


Προστατευτείτε έναντι της γρίπης

Ανοσοποίηση έναντι της γρίπης στην Αγγλία

Πληροφορίες για τα άτομα στη δευτεροβάθμια
εκπαίδευση



Flu  mmunisation

Helping to protect you against flu

5 λόγοι

για να κάνετε το αντιγριπικό εμβόλιο

1. Προστατέψτε τον εαυτό σας

Το εμβόλιο θα σας βοηθήσει να προστατευτείτε έναντι της γρίπης και των σοβαρών επιπλοκών όπως είναι η βρογχίτιδα και η πνευμονία.

2. Προστατέψτε την οικογένεια και τους φίλους σας

Ο εμβολιασμός σας θα βοηθήσει στην προστασία των πιο ευάλωτων φίλων και μελών της οικογένειας.

3. Δεν χρειάζεται καμία ένεση

Το ρινικό εκνέφωμα είναι ανώδυνο και εύκολο στη λήψη του.

4. Είναι καλύτερο από το να έχετε γρίπη

Το ρινικό εκνέφωμα σας προστατεύει από τη γρίπη, έχει χορηγηθεί σε εκατομμύρια ανθρώπους σε όλον τον κόσμο και έχει εξαιρετικό ιστορικό ασφάλειας.

5. Αποφύγετε τις χαμένες ευκαιρίες

Αν κολλήσετε γρίπη, μπορεί να μην αισθάνεστε καλά για αρκετές ημέρες και να μην μπορείτε να κάνετε αυτά που σας ευχαριστούν.



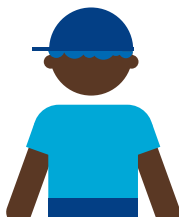


Το αντιγριπικό εμβόλιο προσφέρεται δωρεάν:

Σε παιδιά ηλικίας 2 ή 3 ετών (στις 31 Αυγούστου της τρέχουσας περιόδου γρίπης)



Σε όλα τα παιδιά του δημοτικού



Σε όλα τα νεαρά άτομα ηλικίας γυμνασίου

Σε παιδιά με παθήσεις που τα θέτουν σε μεγαλύτερο κίνδυνο αν κολλήσουν γρίπη



Το φυλλάδιο αυτό αφορά νέους στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση. Περισσότερες πληροφορίες για όλα τα παιδιά που πληρούν τις προϋποθέσεις μπορείτε να βρείτε στη διεύθυνση: www.nhs.uk/child-flu

Γιατί πρέπει να κάνω το εμβόλιο της γρίπης;

Η γρίπη μπορεί να είναι μία πολύ δυσάρεστη ασθένεια η οποία προκαλεί πυρετό, ρινική απόφραξη, ξηρό βήχα, ερεθισμένο λαιμό, πόνους στους μύες και τις αρθρώσεις και υπερβολική κόπωση. Αυτό μπορεί να διαρκέσει αρκετές ημέρες ή και περισσότερο. Ορισμένοι άνθρωποι παρουσιάζουν επιπλοκές και χρειάζονται νοσηλεία για θεραπεία.

Ποια είναι τα οφέλη του εμβολίου;

Ο εμβολιασμός θα σας βοηθήσει να προστατευτείτε από μια ασθένεια που μπορεί να είναι πολύ δυσάρεστη. Μπορεί να σας βοηθήσει να αποφύγετε να χάσετε τα πράγματα που σας ευχαριστούν και να διακόψετε την εκπαίδευσή σας.

Γιατί προσφέρεται το εμβόλιο σε τόσους νέους ανθρώπους;

Το εμβόλιο θα σας βοηθήσει να προστατευτείτε έναντι της γρίπης και θα μειώσει την πιθανότητα να μεταδώσετε τη γρίπη σε άλλους, προστατεύοντας έτσι την οικογένεια και τους φίλους σας.

Θα βοηθήσει στη μείωση των επιπέδων γρίπης στον πληθυσμό τον χειμώνα όταν ενδέχεται να υπάρχει πίεση στο ΕΣΥ αν ο COVID-19 κυκλοφορεί ακόμη.



Έκανα το εμβόλιο της γρίπης πέρυσι. Χρειάζομαι κι άλλο φέτος;

Ναι, οι ιοί της γρίπης αλλάζουν κάθε χρόνο κι έτσι το εμβόλιο ενδέχεται να έχει εκσυγχρονιστεί. Για τον λόγο αυτόν, συνιστούμε να εμβολιαστείτε ξανά φέτος έναντι της γρίπης, παρόλο που εμβολιαστήκατε πέρυσι.

Πώς θα χορηγηθεί το εμβόλιο;

Συνήθως χορηγείται ως ρινικό εκνέφωμα.

Πώς ενεργεί το ρινικό εκνέφωμα;

Το ρινικό εκνέφωμα περιέχει ιούς που έχουν αποδυναμωθεί έτσι ώστε να μην προκαλέσουν γρίπη αλλά θα βοηθήσουν να αναπτύξετε ανοσία.

