

**GRYPA MOŻE BYĆ  
SZCZEGÓLNI  
NIEBEZPIECZNA DLA  
OSÓB Z CHOROBA  
PRZEWLEKŁYMI.**

**ZASZCZEP SIĘ**



**World Health  
Organization**

REGIONAL OFFICE FOR

**Europe**

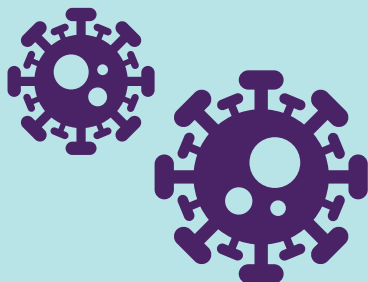
## Grypa może być szczególnie niebezpieczna dla osób, które mają inne problemy zdrowotne

Grypa trwa zwykle kilka dni, a chorzy dość szybko wracają do zdrowia. Jednak dla osób z różnymi problemami zdrowotnymi, grypa może okazać się groźna lub wręcz śmiertelna. Jeśli na przykład masz problem z sercem lub płucami, chorujesz na cukrzycę to grypa może pogorszyć Twój stan.

## Dlaczego niektóre problemy zdrowotne zwiększają ryzyko zachorowania na grypę?

Grypa może pogorszyć stan pacjenta z istniejącymi już chorobami takimi jak: choroby serca, cukrzyca oraz choroby płuc i skończyć się jego hospitalizacją.

Osoby z problemami zdrowotnymi mają często osłabiony układ odpornościowy w związku z samą chorobą (np. choroby serca, cukrzyca, zakażenie wirusem HIV) lub z leczeniem choroby (na przykład stosowanie steroidów, chemoterapii). Przez to organizmowi trudniej zwalczyć chorobę oraz wzrasta ryzyko wystąpienia powikłań, takich jak na przykład zapalenie płuc.



## Czym jest grypa?

Grypa to ostra choroba zakaźna, która przenosi się drogą kropelkową poprzez kichanie, kaszel oraz bliski kontakt. Epidemie grypy występują zwykle w okresie jesienno-zimowym.

Objawy grypy pojawiają się nagle (czasem w ciągu zaledwie kilku godzin) i mogą trwać od kilku dni do kilku tygodni. Najczęstszymi objawami są: gorączka i dreszcze, kaszel, ból gardła, ból głowy, ból mięśni oraz zmęczenie, złe samopoczucie.

## Jakie choroby przewlekłe zwiększają ryzyko zachorowania na grypę?

Wiele chorób przewlekłych może zwiększać ryzyko poważnych komplikacji po zachorowaniu na grypę.

Są to między innymi:

**Choroby płuc, Choroby serca, Choroby neurologiczne oraz zaburzenia rozwoju układu nerwowego, Cukrzyca, Osłabiony układ odpornościowy, Przewlekła choroba nerek, Przewlekła choroba wątroby, Skrajna otyłość, Przewlekła terapia aspiryną u dzieci.**



## Jaka jest najskuteczniejsza ochrona przeciw grypie?

Szczepienie się każdego roku przed rozpoczęciem sezonu grypowego jest najlepszym sposobem aby:

- Zmniejszyć ryzyko zachorowania na grypę
- Zmniejszyć ryzyko poważnej choroby, hospitalizacji czy nawet śmierci

Dla kobiet w ciąży z dodatkowymi problemami zdrowotnymi szczepienie jest podwójnie ważne – chroni zarówno matkę jak i dziecko.

## Czy szczepienie przeciw grypie jest bezpieczne?

Szczepienie przeciw grypie jest bezpieczne. Większość niepożądanych odczynów po szczepieniu jest łagodna i krótkotrwała. Najpowszechniejsze to: bolesność i zaczerwienienie w miejscu wstrzyknięcia, które utrzymują się ok. 1-2 dni po szczepieniu. Niektórzy pacjenci odczuwają ból głowy, bóle mięśni, gorączkę, zmęczenie oraz mają nudności. Te niepożądane odczyny są łagodne i szybko mijają, w przeciwieństwie do grypy.



**Szczepienie jest bezpieczne**  
[www.euro.who.int/en/fluaware](http://www.euro.who.int/en/fluaware)