

Szczepionka przeciw grypie  
Informacja dla osób z grupy ryzyka

Zalecenia dotyczące ochrony zdrowia

Szczepionka przeciw grypie  
Chroń siebie.  
Chroń innych.

## **Informacja dla osób z grupy ryzyka na sezon 2020–2021**

### **Informacje na temat tej ulotki**

Niniejsza ulotka zawiera informacje o szczepionce przeciw grypie sezonowej. Skupia się na tym, kto powinien otrzymać szczepionkę oraz kiedy i w jaki sposób można ją otrzymać, ale zawiera również inne przydatne informacje.

Prosimy o dokładne zapoznanie się z jej treścią.

### **Czym jest grypa sezonowa?**

Grypa to choroba o dużej zakaźności, którą wywołuje wirus grypy. Wirus atakuje drogi oddechowe i płuca.

Grypa krąży w społeczeństwie w czasie sezonu grypowego. Sezon grypowy zwykle zaczyna się na początku października i trwa do końca kwietnia.

### **Czy grypa może spowodować poważną chorobę?**

**Tak**, grypa może spowodować poważną chorobę i zagrażające życiu powikłania, w tym zapalenie płuc, zapalenie oskrzeli oraz, w rzadkich przypadkach, zapalenie mózgu.

Grypa może również pogłębić dolegliwości związane z chorobami przewlekłymi.

Niektórzy ludzie są bardziej narażeni na możliwość wystąpienia poważnych powikłań: należą do nich osoby w wieku 65 lat i starsze, kobiety w ciąży oraz osoby cierpiące na inne choroby, np. cukrzycę czy przewlekłą chorobę płuc.

### **Czym różni się przeziębienie od grypy?**

Przeziębienie zazwyczaj rozpoczyna się stopniowo, objawiając się bólem gardła lub katarą, a jego objawy są zwykle łagodne.

Objawy grypy pojawiają się nagle i należą do nich: gorączka, ból mięśni i głowy oraz skrajne zmęczenie (osłabienie). Odróżnienie objawów grypy od objawów Covid-19 może być trudne.

### **Czym jest szczepionka przeciw grypie?**

Szczepionka to produkt, który wspomaga układ odpornościowy organizmu (system obronny) w walce z infekcjami. Z roku na rok wirusy grypy ulegają zmianom, dlatego również szczepionka jest co rok modyfikowana. Dzięki temu zapewnia ona ochronę przed szczepami wirusa grypy, których występowania spodziewamy się w danym roku.

### **W jaki sposób działa szczepionka przeciw grypie?**

Szczepionka wspomaga układ odpornościowy człowieka w wytwarzaniu przeciwciał (białek zwalczających infekcję). Jeżeli osoba zaszczepiona zetknie się z wirusem, szczepionka może zapobiec rozwinięciu się choroby.

## **Kto powinien zaszczepić się przeciw grypie?**

Szczepienia przeciwko grypie zalecane są:

- osobom w wieku co najmniej 65 lat;
- dzieciom w wieku 2–12 lat (prosimy o przeczytanie ulotki HSE dotyczącej szczepionki przeciw grypie przeznaczonej dla dzieci);
- kobietom w ciąży (prosimy o przeczytanie ulotki HSE dotyczącej szczepionki przeciw grypie przeznaczonej dla kobiet w ciąży);
- osobom (dorosłym i dzieciom) cierpiącym na przewlekłe schorzenia, takie jak cukrzyca, choroby serca, wątroby, nerek i przewlekłe choroby płuc, w tym POChP, lub choroby neurologiczne;
- pacjentom onkologicznym;
- osobom, których układ odpornościowy jest osłabiony z powodu choroby lub leczenia;
- osobom otyłym, których indeks masy ciała (BMI) wynosi ponad 40;
- osobom z zespołem Downa;
- mieszkańcom domów opieki lub innych placówek pobytu długoterminowego;
- członkom personelu medycznego;
- opiekunom;
- osobom mieszkającym z osobami z grupy ryzyka zachorowania na grypę w związku z innymi schorzeniami;
- osobom mającym regularny bliski kontakt z drobiem, ptactwem lub świniami.

## **Dlaczego dzieci w wieku 2–12 lat powinny zostać zaszczepione przeciw grypie?**

Dzieci, szczególnie młodsze, narażone są na wystąpienie powikłań grypy. U dzieci wirus grypy utrzymuje się w organizmie dłużej niż u dorosłych, dlatego mogą one łatwo przenosić go na inne, podatne osoby.

Szczepionka przeciw grypie chroni dzieci przed grypą oraz chroni osoby podatne znajdujące się w ich otoczeniu, na przykład ich dziadków.

Więcej szczegółów można znaleźć w ulotce HSE dotyczącej szczepionki przeciw grypie przeznaczonej dla dzieci.

## **Dlaczego kobiety w ciąży powinny szczepić się przeciw grypie?**

U kobiet w ciąży występuje podwyższone ryzyko powikłań grypy. Grypa może również negatywnie wpłynąć na dziecko, na przykład może spowodować poronienie, przedwczesny poród lub nawet obumarcie płodu.