Το εμβόλιο απορροφάται γρήγορα από τη μύτη κι έτσι, ακόμη κι αν φτερνιστείτε αμέσως μετά τη λήψη του, δεν χρειάζεται να ανησυχείτε ότι δεν έχει δράσει.

Υπάρχουν παρενέργειες από το εμβόλιο;

Ίσως εμφανίσετε καταρροή ή ρινική απόφραξη, κεφαλαλγία, γενικευμένη κόπωση και κάποια απώλεια όρεξης. Ωστόσο, όλα αυτά είναι πολύ λιγότερο σοβαρά από τη γρίπη και τις επιπλοκές της. Σοβαρές παρενέργειες είναι σπάνιες.

Τι ισχύει για τους νέους που έχουν κάποια χρόνια πάθηση;

Αν έχετε κάποια πάθηση που σας θέτει σε μεγαλύτερο κίνδυνο από τις επιπλοκές της γρίπης, θα πρέπει να κάνετε το εμβόλιο της γρίπης κάθε χρόνο.

Αν είστε στη δευτεροβάθμια εκπαίδευση, θα λάβετε το εμβόλιο μαζί με τα υπόλοιπα άτομα της τάξης σας. Ωστόσο, μπορείτε να ζητήσετε από το τοπικό σας ιατρείο να σας εμβολιάσει, για παράδειγμα, αν δεν θέλετε να περιμένετε μέχρι τον σχολικό εμβολιασμό.



Χρόνιες παθήσεις λόγω των οποίων κινδυνεύετε περισσότερο από τη γρίπη

Οι παθήσεις αυτές περιλαμβάνουν:

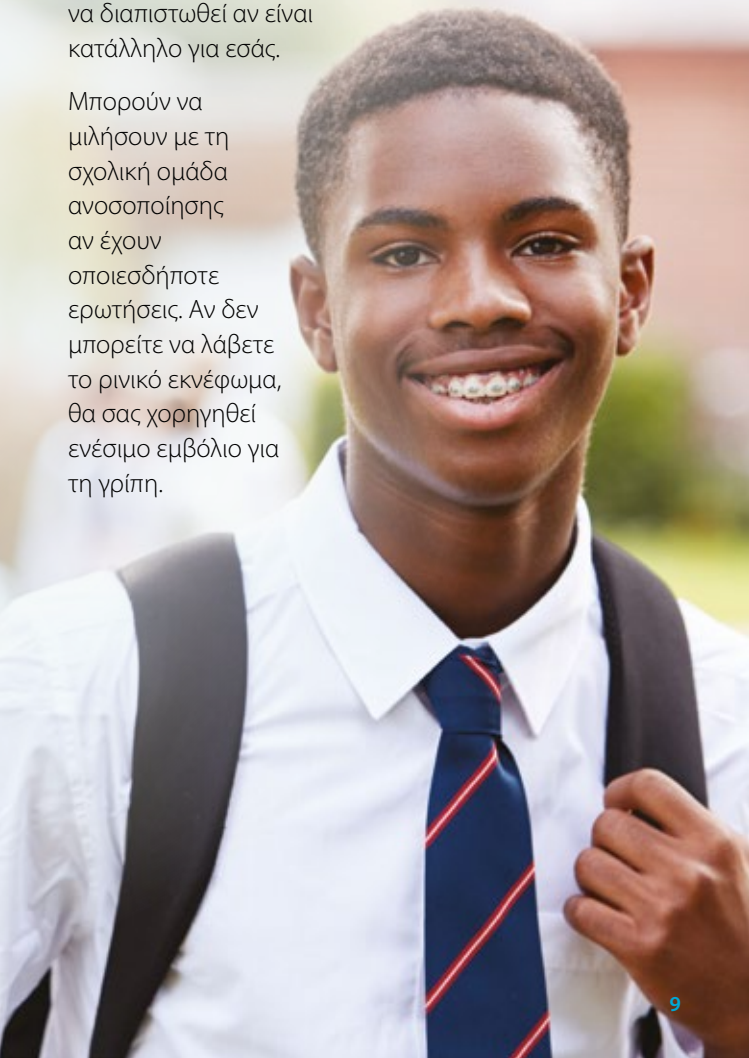
- σοβαρά αναπνευστικά προβλήματα, για παράδειγμα, κάποιους νέους με άσθμα
- σοβαρές καρδιακές παθήσεις
- παθήσεις των νεφρών ή του ήπατος
- διαβήτη
- εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα λόγω κάποιας πάθησης ή θεραπείας με φάρμακα όπως στεροειδή ή χημειοθεραπεία
- προβλήματα με τη σπλήνα, για παράδειγμα, δρεπανοκυτταρική νόσο ή σπληνεκτομή
- μαθησιακή δυσκολία
- προβλήματα στο νευρικό σύστημα, όπως εγκεφαλική παράλυση

Επισκεφτείτε τη διεύθυνση
www.nhs.uk/child-flu
για περισσότερες πληροφορίες.

