

Aanvullende informatie over het vaccineren van kinderen/tieners/jongeren tegen Covid19.

Beste kinderen, jongeren en ouders van onze praktijken in Therapeuticum Aurum,

Binnenkort krijgen jullie, of misschien heb je hem al, een uitnodiging om je te laten vaccineren met het mRNA-vaccin van de fabrikant Pfizer tegen het coronavirus.

Op advies van de Gezondheidsraad nodigt de overheid nu alle 12 – 17-jarigen uit en mogelijk binnenkort ook jongere kinderen.

Waarom tieners vaccineren?

Je zou denken: kinderen/jongeren worden toch nauwelijks ziek van corona? Dat is ook bijna altijd zo.

De overheid voert echter actief campagne om ook tieners en jongeren ertoe over te halen. Dat is te begrijpen vanuit de hoop: hoe meer mensen gevaccineerd zijn, hoe minder kans op een vierde golf, lockdown of schoolsluitingen. Men hoopt dat het vaccineren van kinderen en jongeren bijdraagt aan het indammen van het virus. En ook dat het een voor kinderen zeldzaam ernstiger beloop van corona kan voorkomen. De Gezondheidsraad en de overheid vinden op dit moment in hun afweging de voordelen van vaccineren opwegen tegen de nadelen.

Niet in alle landen wordt er zo gedacht. Bijvoorbeeld in Zweden heeft men juist de scholen bijna de hele tijd opengelaten. Daardoor hebben daar al meer kinderen (die er immers weinig ziek van worden) corona gehad en is daar de natuurlijke groepsimmunitet al groter. Wat ook een bescherming voor de ouderen geeft. De sterfte onder ouderen is er niet hoger dan in Nederland.

Sociale druk en toch vrije keuze

Meer vrijheden worden je aangeboden als je je wel laat prikken, en meer gedoe (zoals steeds testen) als je het niet doet. Ook al is er sociale druk, de keuze om je te vaccineren is een vrije keuze! Maar geen vrijblijvende keuze.

Als jullie huisartsen vinden wij het belangrijk dat je, samen met je ouders, een weloverwogen keuze kunt maken. Daarom willen wij jullie vragen om deze brief met aandacht te lezen over de medische kant van het verhaal.

Probleem: we weten nog te weinig over veiligheid

Minister de Jonge zegt dat het vaccin ook veilig voor kinderen van 12 t/m 17 is en dat er geen langetermijn bijwerkingen zijn. Samen met intussen meer dan 1500 andere dokters in Nederland zijn we daar niet helemaal van overtuigd! Om dat zeker te weten is veel langer onderzoek nodig. Zie www.artsencollectief.nl

Echt, hoe ziek word je als tiener dan van Corona?

Als je besmet wordt met het coronavirus dan maakt je lichaam op een natuurlijke manier afweer ertegen. Dat blijken juist kinderen en jongeren heel goed te kunnen. Daarom worden kinderen en jongeren zelden erg ziek van Corona. In verreweg de meeste gevallen zijn er alleen lichte klachten, zoals neusverkoudheid en hoesten, of helemaal



geen klachten. Van de ruim 280.000 kinderen van 0-19 jaar in Nederland waarvan bekend is dat ze besmet zijn geraakt, zijn er ruim 400 opgenomen geweest in het ziekenhuis. Onder 13 - 17-jarigen waren dat er zo'n 100. Van alle kinderen zijn er 3 overleden. Zie ook gezondheidsraad.nl. Deze kinderen hadden alle drie een onderliggende aandoening. Sommige kinderen/ jongeren hebben een chronische ziekte. Dat kan bijv. een ernstige astma zijn of een andere ziekte zoals taai-slijm-ziekte. Die jongeren kunnen zieker worden van het Coronavirus en daar soms langduriger klachten van ondervinden. Dan kunnen de voordelen om te vaccineren mogelijk opwegen tegen de nadelen.

Vaccins nog niet definitief goedgekeurd

Misschien goed om nog even in de herinnering te roepen, dat de vaccins die nu gebruikt worden, een voorlopige toelating hebben op grond van het spoedeisende belang, maar pas eind 2023 definitief goedgekeurd kunnen worden (bron: EMA).