Szczepionka przeciw grypie chroni kobiety ciężarne w okresie ciąży, a także ich nowonarodzone dzieci w pierwszych miesiącach ich życia.

Kobiety w ciąży powinny się zapoznać z ulotką HSE dotyczącą grypy w okresie ciąży.

### **Czy szczepionka przeciw grypie chroni przed Covid-19?**

**Nie.** Szczepionka przeciw grypie nie chroni przed Covid-19, ale przyjęcie tej szczepionki jest ważne, aby ochronić się przed grypą. Grypa to poważna choroba i zachorowanie na nią może wiązać się z koniecznością pobytu w szpitalu.

### **Na ile bezpieczna jest szczepionka przeciw grypie?**

Szczepionka przeciw grypie jest bardzo bezpieczna. Szczepionki przeciw grypie są podawane od ponad 60 lat milionom ludzi na całym świecie.

### **Jakie są działania niepożądane szczepienia?**

Częste działania niepożądane należą do łagodnych. Po zaszczepieniu przeciw grypie mogą wystąpić działania niepożądane takie jak ból, zaczerwienienie i obrzęk w okolicy wkłucia. Ponadto mogą wystąpić bóle głowy i mięśni oraz uczucie zmęczenia. Te działania niepożądane mogą utrzymywać się kilka dni.

Poważne reakcje są niezwykle rzadkie; u jednej na milion osób może wystąpić ciężka reakcja alergiczna.

### **Czy szczepionka przeciw grypie może tę chorobę wywołać?**

**Nie.** Szczepionka na grypę nie może spowodować grypy.

### **Kto nie powinien szczepić się przeciw grypie?**

Nie **należy** szczepić się przeciw grypie, jeżeli w wyniku podania poprzedniej dawki szczepionki lub któregośkolwiek jej składnika wystąpiła ciężka reakcja alergiczna (wstrząs anafilaktyczny).

Nie należy szczepić się przeciw grypie w przypadku przyjmowania kombinacji dwóch leków nazywanych inhibitorami immunologicznych punktów kontrolnych (np. ipilimumab z niwolumabem), które stosuje się w leczeniu nowotworów.

### **Czy osoby uczulone na jajka mogą się szczepić?**

Osoby z alergią na jajka mogą się szczepić przeciw grypie. Prosimy o skonsultowanie się ze swoim lekarzem rodzinnym lub z farmaceutą.

### **Kiedy należy przełożyć szczepienie przeciw grypie?**

Istnieje kilka rzadkich powodów, dla których szczepienie należy przełożyć. Przełożenie szczepienia przeciw grypie do czasu poprawy stanu zdrowia może być konieczne w przypadku złego samopoczucia i wysokiej temperatury wynoszącej powyżej 38°C.

### **Gdzie mogę otrzymać szczepionkę przeciw grypie, jeżeli należę do jednej z grup, którym zaleca się przyjęcie szczepionki?**

Szczepionkę można otrzymać od lekarza rodzinnego lub farmaceuty.

Pracownikom ochrony zdrowia szczepionkę może zapewniać dział BHP pracodawcy.

### **Jaki jest koszt szczepionki przeciw grypie?**

Szczepionka i konsultacja z lekarzem rodzinnym lub farmaceutą jest darmowa dla osób, którym zaleca się szczepienie przeciw grypie.

Umów się ze swoim lekarzem rodzinnym lub farmaceutą już teraz.

### **Czy w czasach zagrożenia Covid-19 wizyta u lekarza rodzinnego lub farmaceuty w celu otrzymania szczepionki przeciw grypie jest bezpieczna?**

**Tak.** Lekarze rodzinni i farmaceuci przestrzegają zaleceń HSE dotyczących zapobiegania Covid-19, aby zapobiegać zakażeniom i zapewnić bezpieczeństwo osób odwiedzających ich gabinety.

### **Wskazówka: Szczepionka przeciw pneumokokom**

Osoby w wieku co najmniej 65 lat lub cierpiące na przewlekłe schorzenie powinny zapytać swojego lekarza rodzinnego lub farmaceutę o szczepionkę przeciw pneumokokom, która chroni przed zapaleniem płuc. Zazwyczaj wystarczy **jednokrotne** szczepienie przeciw pneumokokom. Tę szczepionkę można przyjąć tego samego dnia, co szczepionkę na grypę.

Aby uzyskać więcej informacji, zobacz: [www.hse.ie/flu](http://www.hse.ie/flu)

Łącza do ulotki informacyjnej dla pacjentów na temat tej szczepionki można znaleźć również na stronie internetowej [www.hpra.ie](http://www.hpra.ie). Należy wyszukać Quadrivalent Influenza Vaccine (split virion, inactivated) lub zeskanować kod QR, aby przeczytać odpowiednią ulotkę informacyjną dla pacjenta.

National Immunisation Office  
Kod zamówienia:  
Wrzesień 2020