

Ο εμβολιασμός κατά της εποχικής γρίπης είναι το καλύτερο και ασφαλέστερο διαθέσιμο μέσο πρόληψης για τη νόσο. Επειδή ο ιός της γρίπης μπορεί να υποστεί μεταλλάξεις, **ο εμβολιασμός είναι αναγκαίο να επαναλαμβάνεται κάθε χρόνο** με έμφαση σε συγκεκριμένες ομάδες αυξημένου κινδύνου για εμβολιασμό, σύμφωνα με την εγκύκλιο του Υπουργείου Υγείας

Οι ομάδες αυξημένου κινδύνου είναι οι εξής:

1. Εργαζόμενοι σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας (ιατρονοσηλευτικό προσωπικό και λοιποί εργαζόμενοι).
2. Άτομα ηλικίας 60 ετών και άνω.
3. Παιδιά άνω των 6 μηνών και ενήλικες που παρουσιάζουν έναν ή περισσότερους από τους παρακάτω επιβαρυντικούς παράγοντες ή χρόνια νοσήματα:
 - Άσθμα ή άλλες χρόνιες πνευμονοπάθειες
 - Καρδιακή νόσο με σοβαρές αιμοδυναμικές διαταραχές
 - Ανοσοκαταστολή (κληρονομική ή επίκτητη εξαιτίας νοσήματος ή θεραπείας)
 - Μεταμόσχευση οργάνων
 - Δρεπανοκυτταρική νόσο (και άλλες αιμοσφαιρινοπάθειες)
 - Σακχαρώδη διαβήτη ή άλλο χρόνιο μεταβολικό νόσημα
 - Χρόνια νεφροπάθεια
 - Νευρολογικά ή Νευρομυϊκά νοσήματα
4. Έγκυες γυναίκες ανεξαρτήτου ηλικίας κύησης.
5. Λεχωίδες.
6. Θηλάζουσες.
7. Άτομα με Δείκτη Μάζας Σώματος(BMI)μεγαλύτερης των 40 kg/m².
8. Παιδιά που παίρνουν ασπιρίνη μακροχρόνια (π.χ.για νόσο Kawasaki, ρευματοειδή αρθρίτιδα και άλλα) για τον πιθανό κίνδυνο εμφάνισης συνδρόμου Reye μετά από γρίπη.
9. Άτομα που βρίσκονται σε στενή επαφή με παιδιά μικρότερα των 6 μηνών ή φροντίζουν άτομα με υποκείμενο νόσημα, τα οποία διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο επιπλοκών από τη γρίπη.
10. Οι κλειστοί πληθυσμοί (προσωπικό και εσωτερικοί σπουδαστές γυμνασίων-λυκείων, στρατιωτικών και αστυνομικών σχολών, ειδικών σχολείων ή σχολών, τρόφιμοι και προσωπικό ιδρυμάτων κ.ά.). Στρατεύσιμοι στα κέντρα κατάταξης και ειδικά όσοι κατατάσσονται κατά τους χειμερινούς μήνες (Οκτώβριο - Μάρτιο).
11. Επαγγελματίες όπως πτηνοτρόφοι, χοιροτρόφοι, κτηνίατροι, εκτροφείς, σφαγείς και γενικά άτομα που έρχονται σε συστηματική επαφή με πουλερικά.



Είσαι
60+;



Πάσχεις
από χρόνια
νόσημα;



Είσαι
έγκυος;



Είσαι
εργαζόμενος
στον **τομέα**
της **υγείας;**

ΕΜΒΟΛΙΑΣΟΥ

για την εποχική γρίπη

Προστατεύσου και προστατεύσε τους γύρω σου.



www.eody.gov.gr

Γραμμή Επικοινωνίας: 210 52 12 054

Στα συμπτώματα γρίπης περιλαμβάνονται:

- Πυρετός
- Πίνας
- Πιναή καταρροή
- Πόνος στο λαιμό
- Σορόζη στην
- Μυαλγίες
- Κεφαλαί
- Πόν



- ➔ Άρρωστοι ασθενείς μπορεί επίσης να παρουσιάσουν και εμπόση ή διάρρεια.
- ➔ Ασθενείς που υποφέρ από γρίπη, μπορεί να εμφανίσουν μέση αυτί κατά συνέπεια της κενταυροειδούς μόνητης κενταυροειδούς μόνητης.



www.eody.gov.gr

Γραφή Επισημοφωνίας: 210 52 12 054



Προστατεύσου και προσάτευσε τους γύρω σου.



1 Εμβολιαστείτε με το αντιγριπικό εμβόλιο

- Το αντιγριπικό εμβόλιο είναι το πιο αποτελεσματικό μέσο για την προστασία από τη γρίπη.
- Το αντιγριπικό εμβόλιο πρέπει να γίνεται **ετήσια**, κατά την τακτική άνοιξη/βροχιολοκαρμίας. Σε περίπτωση όμως που δεν γίνει τότε, μπορεί να γίνει είτε το διάστημα από υπέρθετος κρούση για τη γρίπη στην κλιματική.
- Εμβολιάζονται κατά προτεραιότητα οι άτομα που κινδύνευσαν να αρρωστήσουν από τη γρίπη, για να παραποροί ή υλοποιήσει σοβαρά νόσημα, ανατομικών ανωμαλιών.
- Τα **απόδομα υψηλού κινδύνου** για εμφάνιση κληρονομικών ή γρίπη περιλαμβάνονται:
 - Άτομα με χρόνια προβλήματα υγείας (καρμία, ελάση, νεφροκαταστολή, καρδιοαγγειακά, αναπνευστικά, ανοσοκατασταλά, νεφρογενή τοξαιμία)
 - Άτομα ηλικίας άνω των 60 ετών
 - Ελάση
- Διακοσμητικό εμβόλιο, εφάπαξ ελάση για:
 - Ελάση τους εργαζόμενους στο χώρο της υγείας
 - Τα άτομα που έλασαν σε συνάση επαφή με άτομα με γρίπη για τον 6 μήνα
 - Όσοι εργαζόμενοι έχουν που κινδύνευσαν σε υψηλό κινδύνου κινδύνου
- Το αντιγριπικό εμβόλιο είναι **αποδοτικό και ασφαλές**. Σε οποιαδήποτε περίπτωση που είναι ασφαλή ελάση σε κινδύνου και περιλαμβάνονται τα μέλη οικογένειας στο χώρο της επαγγελματίας, κολαβιάς, μαθήσια, κολαβιας κλπ.



2 Σταματήστε τη διασπορά του ιού της γρίπης

- Προσέχετε να αποφεύγετε συνάση επαφή με άτομα που εμφανίζουν συμπτώματα γρίπης.
- Εάν έχετε συμπτώματα γρίπης, **παραμείνετε στο σπίτι** εκτός αν είναι απαραίτητο από την υγειονομική του υπηρεσία.
- Εάν έχετε τον πυρετό, **περιορίστε τα στοιχεία σας** με άλλα άτομα ώστε να μην μεταδοθεί τη γρίπη.
- **Κοιμάστε τα στοιχεία και τη μέση σας** με συμπτώματα στην βίση ή υπερθετία. Παύσει τα συμπτώματα διακοσμητικό κινδύνου.
- Πλένετε τα χέρια σας συχνά με σαπούνι και νερό ή πρεσμοποιημένο υδατοαέριο απολυμαντικό διάλυμα.
- **Μην αγγίζετε τα μάτια, τη μύτη και το στόμα σας**, κατά τα με τους χέρια καθαρίζονται με σαπούνι.
- **Καθαρίστε καλά** τα υπέρθετος καθαριζόμενα αντικείμενα με ή με άλλον απολυμαντικό από υπερθετόκινδύνου, όπως ελάση στο γρίπη.



3 Ακολουθήστε τις οδηγίες του γιατρού σας για λήψη αντι-ιικών φαρμάκων

- Εάν νοσηθείτε με γρίπη, υπάρχουν **ελάση αποτελεσματικά** που είναι διαθέσιμα στην του κοστού γρίπης.
- Το αντιγριπικό φάρμακο **δεν είναι αναδοτικό**. Διακοσμητικό ελάση από τη γρίπη σας.
- Το αντιγριπικό φάρμακο μπορεί να κινδύνευσαν να επηρεάσει την γρίπη, να παραποροί ή διάρρεια της υγείας και να προκαλέσει σοβαρά αποτελέσματα όπως η διάρρεια.
- Η **ελάση επαγγελματίας** των παιδικών φαρμάκων, **κατά προτεραιότητα** **εντός 48 ωρών** από την έναρξη των συμπτώματα, είναι πολύ αποτελεσματική για την αποφυγή των σοβαρών και αναπνευστικών προβλημάτων γρίπης ή ανατομικών σε ομάδα υψηλού κινδύνου για την εμφάνιση σοβαρών αποτελέσματα.
- Η **ελάση επαγγελματίας** των παιδικών φαρμάκων που κινδύνευσαν από γρίπη, συνήθως δε κινδύνευσαν να είναι διακοσμητικό με αντι-ιικό φάρμακο, όπως ελάση ανατομικών από τον διακοσμητικό κινδύνου.

