


Kendini gribe karşı koru

İngiltere'de grip aşısı

7-11. sınıf öğrencileri için bilgiler



Flu  **mmunisation**

Helping to protect you against flu

grip aşıası

olmak için 5 sebep

1. Kendini kuru

Aşı, gripten ve bronşit ve zatürree gibi ciddi komplikasyonlardan korunmana yardımcı olur.

2. Aileni ve arkadaşlarını kuru

Aşı olarak daha savunmasız olan arkadaşlarını ve aileni korumaya yardımcı olursun.

3. Enjeksiyon gerekmez

Burun spreyi ağrısızdır ve kolayca uygulanır.

4. Grip olmaktan daha iyidir

Burun spreyi, gripten korunmaya yardımcı olur, dünya çapında milyonlarca kişiye verilmiştir ve güvenlik konusunda mükemmel bir geçmişe sahiptir.

5. Sevdiğin şeyleri yapmaya devam et

Grip olursan kendini birkaç gün boyunca iyi hissetmeyebilir ve yapmaktan zevk aldığın şeyleri yapamayabilirsin.

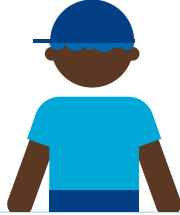


Grip aşısı, aşıya gidenlere ücretsiz olarak sunulur:

2 ya da 3 yaşındaki çocuklar (mevcut grip sezonunda, 31 Ağustos tarihinde 2 ya da 3 yaşında olan)



İlkokul çağındaki tüm çocuklar



Ortaöğretim 7-11. sınıf çağındaki tüm gençler

Gripten dolayı daha da kötüleşebilecek olan bir sağlık sorunu bulunan çocuklar



Bu broşür, 7-11. Sınıf öğrencileri içindir. Aşıdan yararlanabilecek tüm çocuklar hakkında daha fazla bilgi için: www.nhs.uk/child-flu

Neden grip aşısı olmalıyım?

Grip; ateş, burun tıkanıklığı, kuru öksürük, boğaz ağrısı, kas ve eklem ağrıları ve aşırı yorgunluğa sebep olan, çok rahatsız edici bir hastalık olabilir. Grip belirtileri, birkaç gün veya daha uzun sürebilir. Bazı insanlarda komplikasyonlar ortaya çıkabilir ve tedavi için hastaneye gitmeleri gerekir.

Aşının faydaları nelerdir?

Aşı olman, çok kötü bir hastalık olarak baş gösterebilecek bu hastalıktan korunmana yardımcı olacaktır. Aşı olmak, yapmaktan zevk aldığın şeyleri yapmaya devam etmene ve eğitiminin kesintiye uğramamasına yardımcı olabilir.

Aşı neden bu kadar çok gence sunuluyor?

Aşı, gripten korunmana yardımcı olur ve grip virüsünü başkalarına yayma riskini azaltır; böylelikle aileni ve arkadaşlarını korumaya yardımcı olur.

COVID-19 salgınının devam ediyor olması durumunda NHS aşırı yoğunlukla karşı karşıya olabileceğinden, kış mevsimi boyunca genel nüfustaki grip seviyelerinin düşürülmesine yardımcı olacaktır.



Geçen yıl grip aşısı oldum. Bu sene de aşı olmam gerekiyor mu?

Evet, grip virüsleri her yıl değiştiğinden, aşı güncel hale getirilmiş olabilir. Bu nedenle, geçen yıl aşı olmuş olsan dahi, bu yıl gribe karşı tekrar aşı olmanı öneriyoruz.

Aşı nasıl verilecek?

Genellikle bir burun spreyi olarak verilir.

Peki, burun spreyi nasıl çalışır?

Burun spreyi, gribe yol açmalarını önlemek için zayıflatılmış, ancak bağışıklık kazanmana yardımcı olacak virüsler içerir.

Aşı, burun içinde hızlı bir şekilde emildiğinden, sprey uygulandıktan hemen sonra hapşırsan dahi spreyin işe yaramadığına dair endişelenmene gerek kalmaz.

Aşının herhangi bir yan etkisi var mı?

