποίο έχει δει στη διάρκεια της πρώτης «νύχτας». Όσον αφορά στη δεύτερη περίπτωση, όμως, μπορεί κατά λάθος να κάνει το έργο των θανατηφόρων ΙΩΝ- πιο εύκολο, εάν γίνει αντιληπτό. Αυτό γιατί ο στόχος των θανατηφόρων ΙΩΝ είναι να βγάλουν από το παιχνίδι το ΕΜΒΟΛΙΟ και να αναδειχθούν με αυτόν τον τρόπο νικητές της παρτίδας.

Ο ρόλος του ΤΕΣΤ (κάρτα με το Τ ή με το εικονίδιο ενός τεστ)

Το ΤΕΣΤ βλέπει τον κρυφό ΙΟ- δολοφόνο στη διάρκεια της πρώτης «νύχτας» και τον βοηθάει όσο παραμένει στο παιχνίδι. Οι δολοφόνοι όμως δεν γνωρίζουν την ταυτότητά του.

Ο ρόλος των δύο θανατηφόρων ΙΩΝ

Ο φανερός ΙΟΣ κι ο κρυφός ΙΟΣ πρέπει με κάθε τρόπο να αποφύγουν τις παγίδες και τα δολώματα των πολιτών, ώστε να μην τραβήξουν επάνω τους τις υποψίες. Για τον φανερό ΙΟ, σίγουρα το κομμάτι «παραμονή στο παιχνίδι» είναι δύσκολο σε περίπτωση που το ΕΜΒΟΛΙΟ εκτελέσει το έργο του «αθόρυβα» κι επιτυχημένα, δηλαδή κατευθύνει τις υποψίες των πολιτών πάνω του. Αντίθετα, ο κρυφός έχει τεράστιο πλεονέκτημα στο να παραμείνει μέχρι τέλους στην παρτίδα και να εντοπίσει το ΕΜΒΟΛΙΟ. Η προσοχή και των δύο ΙΩΝ στη διάρκεια κάθε «ημέρας» της παρτίδας είναι στραμμένη στην αναζήτηση του ΕΜΒΟΛΙΟΥ, το οποίο έχουν την ευκαιρία να βγάλουν από το παιχνίδι στη διάρκεια της «νύχτας».

Ο ρόλος των Πολιτών

Το πλεονέκτημα του παιχνιδιού είναι πως όλοι οι παίκτες θεωρούνται Υγιείς Πολίτες "μέχρι αποδείξεως του εναντίου"! Έτσι ένας Πολίτης συμμετέχει, επιχειρηματολογεί και μπορεί να πείθει όσο ένας χαρακτήρας - ρόλος.

Το τέλος του παιχνιδιού

Το παιχνίδι συνεχίζεται με την «ημέρα» (συζητήσεις και ψηφοφορία) και τη «νύχτα» (δολοφονία) να εναλλάσσονται χωρίς τη συμμετοχή των παικτών που έχουν αποχωρήσει και εφόσον τουλάχιστον ο ένας ΙΟΣ-δολοφόνος βρίσκεται στο παιχνίδι. Η νύχτα σταματάει να πέφτει στο Σαν Εμβολιέρνο και επιτρέπεται μόνο ψηφοφορία σε δύο περιπτώσεις:

1. εάν ανάμεσα στους 4 τελευταίους παίκτες βρίσκονται οι δύο ΙΟΙ-δολοφόνοι, το ΕΜΒΟΛΙΟ κι ένας αθώος πολίτης. Στην περίπτωση αυτή, εάν μετά την ψηφοφορία αποχωρήσει ο πολίτης ή το ΕΜΒΟΛΙΟ, τότε κερδίζουν οι ΙΟΙ-δολοφόνοι. Αντίθετα, εάν βγει από το παιχνίδι ο ένας ΙΟΣ-δολοφόνος, η παρτίδα συνεχίζεται με ψηφοφορία, όπως στην επόμενη περίπτωση.
2. εάν ανάμεσα στους 3 τελευταίους παίκτες βρίσκονται ο ένας ΙΟΣ-δολοφόνος, το ΕΜΒΟΛΙΟ και ένας αθώος πολίτης.

