

Tõhustusdooside sõnumid

Uuringud näitavad, et aja jooksul nõrgeneb nii vaktsineerimise kui COVID-19 läbipõdemise teel saadud immuunsus, eakatel rohkem ja kiiremini kui noorematel. Tõhustusdoos vähendab kordades haigestumise võimalust ja vajadust haiglaravi järele.

Arvestades kriitilist epidemioloogilist olukorda soovib riik kolmandat ehk tõhustusdoosi kõigile täiskasvanutele, kellel on vaktsineerimiskuurist möödas vähemalt kuus kuud Pfizer/BioNTechi ja Moderna vaktsiinide puhul või vähemalt viis kuud AstraZeneca ja Jansseni vaktsiinide puhul.

Eriti vajalik on tõhustusdoos vanemaealistele ja hoolekandeesutuste elanikele, kelle puhul võib immuunsuse nõrgenemine põhjustada rasket haigestumist. Samuti on kolmas doos kriitilise tähtsusega riskirühmadega töötavatele inimestele ja neile, kellel oma töö tõttu kõrgendatud risk nakatuda koroonaviirusega.

MIS VAKTSIINIGA TÕHUSTUSDOOSI TEHAKSE?

Tõhustusdoosina kasutatakse Moderna vaktsiini Spikevax ja Pfizer/BioNTech vaktsiini Comirnaty sõltumata sellest, millise vaktsiiniga on läbitud esmane vaktsineerimiskuur.

KUS SAAB TÕHUSTUSDOOSI TEHA?

- Tõhustusdoosiga vaktsineerimine toimub perearsti juures ja kõikides inimesele lähedalasuvates vaktsineerimiskohtades.
- Aja saad broneerida üleriigilises digiregistratuuris ja lähima vaktsineerija telefoni või raviautuse enda digiregistratuuri kaudu.
- Kui on plaanis perearsti juures teha ka gripivaktsiin ja Sulle nii sobib, tasub mõlemad vaktsiinid teha samal päeval.
- Hoolekodude elanikke ja töötajaid vaktsineerivad üldjuhul hoolekodu õendusteenuse osutajad.
- Koolitöötajate vaktsineerimist korraldab kooliõde, kes vaktsineerib ise või suunab lähima vaktsineerija juurde. Vaktsineerimiseks võta ühendust oma kooliõega, kes annab edasised juhtnõid.
- **Tõhustusdoosi on võimalik saada ka kõigis eelregistreerimiseta vaktsineerimispunktides.**

ÜLESKUTSE KÕIGILE 18+ VAKTSINEERITUTELE: Ära lase oma koroonaviiruse vastasel kaitsel kaduda! Tõhustusdoosiga kasvatad oma immuunsust ja saavutad pikemaajalise kaitse COVID-19 vastu. Tõhustusdoosi tegemise aega saad kontrollida ja aja kinni panna juba täna [digiregistratuuris](#).

ÜLESKUTSE VANEMALE EAGRUPILE: COVID-19 vastase kaitse nõrgenemine võib tuua kaasa raske haigestumise, mistõttu on väga oluline tugevdada oma immuunsust tõhustusdoosiga. Kui oled üle 65-aastane, juba vaktsineeritud ja sellest on möödas pool aastat, kasuta kindlasti võimalust vaktsineerida end ka kolmanda doosiga. Selleks võta ühendust oma perearstiga või pane aeg kinni [digiregistratuuris](#).

MIS ON TÕHUSTUSDOOS JA KELLELE:

- COVID-19 vaktsiini tõhustusdoos on kolmas kaitsesüst, mis on soovituslik kõigile üle 18-aastastele, kelle vaktsineerimiskuurist on möödas vähemalt viis või kuus kuud olenevalt manustatud vaktsiinist.
- Eriti vajalik on tõhustusdoos vanemaealistele ja hoolekandeesutuste elanikele, kelle puhul võib immuunsuse nõrgenemine põhjustada rasket haigestumist.
- Immuunpuudulikkusega inimestele tähendab tõhustusdoos neljandat kaitsesüsti, mida tasub teha, kui COVID-19 vaktsiini lisa- ehk kolmandast doosist on möödas vähemalt pool aastat.
 - Immuunpuudulikkusega ja COVID-19 haiguse läbipõdenud patsiendid peaksid tõhustusdoosi vajalikkuse osas nõu pidama oma immunoloogiga.

- Korduvnakatunutele või COVID-19 läbipõdenutele, kes on ka vaksineeritud, pole tõhustusdoos praeguste teadmiste juures vajalik.

MIS VAKTSIINI TÕHUSTUSDOOSIKS VALIDA?

- Tõhustusdoosiks kasutatakse Eestis **Moderna vaktsiini Spikevax** ja **Pfizer/BioNTech vaktsiini Comirnaty** sõltumata sellest, millise vaktsiiniga on läbitud esmane vaksineerimiskuur.
- Mõlema vaktsiini poolt pakutav kaitse on samaväärne ja ei sõltu sellest, millise vaktsiiniga on tehtud esmane vaksineerimiskuur.
- Kui oled varem vaksineeritud Pfizer/BioNTechiga, võid sellest hoolimata teha tõhustusdoosi ka Modernaga ja vastupidi.

KORRALDUSLIK INFO:

- Vaksineerimisjärgsed reaktsioonid on sarnased 2. doosi järgsete reaktsioonidega. Suur enamus neist on lokaalsed kõrvalnähud, oma olemuselt kerged ja mööduvad mõne päevaga. Praeguste andmete alusel on nende sagedus olnud veidi suurem kui teise doosi järgselt. Kliinilises uuringus tekkis enim süstekoha valu ja väsimust, harvem peavalu, lihas- ja liigesvalu ning külmavärinaid.
- Hooldekodude elanikke ja töötajaid vaksineerivad üldjuhul hooldekodu õendusteenuse osutajad.
- 65+ elanikke vaksineerivad reeglina perearstid, kelle poole saab ise pöörduda. Kui on plaanis perearsti juures teha ka tasuta gripivaktsiin ja vaksineeritavale nii sobib, võib mõlemad vaktsiinid teha samal päeval.
- Tervishoiuasutused vaksineerivad oma personali ise või suunavad vaksineerima oma maakonna vaksineerija juurde.
- Koolitöötajate vaksineerimist korraldab kooliõde, kes vaksineerib ise või suunab lähima vaksineerija juurde. Lasteaedade, huvikoolide, kõrgkoolide töötajad pöörduvad vaksineerimiseks oma maakonna vaksineerija poole.
- **Tõhustusdoosi on võimalik saada ka kõigis eelregistreerimiseta vaksineerimispunktides.**