Burun akıntısı veya tıkalı burun, baş ağrısı, genel yorgunluk ve iştahsızlık hissi belirtileri geliştirebilirsin. Ancak, bunlar, grip ve grip ile ilgili komplikasyonların gelişmesinden çok daha az ciddidir. Ciddi yan etkiler nadir olarak görülür.

Peki ya uzun süreli bir sağlık sorununa sahip gençler?

Gripten dolayı ciddi komplikasyonlar geliştirme riskini yükselten bir sağlık sorununun varsa, her yıl grip aşısı olmalısın.

7-11. Sınıftaysan sana da yaşitlarınla birlikte bir aşı sunulacak. Ancak okul aşılama seansına kadar beklemek istemiyorsan, aşığı aile hekimi sağlık ocağının yapmasını da isteyebilirsin.



Gripten dolayı daha fazla riskle karşı karşıya kalmaya yol açan uzun süreli sağlık sorunları

Bu sağlık sorunlarına şunlar dahildir:

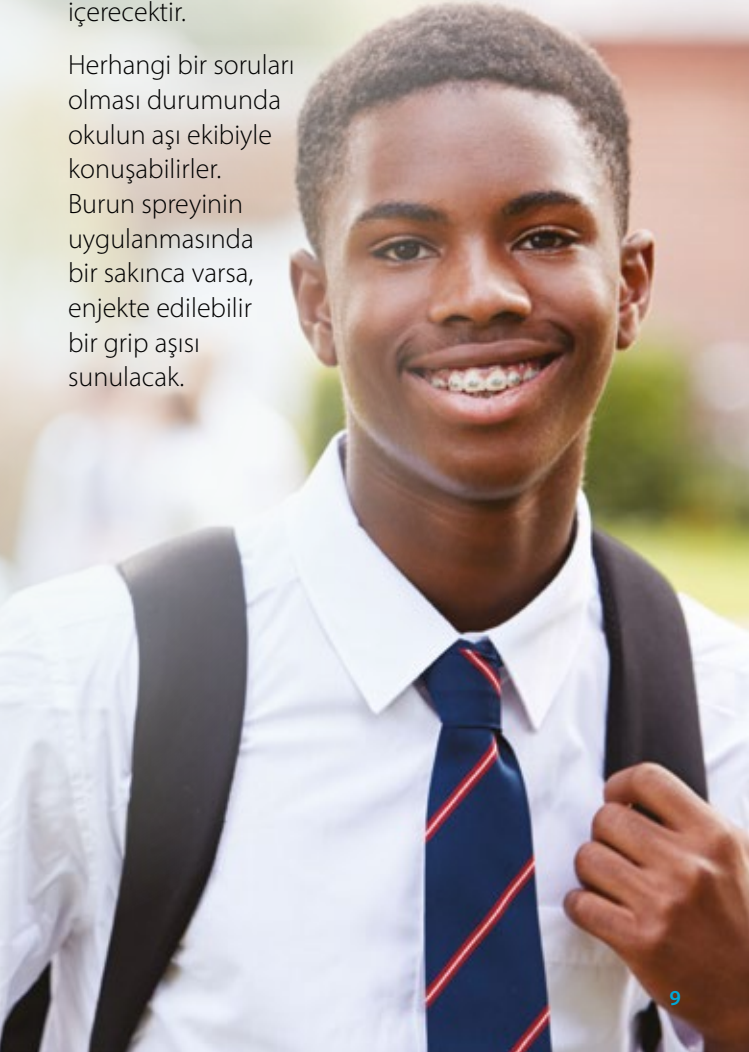
- ciddi solunum sorunları; örneğin, astım hastası bazı gençler
- ciddi kalp rahatsızlıkları
- böbrek ya da karaciğer hastalığı
- diyabet
- bir rahatsızlık ya da steroid tabletleri veya kemoterapi gibi tedavilerin sonucu olarak zayıflamış bağışıklık sistemi
- dalakla ilgili problemler; örneğin, orak hücre hastalığı veya dalağın alınması
- öğrenme güçlüğü
- serebral palsi gibi sinir sistemi ile ilgili problemler

Daha fazla bilgi için www.nhs.uk/child-flu adresini ziyaret edin.