Το τελευταίο στάδιο στο οποίο μπορεί να φτάσει η παρτίδα είναι η ψηφοφορία των «τριών». Στην τελευταία αυτή «ημέρα» του παιχνιδιού υπάρχουν δύο ενδεχόμενα:

1. να κριθεί ο νικητής του παιχνιδιού. Ο πολίτης και το ΕΜΒΟΛΙΟ κερδίζουν εάν βγάλουν από το παιχνίδι τον ΙΟ-δολοφόνο, ενώ ο ΙΟΣ-δολοφόνος, εάν διώξει το ΕΜΒΟΛΙΟ.
2. να υπάρξει ισοπαλία εάν μετά την ψηφοφορία των τριών τελευταίων παικτών αποχωρήσει ο αθώος πολίτης.

ΠΑΡΑΛΛΑΓΕΣ

«Καλπάζει» η φαντασία στο Σαν Εμβολιέρνο!

Οι παραλλαγές του «Πέφτει η νύχτα στο Σαν Εμβολιέρνο» είναι πάρα πολλές. Η κάθε παρέα των παικτών μπορεί να προσαρμόσει το παιχνίδι στα ...μέτρα της, ορίζοντας τους δικούς της κανόνες. Το παιχνίδι είναι καλύτερο να παίζεται με περισσότερους από 11 παίκτες. Για μεγαλύτερες ομάδες μπορούν να εισαχθούν και άλλοι ρόλοι όπως είναι:

Ο ρόλος του Αρνητή των Εμβολίων: Ο αρνητής με τη σειρά του διευκολύνει τον Φανερό Ιό που γνωρίζει καθώς και να καταλάβει και να προστατέψει και τον άλλο.

Ο ρόλος του Γιατρού: Αμέσως μόλις οι Ιοι δείξουν στον παίκτη που έχει αποχωρήσει ποιον θέλουν να βγάλουν από την παρτίδα στη διάρκεια της νύχτας, κλείνουν τα μάτια κι ο γιατρός ανοίγει τα δικά του. Έχει έτσι την ευκαιρία να μαντέψει σωστά και να σώσει το θύμα των Ιών. Εάν οι θανατηφόροι Ιοι και ο γιατρός κάνουν την ίδια επιλογή, τότε ο «εκλεκτός» παραμένει στο παιχνίδι χωρίς όμως οι υπόλοιποι παίκτες να μάθουν κάτι περισσότερο από το ότι δεν πέθανε κανείς τη «νύχτα».

Μαζέψτε λοιπόν επίδοξους υγειονομικούς ντετέκτιβ, αφήστε τη φαντασία σας ελεύθερη και γίνεται ...άσοι στο «Πέφτει η νύχτα στο Σαν Εμβολιέρνο»!



