Stań w szranki z grypą, zaszczep się i wygraj!

Data publikacji: *2022-09-08 09:14:43* ***Data modyfikacji:*** *2022-09-08 09:14:43*

W sezonie grypowym 2020/2021 odnotowano łącznie 2 844 957 zgłoszeń przypadków zachorowań lub podejrzeń zachorowań na grypę w Polsce. W tym roku tylko do końca sierpnia ta liczba wynosi ogółem 44 343, jedna osoba zmarła. Co robić, aby nie dołączyć do grona osób chorych?

Zadbaj o odporność

Gorączka, dreszcze i kaszel, a dodatkowo ból mięśni i poczucie ogólnego osłabienia? Znasz te objawy? Dla każdego, kto choć raz w życiu chorował na grypę, te wspomnienia nie należą do najmilszych. Co mówią eksperci? Przekonują, że skutecznym sposobem zapobiegania infekcjom i powikłaniom spowodowanym przez wirusy grypy są szczepienia. Warto zadbać o swoje zdrowie, a zwłaszcza o odporność. Wraz z wiekiem ona maleje, zmniejsza się też zdolność regeneracji uszkodzonych tkanek. Dotyczy to szczególnie osób starszych.

Im ktoś jest starszy, tym bardziej powinien zadbać o szczepienie, ponieważ jest bardziej narażony na ciężki przebieg i powikłania po grypie - potwierdza prof. Jacek Wysocki, specjalista chorób zakaźnych, z Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu.

Szczepienia – gdzie i kiedy?

Od 1 września 2022 roku można zaszczepić się przeciwko grypie. Zapisy na szczepienie przyjmują placówki medyczne i apteki, które zgłosiły się do akcji szczepień. Ich lista znajduje się na stronie Narodowego Funduszu Zdrowia. Warto sprawdzić, która z wymienionych placówek znajduje się w pobliżu naszego miejsca zamieszkania.

Szczepić się można przez cały czas trwania sezonu grypowego. Wybierając miesiąc, w którym podana będzie szczepionka, należy brać pod uwagę czas potrzebny na wykształcenie odporności, czyli ok. 2-3 tygodnie. Powinny pamiętać o tym zwłaszcza osoby należące do grupy podwyższonego ryzyka zachorowania na grypę. Optymalny termin to ten przed rozpoczęciem okresu zwiększonej zachorowalności na grypę, czyli od września do grudnia (najwięcej osób choruje miedzy styczniem a marcem).

Szczepionki przeciwko grypie są tylko na receptę.

Dzieci, dorośli, seniorzy – kto płaci?

Dla kobiet w ciąży i osób powyżej 75. roku życia szczepionka jest bezpłatna **(otrzymają je na podstawie wystawionej recepty). Częściową refundację otrzymają:** dzieci od ukończenia 6. miesiąca życia do ukończenia 2 lat oraz od 5 do 18 lat, pacjenci 18 – 65 lat oraz dzieci w wieku od 2 – 5 lat – narażeni na ryzyko wystąpienia powikłań pogrypowych; pacjenci powyżej 65 lat. O zaszczepieniu się powinny pomyśleć się szczególnie osoby należące do grup ryzyka ciężkiego przebiegu grypy: po przeszczepach narządów, z niewydolnością układu oddechowego, astmą oskrzelową, przewlekłą obturbacyjną chorobą płuc (POChP), niewydolnością układu krążenia, chorobą wieńcową, niewydolnością nerek, nawracającym zespołem nerczycowym, chorobami wątroby, cukrzycą, neurologicznymi oraz neurorozwojowymi, z upośledzeniem układu odporności, chorujących na nowotwory układu krwiotwórczego.

Jednak już dorośli od 50. roku życia są tymi, o których mówi się w kontekście szczepień mniej, a tymczasem u nich przebieg grypy może być poważny. Wśród nich mało kto nie ma stwierdzonej choćby jednej choroby współistniejącej np. nadciśnienia czy cukrzycy typu II, a mogą one znacząco wypłynąć

na charakter grypy – dodaje prof. Wysocki.

Receptę na szczepionkę refundowaną wystawia lekarz. **Za samo podanie szczepionki przeciw grypie płaci NFZ.**

Link do strony z informacją NFZ