Burundan uygulanan grip aşısını olmaması gereken gençler var mı?

Gençlere burundan uygulanan aşının sunulmasının nedeni, bunun, programda bulunan enjeksiyon şeklindeki aşıdan daha etkili olmasıdır. Ancak, uzun süreli sağlık sorunlarına sahip bazı gençler burundan uygulanan grip aşısını olmayabilir (ayrıntılar için bir sonraki sayfaya bakın). Aşıdan önce ailene doldurmaları için bir onay formu verilecektir. Form, aşının senin için uygun olup olmadığını kontrol etmek için sorular içerecektir.

Herhangi bir soruları olması durumunda okulun aşı ekibiyle konuşabilirler. Burun spreyinin uygulanmasında bir sakınca varsa, enjekte edilebilir bir grip aşısı sunulacak.



Burundan uygulanan grip aşısını kimler olmamalıdır?

Aşağıdaki durumlarda burundan uygulanan aşı yerine enjeksiyon şeklinde bir grip aşısı olmalısın:

- şu anda hışıltılıysan ya da son 72 saatte hışıltı yaşadysan
- bağışıklık sistemin zayıfsa ya da yaşadığın evde bağışıklık sistemi ciddi şekilde baskılanmış olduğundan karantina altında tutulması gereken birisi varsa
- salisilat tedavisi gerektiren bir rahatsızlığın varsa
- geçmişte bir grip aşısına ya da bileşenlerinden birine karşı anafilaktik reaksiyon gösterdiysen (yumurta dışında)

Burun spreyi ile aşılanan gençler aşılamayı takiben yaklaşık 2 hafta boyunca bağışıklık sistemleri ileri derecede zayıflamış olan insanlarla yakın temastan kaçınmalıdır.

Temas etme olasılıkları yüksekse ya da kaçınılmazsa, bu durumda alternatif bir grip aşısı verilmelidir.

Peki ya o gün kendimi iyi hissetmiyorsam?

Ateşin varsa, aşının yapılması geciktirilebilir. Ayrıca, burnun aşırı şekilde tıkalıysa veya akıyorsa, bu durum, aşının sistemine girmesini engelleyebilir. Bu durumda, grip aşısının yapılması, burnunla ilgili belirtiler geçinceye kadar ertelenebilir.

Burundan uygulanan grip aşısı, domuzlardan türetilmiş jelatin (domuz jelatini) içeriyor mu?

Evet. Burundan uygulanan grip aşısı çok sayıda temel ilaçta kullanılan, yüksek derecede işlenmiş bir jelatin (domuz jelatini) formunu içerir. Jelatin, aşı virüslerinin stabil şekilde kalmasına yardımcı olur ve böylece aşı gribe karşı en iyi korumayı sağlar.

Çocuklara ve gençlere burundan uygulanan aşının sunulmasının nedeni, bunun, programda bulunan enjeksiyon şeklindeki aşıdan daha etkili olmasıdır. Bunun sebebi, uygulanmasının daha kolay olması ve gribin komplikasyonlarına karşı daha savunmasız olabilecek kişilere gribin bulaşmasını azaltmada daha etkin olduğu düşünüldüğündendir.

Bununla birlikte, 1 ya da daha fazla sağlık durumu ya da tedavi nedeniyle gripten dolayı yüksek risk altındaysan ve burundan uygulanan grip aşısını olamıyorsan, enjeksiyon şeklindeki grip aşısını olmalısın.

Sağlık ürünlerinde domuz jelatini kullanımını kabul etmeyenler için bu yıl alternatif, enjekte edilebilir bir aşı mevcuttur. Ebeveynlerin seçenekler hakkında okul aşı ekibi ile görüşmelidir.



Nereden daha fazla bilgi alabilirim?

Daha fazla bilgi için www.nhs.uk/child-flu adresini ziyaret et. Başka soruların olursa, okul aşılama ekibine, aile hekimine ya da sağlık ocağı hemşirene danış.