Het vaccin is voor kinderen voorwaardelijk goedgekeurd op basis van één door de fabrikant zelf opgezet onderzoek, waarin duizend gevaccineerde kinderen van 12 -15 jaar zijn vergeleken met duizend ongevaccineerde kinderen (zie bijsluiters via pfizer.nl). Deze studie liet werkzaamheid zien, maar is te beperkt om eventuele bijwerkingen en schade op lange termijn op te kunnen sporen of uit te sluiten.

Dat het lang duurt voordat zeldzame bijwerkingen bekend worden, weten we nog van het vaccin tegen de Mexicaanse griep in 2009/2010. Pas 9 maanden na introductie van het vaccin werd duidelijk, dat bij sommige kinderen slaapziekte (narcolepsie) optrad (google: radar mexicaanse griep 2018). Zolang zijn we nu, met de coronapandemie, nog niet eens aan het vaccineren. Het eerste vaccin ging op 8 dec. 2020 in de arm van de toen 90 jarige Margaret Keenan.

Korte termijn en (middel)langetermijn bijwerkingen

De meest frequent voorkomende bijwerkingen bij jongeren van 12 tot 15 jaar zijn injectiepijn (> 90%), vermoeidheid en hoofdpijn (> 70%), spierpijn en koude rillingen (> 40%), gewrichtspijn en koorts (> 20%). Bron: bijsluiters via pfizer.nl, waarin meer details. Deze klachten zijn meestal na 1-3 dagen weer over. Vanwege de kleine kans op een hevige allergische reactie meteen na de prik, moet je 15 minuten blijven zitten voor je mag gaan.

Over meer en eventuele latere bijwerkingen laat het 'comirnaty-risk-management-plan' van de fabrikant ('confidential' staat erop) eerlijkheidshalve wel zien dat we heel veel nog niet weten over de langetermijn.

Ontsteking hartspier (myocarditis)

Intussen weten we uit Israël en de Verenigde Staten dat er, juist onder jongeren (18 - 30 jaar) en iets meer bij jongens, een zeldzame bijwerking kan optreden, namelijk een ontsteking van het hartzakje (pericarditis) of van de hartspier zelf (myocarditis). Dit is gemeld bij 1 op de 15.000 met Pfizer of Moderna gevaccineerde jongeren (bron: CDC). In Israël zijn dat er intussen ruim 500 en in de VS ruim 1000. Omdat bijwerkingen niet allemaal gemeld worden, zal dit aantal waarschijnlijk hoger zijn. Het is niet uitgesloten dat dit risico ook voor tieners bestaat. Deze myocarditis kan zowel mild als ernstig verlopen (hoe vaak ernstig is ons nog niet bekend).

Is er risico voor je vruchtbaarheid?

Over vruchtbaarheid wordt in de bijsluiters vermeld dat bij (kortlopende) dierproeven geen schade is gebleken. De boodschap van de overheid is dat deze vaccins beslist geen schade aan de vruchtbaarheid kunnen geven. Volgens ons kunnen we dat op de korte termijn dat deze vaccins nu worden gegeven nog helemaal niet zo zeker weten. Door de mRNA-prik gaat het lichaam zelf spike-eiwitten maken (gelijk aan die uitsteeksels op de mantel van het coronavirus), waartegen het immuunsysteem afweerstoffen gaat produceren. Canadese onderzoekers (Oxford Academic IDSA, Ogata ea) hebben bij Pfizer-gevaccineerden spike-eiwitten in de bloedbaan aangetroffen. Bij dierproeven is gebleken dat spike-eiwitten zich in weefsel kunnen ophopen: lever, longen, beenmerg, eierstokken, e.a. (Nature, Rhea ea). Spike-eiwitten kunnen ontstekingsreacties veroorzaken. Mogelijk is zo de myocarditis te verklaren (Bridle). Of dat ook in andere organen schadelijk zal blijken op (middel)lange termijn of niet is iets wat we nog niet weten.

Het meest eerlijke antwoord over de vraag naar de eventuele (middel)lange termijn bijwerkingen is volgens ons dus: dat we het nog niet weten.