ΦΑΝΕΡΟΣ ΙΟΣ



ΚΡΥΦΟΣ ΙΟΣ



ΕΜΒΟΛΙΟ



ΤΕΣΤ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ



ΠΟΛΙΤΗΣ

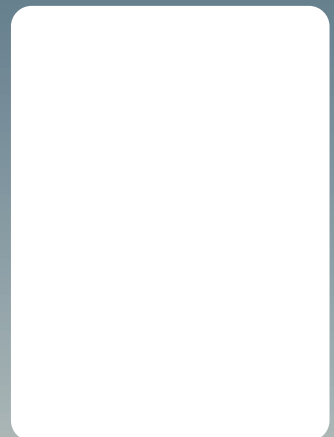
Παραλλαγές του παιχνιδιού



ΑΡΝΗΤΗΣ ΕΜΒΟΛΙΟΥ



ΓΙΑΤΡΟΣ



Δικές σου προτάσεις ρόλων για παραλλαγές του παιχνιδιού

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Brook I. Tetanus in children. *Pediatr Emerg Care*. 2004 Jan;20(1):48-51. doi: 10.1097/01.pec.0000106245.72265.71. PMID: 14716168.
2. <https://eody.gov.gr/disease/tetanos/>
3. Byard RW. Diphtheria - 'The strangling angel' of children. *J Forensic Leg Med*. 2013 Feb;20(2):65-8. doi: 10.1016/j.jflm.2012.04.006. Epub 2012 May 24. PMID: 23357389.
4. <https://eody.gov.gr/disease/diftheritida/>
5. Heininger U. Update on pertussis in children. *Expert Rev Anti Infect Ther*. 2010 Feb;8(2):163-73. doi: 10.1586/eri.09.124. PMID: 20109046.
6. <https://eody.gov.gr/disease/kokkytis/>
7. <https://eody.gov.gr/disease/poliomyelitida/>
8. Katsuta T, Saitoh A. [Haemophilus influenzae type b vaccine]. *Nihon Rinsho*. 2011 Sep;69(9):1589-93. Japanese. PMID: 21922758.
9. Malik R, Hardikar W. Hepatitis B and C in Children. *Indian J Pediatr*. 2016 Nov;83(11):1303-1310. doi: 10.1007/s12098-016-2076-4. Epub 2016 Apr 20. PMID: 27094777.
10. <https://eody.gov.gr/disease/ipatitida-b/>
11. Matheny SC, Kingery JE. Hepatitis A. *Am Fam Physician*. 2012 Dec 1;86(11):1027-34; quiz 1010-2. PMID: 23198670.
12. <https://eody.gov.gr/disease/ipatitida-a-oxeia/>
13. Gershon AA, Gershon MD. Pathogenesis and current approaches to control of varicella-zoster virus infections. *Clin Microbiol Rev*. 2013 Oct;26(4):728-43. doi: 10.1128/CMR.00052-13. PMID: 24092852; PMCID: PMC3811230.
14. <https://eody.gov.gr/disease/anemeylogia/>
15. Paules CI, Marston HD, Fauci AS. Measles in 2019 - Going Backward. *N Engl J Med*. 2019 Jun 6;380(23):2185-2187. doi: 10.1056/NEJMp1905099. Epub 2019 Apr 17. PMID: 30995368.
16. <https://eody.gov.gr/disease/ilara/>
17. <https://eody.gov.gr/disease/erythra/>
18. Su SB, Chang HL, Chen AK. Current Status of Mumps Virus Infection: Epidemiology, Pathogenesis, and Vaccine. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 Mar 5;17(5):1686. doi: 10.3390/ijerph17051686. PMID: 32150969; PMCID: PMC7084951.
19. <https://eody.gov.gr/disease/parotitida/>
20. Garland JM. An Update on Meningococcal Vaccination. *R I Med J (2013)*. 2020 Aug 3;103(6):41-43. PMID: 32752565.
21. <https://eody.gov.gr/disease/miniggitida-vaktiriaki/>
22. Mammas IN, Sourvinos G, Spandidos DA. Human papilloma virus (HPV) infection in children and adolescents. *Eur J Pediatr*. 2009 Mar;168(3):267-73. doi: 10.1007/s00431-008-0882-z. Epub 2008 Dec 3. PMID: 19050916.
23. Rossi C, Vanhomwegen C, Laurent F. Vaccination contre le papillomavirus humain (HPV) chez les garçons et les hommes : actualités et recommandations [HPV vaccination in boys and men : update and recommendations]. *Rev Med Brux*. 2018;39(4):352-358. French. PMID: 30321000.
24. <https://eody.gov.gr/disease/gripi-kai-epochiki-gripi/>
25. Yildirim I, Shea KM, Pelton SI. Pneumococcal Disease in the Era of Pneumococcal Conjugate Vaccine. *Infect Dis Clin North Am*. 2015 Dec;29(4):679-97. doi: 10.1016/j.idc.2015.07.009. PMID: 26610421; PMCID: PMC4662776.
26. Komoto S, Taniguchi K. [Rotaviruses]. *Uirusu*. 2014;64(2):179-90. Japanese. doi: 10.2222/jsv.64.179. PMID: 26437840.
27. <https://eody.gov.gr/disease/rotaios/>

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ

ΧΡΗΣΙΜΑ LINKS & ΠΗΓΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗΣ

Έχεις απορίες;

Μπορείς να μας ρωτήσεις στο info@youth-med.gr