Υπάρχουν κάποιοι νέοι που δεν θα έπρεπε να κάνουν το ρινικό εμβόλιο;

Το εμβόλιο σε μορφή ρινικού εκνεφώματος παρέχεται στους νέους επειδή είναι πιο αποτελεσματικό στο πρόγραμμα από το ενέσιμο εμβόλιο. Ωστόσο, ορισμένοι νέοι με χρόνιες παθήσεις ενδέχεται να μην μπορούν να λάβουν το ρινικό εμβόλιο (δείτε λεπτομέρειες στην επόμενη σελίδα). Θα δοθεί στους γονείς σας ένα έντυπο συγκατάθεσης για να συμπληρώσουν πριν κάνετε το εμβόλιο, στο οποίο θα περιλαμβάνονται ερωτήσεις για να διαπιστωθεί αν είναι κατάλληλο για εσάς.

Μπορούν να μιλήσουν με τη σχολική ομάδα ανοσοποίησης αν έχουν οποιοσδήποτε ερωτήσεις. Αν δεν μπορείτε να λάβετε το ρινικό εκνέφωμα, θα σας χορηγηθεί ενέσιμο εμβόλιο για τη γρίπη.



Ποιος δεν πρέπει να κάνει το ρινικό εμβόλιο;

Αντί του εμβολίου με ρινικό εκνέφωμα, θα πρέπει να κάνετε ενέσιμο εμβόλιο για τη γρίπη αν:

- έχετε δύσπνοια ή είχατε τις τελευταίες 72 ώρες
- έχετε πολύ εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα ή κάποιος στο σπίτι σας χρειάζεται απομόνωση λόγω σοβαρής ανοσοκαταστολής
- έχετε κάποια πάθηση που απαιτεί θεραπεία με σαλικυλικό
- είχατε αναφυλακτική αντίδραση σε αντιγριπικό εμβόλιο ή σε κάποιο από τα συστατικά του στο παρελθόν (εκτός του αυγού)

Οι νέοι που έχουν εμβολιαστεί με το ρινικό εκνέφωμα θα πρέπει να αποφεύγουν τη στενή επαφή με ανθρώπους με πολύ σοβαρά εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα για περίπου 2 εβδομάδες μετά τον εμβολιασμό.

Αν η επαφή είναι πιθανή ή αναπόφευκτη, τότε θα πρέπει να τους χορηγηθεί άλλο αντιγριπικό εμβόλιο.

Τι γίνεται αν δεν αισθάνομαι καλά την ημέρα του εμβολιασμού;

Ο εμβολιασμός μπορεί να καθυστερήσει αν έχετε πυρετό. Επίσης, αν έχετε καταρροή ή έντονη ρινική απόφραξη, αυτό ενδέχεται να εμποδίσει την απορρόφηση του εμβολίου. Σε αυτήν την περίπτωση, μπορεί να αναβληθεί ο εμβολιασμός για τη γρίπη μέχρι να υποχωρήσουν τα ρινικά συμπτώματα.

Το ρινικό εμβόλιο περιέχει ζελατίνη που προέρχεται από χοίρους (χοίρεια ζελατίνη);

Ναι. Το ρινικό εμβόλιο περιέχει μια ζελατίνη σε υψηλά επεξεργασμένη μορφή (χοίρεια ζελατίνη), η οποία χρησιμοποιείται σε πολλά βασικά φάρμακα. Η ζελατίνη βοηθά να διατηρούνται σταθεροί οι ιοί του εμβολίου έτσι ώστε το εμβόλιο να παρέχει τη βέλτιστη προστασία έναντι της γρίπης.

Το εμβόλιο σε μορφή ρινικού εκνεφώματος παρέχεται σε παιδιά και νέους επειδή είναι πιο αποτελεσματικό στο πρόγραμμα από το ενέσιμο εμβόλιο. Αυτό συμβαίνει επειδή είναι πιο εύκολη η χορήγηση και θεωρείται καλύτερο για τη μείωση της μετάδοσης της γρίπης σε άλλους, οι οποίοι μπορεί να είναι πιο ευάλωτοι στις επιπλοκές της γρίπης.

Ωστόσο, αν διατρέχετε υψηλό κίνδυνο από τη γρίπη λόγω 1 ή περισσότερων παθήσεων ή θεραπειών και δεν μπορείτε να λάβετε το ρινικό εμβόλιο, θα πρέπει να κάνετε το ενέσιμο εμβόλιο.

Για όσους δεν αποδέχονται τη χρήση χοίρειας ζελατίνης στα ιατρικά προϊόντα, διατίθεται ένα εναλλακτικό ενέσιμο εμβόλιο φέτος. Οι γονείς σας θα πρέπει να συζητήσουν τις επιλογές με τη σχολική ομάδα ανοσοποίησης.



Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;

Επισκεφτείτε τη διεύθυνση www.nhs.uk/child-flu για περισσότερες πληροφορίες. Μιλήστε με τη σχολική ομάδα ανοσοποίησης, τον οικογενειακό γιατρό σας ή κάποια νοσηλεύτρια στο τοπικό σας ιατρείο, αν έχετε περαιτέρω ερωτήσεις.

