

10 vprašanj in odgovorov o cepljenju proti sezonski gripi

V začetku oktobra smo v Zdravstvenem domu Trebnje pričeli s cepljenjem proti sezonski gripi. Želimo si, da bi se za cepljenje v letošnjem letu odločilo čim več ljudi in bi tako skupaj zmanjšali obolevnost za gripo ter hude posledice, ki jih bolezen lahko prinese. Da bo odločitev lažja, smo pripravili odgovore na nekaj najpogostejših vprašanj o cepljenju proti gripi.

1. Kaj je gripa?

Gripa je nalezljiva virusna bolezen dihal, ki se hitro prenaša med ljudmi s kapljicami med govorjenjem, kašljanjem, kihanjem ter preko rok.

2. Kakšni so simptomi gripe?

Pri mladih zdravih osebah bolezen večinoma poteka kot nekajdnevno vročinsko stanje s kašljem, pridružen je hud glavobol, bolečine v mišicah in sklepih, pogosto so še bolečine v žrelu ter nahod. Pri ranljivih skupinah ljudi ima lahko gripa hude zaplete, pogosto je potrebno zdravljenje v bolnišnici, neredko pa se konča tudi s smrtjo.

3. Kako se zaščitimo pred gripo?

Najučinkovitejša zaščita pred gripo je zagotovo cepljenje. Poleg tega pa upoštevamo še ostale ukrepe. Skrbimo za redno telesno dejavnost, zdravo prehrano, izogibamo se zaprtim prostorom, v katerih je veliko ljudi naenkrat, zračimo prostore ter upoštevamo higienske ukrepe. Svetujemo pogostejše umivanje rok in da v primeru kihanja ali kašljanja pazite, da si z rokavom pokrijete obraz in na ta način ne širite virusov.

4. Komu priporočamo cepljenje proti gripi?

Cepljenje priporočamo vsem prebivalcem, še posebej pa tistim, pri katerih obstaja večja nevarnost za hujši potek bolezni ter zaplete. V to skupino spadajo vsi starejši od 65 let, bolniki s kroničnimi boleznimi, npr. pljuč, srca, ledvic, diabetiki, imunsko oslabljeni, onkološki bolniki, ljudje z nevrološkimi, mišičnimi, vezivnimi okvarami, z boleznimi krvi ter nosečnice v vseh obdobjih nosečnosti, otroci med 6. in 23. mesecem starosti ter ljudje s prekomerno telesno težo (ITM > 40). Cepljenje je zelo priporočljivo tudi za vse, ki delajo v zdravstvu.

5. Zakaj cepljenje priporočamo tudi zdravim osebam?

Ker pred gripo na ta način ne zavarujejo samo sebe temveč gripe ne prenašajo in na ta način zaščitijo tudi svoje bližnje.

6. Ali je cepljenje proti gripi varno?

Da, cepljenje proti gripi je varno. Kot pri vseh cepivih se neželeni učinki možni, najpogosteje pa so zelo blagi in se kažejo kot bolečina na mestu injiciranja, bolečine v mišicah, poročali pa so tudi o kratkotrajnem glavobolu.

7. Ali obstajajo kakšne kontraindikacije za cepljenje?

Cepljenje odsvetujemo vsem, ki imajo alergijo na jajca ter pomožne snovi, ki se nahajajo v cepivu. Natančna sestava cepiva je navedena na spletni strani NIJZ. V primeru, da ste ravno zboleli s prehladom ali vročino svetujemo, da cepljenje prestavite do takrat, ko ozdravite.

8. Ali lahko zaradi cepljenja dobim gripo?

Cepivo je narejeno iz neaktiviranega (mrtvega) virusa in ne more povzročiti gripe. Ljudje, ki zbolijo v naslednjih dneh po cepljenju, so se z gripo okužili že pred cepljenjem ali pa so prišli v stik z virusom, še preden je cepivo začelo učinkovati. Cepivo namreč prične delovati šele po enem do dveh tednih.

9. Koliko stane cepljenje?

Za starejše od 65 let, ljudi s kroničnimi boleznimi ter nosečnice je cena 7 evrov, za otroke do 3 let stane cepljenje 12 evrov, za vse ostale pa 14 evrov.

10. Kje se lahko cepim?

V ambulanti vašega izbranega zdravnika kadarkoli med delovnim časom.

Maša Vovk, ZD Trebnje