

Endocrinologie



Vaccinatie tegen COVID-19

01

Welkom

In deze folder geven we meer uitleg over het vaccin en het belang van vaccineren. Het is een belangrijke stap in de strijd tegen COVID-19! Met dank aan de Diabetes Liga kunnen we je een antwoord geven op onderstaande vragen. Een uitgebreid verslag is te lezen in het tweemaandelijks tijdschrift DiabetesINFO (editie maart-april 2021).

02

Hoe werkt een vaccin?

Wanneer je aangevallen wordt door een virus zal je afweersysteem deze indringer proberen te vernietigen. Met een vaccin dien je een deel van het virus toe waarbij je afweersysteem reageert. Ons afweersysteem heeft een 'geheugen'. Eens gevaccineerd onthoudt ons afweersysteem de kenmerken van dit virus. Bij een volgende blootstelling aan dit virus zal ons afweersysteem het virus herkennen en kunnen vernietigen alvorens we echt ziek worden.

De vaccins die tegen COVID-19 ontwikkeld werden maken allen gebruik van het 'spike' eiwit, een stekel, kenmerkend voor het COVID-19 virus.

Er zijn vaccins waarbij het genetisch materiaal wordt ingebouwd in een onschuldig virus (vector vaccin zoals AstraZeneca, Johnson&Johnson) of vaccins waarbij de 'spikes' eerst in een grote hoeveelheid worden aangemaakt buiten het lichaam en vervolgens worden ingespoten (Sanofi-GSK) of een vaccin waarbij het mes-

senger-RNA coderend voor het 'spike'-eiwit verpakt in een vetdruppeltje wordt ingespoten (Pfizer-Biontech, CureVac, Moderna).

03

Hoe goed en hoe snel werken de vaccins?

Zoals voor alle vaccins geldt dat je lichaam 10-14 dagen nodig heeft om voldoende afweer te ontwikkelen om je te beschermen tegen een infectie. Voor de meeste vaccins zijn twee injecties nodig zijn om maximale bescherming te bieden.

04

Hoe lang ben ik beschermd?

Dat weten we nog niet. Bepaling van antistoffen is immers niet zinvol/betrouwbaar om na te gaan of je voldoende bescherming hebt. In de komende maanden/jaren zal blijken of de vaccinatie jaarlijks, 5-jaarlijks,... herhaald moet worden.

05

Wat zijn de nevenwerkingen?

De meest voorkomende nevenwerkingen zijn een pijnlijke en soms gezwollen (rode) plek op de injectieplaats, vermoeidheid, hoofdpijn, spierpijn en (ril)koorts. Meestal zijn deze nevenwerkingen mild tot matig en verdwijnen spontaan binnen 48-72u. Inname van paracetamol of Ibuprofen helpt.

De meeste nevenwerkingen zijn licht tot matig en ontstaan binnen een paar dagen na vacci-

natie en vormen geen reden om je niet te laten vaccineren.

Een ernstige allergische reactie is mogelijk, maar zeer zeldzaam. Allergie is op zich geen reden om je niet te laten vaccineren. Maar als je weet dat je allergisch bent voor één van de bestanddelen van het vaccin (vb. PEG, polysorbaat) dan neem je best contact op met jouw arts om de voor- en nadelen van vaccinatie af te wegen.

Je kan steeds een bijwerking melden: www.eenbijwerkingmelden.be of www.fagg.be/nl/bijwerking

06 Bescherm jezelf én je naasten

Massaal vaccineren heeft een dubbel effect: je beschermt jezelf, maar ook anderen en je creëert zo dus groepsimmunitet. Als meer dan 70% van de bevolking zich laat vaccineren is de groep met een goede afweer zo groot dat het virus zich niet snel kan verspreiden. Op deze manier vermindert ook de kans dat mensen die niet gevaccineerd werden, om medische reden of omdat ze de vaccinatie weigerden, besmet raken. Het is dus extreem belangrijk dat zoveel mogelijk mensen gevaccineerd worden!

07 Ben je als diabetespatiënt een risicopatiënt voor COVID-19?

Uit onderzoek is gebleken dat je als diabetes mellitus type 1 patiënt geen hoger risico hebt op COVID-19. Wel is het zo dat de compli-

caties ernstiger kunnen zijn als je uiteindelijk als diabetes type 1 patiënt COVID19 krijgt. Diabetes type 2 patiënten worden wel gezien als risicopatiënten. Een gezonde levensstijl (gewichtscntrole/vermagering en beweging) én een goede suikerregeling zijn essentieel voor het behoud van een goede gezondheid!

08 Conclusie

- Laat je vaccineren!
- Je beschermt jezelf én je naasten.
- Vaccinatie is veilig.
- Milde nevenwerkingen zijn aanwezig, maar ernstige nevenwerkingen zijn zeer zeldzaam.
- De vaccinatiestrategie wordt bepaald door meerder factoren. Strategie en snelheid worden aangepast naargelang de beschikbaarheid van de verschillende vaccins.
- De maatregelen (mondmasker, handen wassen, ...) moeten aangehouden worden tot voldoende (>70%) mensen van de bevolking gevaccineerd zijn.
- Verzorg je goed: bloeddruk, gewicht, diabetes, niet roken, gezonde voeding, voldoende beweging,... zijn zaken waar je zelf kan aan werken om je risico op ernstig verloop te beperken.





Vragen?

Contacteer in eerste instantie je huisarts. Indien de huisarts je doorverwijst of niet bereikbaar is, kan je contact opnemen met:

dienst endocrinologie

tel.: 011 69 95 96



Diestersteeweg 100 • 3800 Sint-Truiden

t 011 69 91 11 • f 011 69 91 10

info@stzh.be • www.sint-trudo.be