

## ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΥΓΕΙΑΣ: «Οδηγίες για την Εποχική Γρίπη Αντιγριπικός Εμβολιασμός»

### ΓΕΝΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΧΟΡΗΓΗΣΗΣ ΕΜΒΟΛΙΟΥ

Στα παιδιά χορηγείται μέχρι την ηλικία των 3 ετών η μισή δόση του εμβολίου ενηλίκων. Μετά την ηλικία αυτή συνιστάται η χορήγηση αντιγριπικών εμβολίων τύπου ενηλίκου.

Το αντιγριπικό εμβόλιο πρέπει να χορηγείται **έγκαιρα** και πριν την έναρξη της συνήθους περιόδου εμφάνισης της έξαρσης των κρουσμάτων γρίπης, δεδομένου ότι απαιτούνται περίπου 2 εβδομάδες για την επίτευξη ανοσολογικής απάντησης.

Ο αντιγριπικός εμβολιασμός συνιστάται σε όλα τα άτομα ηλικίας μεγαλύτερης των 6 μηνών (εφόσον το επιθυμούν).

### ΟΜΑΔΕΣ ΑΥΞΗΜΕΝΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ

Είναι ιδιαιτέρως σημαντικό ο αντιγριπικός εμβολιασμός να εφαρμόζεται σε άτομα (ενήλικες και παιδιά) που ανήκουν στις καλούμενες **ομάδες αυξημένου κινδύνου**.

Οι ομάδες αυξημένου κινδύνου είναι οι εξής:

- ◆ Άτομα ηλικίας 60 ετών και άνω
- ◆ Παιδιά 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 χρόνια μεταβολικό νόσημα
  - ❖ Χρόνια νεφροπάθεια
- ◆ Νευρομυϊκά νοσήματα
- ◆ Έγκυες γυναίκες ανεξαρτήτου ηλικίας κύησης.
- ◆ Λεχιάδες
- ◆ Θηλάζουσες
- ◆ Άτομα με Δείκτη Μάζας Σώματος (BMI) μεγαλύτερης των 40 kg/m<sup>2</sup>
- ◆ Παιδιά που παίρνουν ασπιρίνη μακροχρόνια (π.χ. νόσος Kawasaki, ρευματοειδής αρθρίτιδα και άλλα) για τον πιθανό ο κίνδυνο εμφάνισης συνδρόμου Reye μετά από γρίπη
- ◆ 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.
- ◆ Οι κλειστοί πληθυσμοί (προσωπικό και εσωτερικοί σπουδαστές γυμνασίων-λυκείων, στρατιωτικών και αστυνομικών σχολών, ειδικών σχολείων ή σχολών, τρόφιμοι και προσωπικό ιδρυμάτων κ.ά.)
- ◆ Εργαζόμενοι σε χώρους παροχής υπηρεσιών υγείας (ιατρονοσηλευτικό προσωπικό και λοιποί εργαζόμενοι).



Ιατρικός Σύλλογος Έβρου

## Προστατευτείτε από τη γρίπη

### • ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΓΡΙΠΗ;

Η γρίπη είναι μια οξεία και πολύ μεταδοτική λοίμωξη ιογενούς αιτιολογίας του αναπνευστικού συστήματος (κυρίως τους κρύους μήνες του χειμώνα). Είναι πιο βαρεία λοίμωξη απ' ό,τι το κοινό κρυολόγημα.

### • ΠΟΙΟΙ ΚΙΝΔΥΝΕΥΟΥΝ ΑΠΟ ΤΗ ΓΡΙΠΗ;

**ΟΛΟΙ** βρίσκονται σε κίνδυνο.

Αλλά περισσότερο: • **ΜΙΚΡΑ ΠΑΙΔΙΑ < 5 ΕΤΩΝ**

• **ΕΓΚΥΕΣ ΓΥΝΑΙΚΕΣ**

• **ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΙ > 65 ΕΤΩΝ**

Άτομα κάθε ηλικίας με **ΧΡΟΝΙΑ ΝΟΣΗΜΑΤΑ** (καρδιακή νόσο, άσθμα, σακχαρώδη διαβήτη ή με εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα).

### • ΠΟΙΑ ΕΙΝΑΙ ΤΑ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ;

- Αιφνίδιος υψηλός πυρετός
- Βήχας
- Πονοκέφαλος
- Πόνος στις αρθρώσεις και τους μύες
- Πονόλαιμος
- Καταρροή
- Έντονη αδιαθεσία και κακουχία
- Διάρροια και έμετοι (κυρίως στα παιδιά)



## • ΜΕΤΑΔΙΔΕΤΑΙ ΕΥΚΟΛΑ ΑΠΟ ΑΤΟΜΟ ΣΕ ΑΤΟΜΟ

- Μεταξύ των μελών της οικογένειας
- Μεταξύ συναδέλφων στην εργασία
- Σε πολυσύχναστους κλειστούς χώρους

## • ΠΩΣ ΜΕΤΑΔΙΔΕΤΑΙ;

- Με το ΒΗΧΑ
- Με το ΦΤΕΡΝΙΣΜΑ
- Με στενή ΕΠΑΦΗ με ΠΡΟΣΒΕΒΛΗΜΕΝΟ άτομο ή ΜΟΛΥΣΜΕΝΗ ΕΠΙΦΑΝΕΙΑ.
- Όλοι, αλλά κυρίως τα παιδιά, μπορούν να μεταδώσουν τον ιό σε άλλους για περισσότερο από 7 ημέρες μετά την λοίμωξη.



## • ΕΠΙΠΤΩΣΕΙΣ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ

Κάθε χρόνο ΕΚΑΤΟΜΜΥΡΙΑ ΑΝΘΡΩΠΟΙ σε όλο τον πλανήτη προσβάλλονται απο επιδημίες εποχικής γρίπης.

- 5 -10 % ΕΝΗΛΙΚΩΝ
- 20-30 % ