

**Kto by nemal byť očkovaný?**

Takmer každý sa môže dať očkovať, okrem tých, ktorí v minulosti mali vážnu alergickú reakciu na vakcínu alebo na jednu z jej zložiek. Ak ste mali silnú alergickú reakciu na slepačie vajcia alebo trpíte poruchou, ktorá oslabuje váš imunitný systém, niektoré typy vakcín pre vás nemusia byť vhodné - opýtajte sa svojho obvodného lekára.

**Môže vás vakcína proti chrípke nakaziť chrípkou?**

Nie. Vakcína proti chrípke nemôže spôsobiť chrípku. Niektorí sa môžu cítiť trochu zle po zaočkovaní vakcínou proti chrípke, ale to neznamena, že majú chrípku.

**Má vakcína vedľajšie účinky?**

Vakcíny proti chrípke sú veľmi bezpečné. Miesto vpichu vás môže trochu bolieť. Zriedkavejšie majú ľudia zvýšenú teplotu a bolesť v svaloch pár dní po očkovaní. Iné reakcie sú veľmi zriedkavé.

**Ako funguje vakcína?**

Asi týždeň až 10 dní po očkovaní si vaše telo vytvorí protilátky na vakcínové vírusy. Tieto protilátky vás potom chránia pred podobnými vírusmi, s ktorými prídete do kontaktu.

**Aká je účinná?**

Očkovanie proti chrípke vás chráni iba pred chrípkou. Každú zimu sa stretávame s mnohými vírusmi, ktoré majú podobné príznaky ako chrípka, ale väčšinou nie sú také vážne ako chrípka. Malý počet ľudí môže dostať chrípku aj napriek tomu, že boli zaočkovaní, ale je pravdepodobné, že chrípka bude mať miernejší priebeh, ako keby neboli zaočkovaní.

**Kedy je najlepší čas dať sa zaočkovať proti chrípke?**

Je dôležité, aby ste sa dali zaočkovať v októbri alebo novembri, aby ste boli pripravení na boj s infekciou. Každý rok sa musíte dať zaočkovať, pretože ochrana netrvá dlhšie ako jednu sezónu. Nová vakcína, ktorá bude dostupná na jeseň, chráni pred inými kmeňmi vírusu chrípky. Dokonca, aj keď ste boli zaočkovaný až v apríli 2020, budete potrebovať novú vakcínu.

**Ako dostanem očkovaciu látku?**

Kontaktujte svojho obvodného lekára a recepčná vám bude vedieť povedať o opatreniach v súvislosti s očkovaním v ich ordinácii.

Pre viac informácií o vakcíne proti chrípke sa obráťte na svojho obvodného lekára, zdravotnú sestru, oblastnú zdravotnú sestru alebo lekárnik, alebo choďte na:

[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

[www.pha.site/flu](http://www.pha.site/flu)

[www.nidirect.gov.uk/stay-well](http://www.nidirect.gov.uk/stay-well)

Dostupné sú preklady do regionálnych a menšinových etnických jazykov. Ďalšie informácie nájdete na [www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)



**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:



# Chrípka je vážnejšia, než si myslíte

## Nechajte sa teraz zaočkovať



**STAY WELL THIS WINTER**

[www.nidirect.gov.uk/stay-well](http://www.nidirect.gov.uk/stay-well)

Každoročne vakcína ochráni pred najbežnejšími kmeňmi vírusu chrípky, ktoré budú pravdepodobne v obehu. Tento leták zdôrazňuje, prečo je dôležité sa nechať zaočkovať proti chrípke. Skoršie štúdie ukázali, že niektorí ľudia s infekciou COVID-19 a chrípkou boli vystavení väčšiemu riziku komplikácií a smrti. Teraz je viac ako inokedy dôležité sa nechať zaočkovať.

### Čo je chrípka?

Chrípka je vysoko infekčné ochorenie spôsobené vírusom, ktoré sa objavuje každý rok obyčajne v zime. Medzi príznaky patrí horúčka, zimnica, bolesť hlavy, bolesť svalov, kašeľ a bolesť hrdla - a pretože chrípka je vírus, antibiotiká nepomôžu. Ľudia niekedy nazývajú ťažké nachladenie chrípkou, ale v skutočnosti chrípka je oveľa horšia.