Maar we maken we ons er wel zorgen over, want we willen niet dat er vermijdbare schade optreedt.

Samengevat

Tegenover deze onzekerheden omtrent de bijwerkingen staat het feit dat het risico op een ernstig beloop van corona bij kinderen zo goed als nul is. Dat is voor ons reden om te adviseren vooralsnog terughoudend te zijn met het vaccineren van kinderen en jongeren met de huidige (genetische) vaccins van Pfizer, en ook die van Moderna, Janssen en AstraZeneca. En dat met deze grotendeels nog onbekende risico's, kinderen voorlopig niet als 'schild' gebruikt worden om ouderen te beschermen.

Wachten tot het najaar?

In het najaar worden nog andere vaccins verwacht die op klassieke wijze (zoals het griepvaccin) werken, dus niet met genetische informatie in het vaccin: Sanofi GSK en Novavax. Nog niet gevaccineerden kunnen dan nieuwe afwegingen maken.

Zie voor meer informatie knvm.org en rijksoverheid.nl/vaccinatiestrategie.

Ondersteuning bij wel of niet vaccineren

Wanneer je tot vaccinatie besluit: het is mogelijk dat je in de dagen tot ca 2 weken na zowel de 1^e als de 2^e injectie een iets verminderde weerstand hebt. Om daar minder last van te hebben: blijf gezond leven! M.n. vanaf een week voor de vaccinatie, oa door: voldoende bewegen, gezond en niet te veel eten, voldoende slapen, matig met beeldschermen, te veel stress vermijden en zinvolle en leuke dingen blijven doen.

Als boost voor je immuunsysteem of wanneer je jezelf als kwetsbaar beleeft, kun je innemen: vitamine C (1000mg per dag), vitamine D (800 of 1000 IE = 20 of 25 mcg per dag, Zink (15 of 20 mg per dag) en Echinacea druppels. Tevens kan via de assistente een recept voor zgn. Vaccinatiekorrels (Weleda, 2x daags 2 korrels in de mond smelten) worden verkregen. Deze middelen kunnen het beste vanaf een week voor de vaccinatie t/m 2 weken erna worden ingenomen.

Ook als je je niet laat vaccineren blijft een gezonde leefstijl van belang om weerbaar te blijven! Het kan voorkomen, als je besluit je (nog) niet te vaccineren, dat er dan onbegrip uit je omgeving komt. Bv. omdat je vrienden/vriendinnen het wel doen. Omgekeerd kan natuurlijk ook voorkomen! Belangrijk is om er over te kunnen praten en dat je ouders goed naar je luisteren (en omgekeerd ook) en jou de ruimte geven je eigen standpunt hierin te vinden. Wanneer je meer gelijkgestemde andere jongeren zou willen ontmoeten: laat het ons weten!

Beste kinderen/jongeren en ouders, het zal wijsheid vragen om een weloverwogen beslissing te nemen over het wel of niet vaccineren van jullie/ je zoon of dochter.

We hopen dat deze aanvullende informatie een hulp kan zijn om een goede afweging te maken.

Mocht je nog met vragen blijven zitten, schroom niet om contact op te nemen met je huisarts!

Deze brief mag natuurlijk verder gedeeld worden.

Met hartelijke groet,

Marco Ephraïm, Joriet Schneider en Jeannette van der Schuit, huisartsen

Meer lezen?

Op onze website www.therapeuticumaurum.nl kun je in praktijkbrief nr 1 meer over de mRNA vaccins lezen. Daarin staan ook reguliere en aanvullende informatiesites op. Lees ook meer op www.rivm.nl, www.rijksoverheid.nl, www.coronavaccinatie.nl, www.thuisarts.nl, www.maurice.nl, www.artsencollectief.nl (hierop ook onafhankelijke informatie over de coronacrisis, coronavaccinatie, ook bij kinderen/jongeren).

Dit is een document in ontwikkeling. Wanneer je aanvullingen of feedback hebt, vernemen wij die graag. Je kunt deze via assistente.ephraim@therapeuticumaurum.nl delen.

Therapeuticum Aurum © www.therapeuticumaurum.nl