### Aké škody vie chrípka urobiť?

Mať chrípku vie byť veľmi nepríjemná skúsenosť pre tých, ktorí sú obyčajne zdraví a fit. Môže viesť k závažným ochoreniam ako sú bronchitída a zápal pľúc. U osôb s ďalšími zdravotnými ťažkosťami je viac pravdepodobné, že budú trpieť závažnými komplikáciami a budú musieť byť hospitalizovaní. V niektorých prípadoch chrípka môže viesť k hospitalizácii na jednotku intenzívnej starostlivosti a dokonca aj k smrti.

Chrípková infekcia počas tehotenstva môže mať závažné následky tak pre matku, ako aj dieťa. Ďalšie informácie nájdete v letáku *Chráňte seba a svoje dieťa a dajte sa zaočkovať proti chrípke*.

### Kto by sa mal nechať zaočkovať?

Nižšie uvádzame rizikové skupiny, ktoré by sa mali dať zaočkovať proti chrípke:

- **Tehotné ženy.**
- **Osoby vo veku 65 rokov a viac, aj keď sa momentálne cítia zdraví a v dobrej kondícii.**
- **Deti a dospelé osoby, ktoré majú niektoré z týchto zdravotných ťažkostí:**
  - chronické ochorenie pľúc ako je astma;
  - chronické ochorenie srdca;
  - chronické ochorenie pečene;
  - chronické ochorenie obličiek;
  - cukrovka;
  - znížená imunita spôsobená chorobou alebo liečbou, ako sú steroidy alebo liečba rakoviny (osoby, ktoré žijú v tej istej domácnosti s osobou so zníženou imunitou možno budú musieť byť tiež očkovaní);
  - chronické neurologické ochorenia, ako sú napríklad mozgová príhoda, skleróza multiplex alebo zdravotné ochorenie, ktoré ovplyvňuje nervový systém, ako je napríklad mozgová obrna;
  - vysoká nadváha (BMI>40);
  - akékoľvek ďalšie vážne zdravotné ťažkosti - opýtajte sa svojho lekára, ak ste si nie istý.
- **Deti ktoré v minulosti boli hospitalizované so zápalom dýchacích ciest.**

- **Deti, ktoré navštevujú špecializované školy pre deti s vážnymi poruchami učenia.**
- **Ktokoľvek, kto býva v dome sociálnych služieb alebo domove pre seniorov.**
- **Hlavní opatrovatelia zostarnutých alebo invalidných osôb.**
  - Poradte sa so svojím obvodným lekárom, či by ste mali byť zaočkovaný, aby ste sa mohli i naďalej starať o osobu vo vašej starostlivosti. Uistite sa, že takáto osoba bola tiež zaočkovaná (ak to bolo odporúčané).

### Očkovanie detí so zdravotnými ťažkosťami

Väčšina detí vo veku od 2 do 17 rokov dostane možnosť sa dať zaočkovať vo forme spreju do nosa. Táto vakcína je v Spojenom kráľovstve používaná už sedem rokov. Ukázala sa, ako veľmi účinná pre deti a má veľmi dobrý záznam o bezpečnosti. Iba málo detí nemôže byť zaočkovaných takouto formou a preto im bude ponúknutá vakcína v injekcii.

### Je tato vakcína bezpečná pre tehotné ženy?

Áno. Tehotné ženy by mali byť zaočkované bez ohľadu na to, v ktorom štádiu tehotenstva sa nachádzajú. Očkovanie im ponúkne obvodný lekár. Európska agentúra pre lieky schválila očkovaciu látku proti chrípke pre tehotné ženy. Existuje veľa dôkazov, že vakcína je bezpečná pre tehotné ženy a ich novorodencov. Od roku 2009, Spojené kráľovstvo a veľa iných krajín zaviedlo program pravidelného očkovania proti chrípke pre tehotné ženy. Milióny tehotných žien dostali sezónnu vakcínu proti chrípke a jej bezpečnosť je starostlivo sledovaná.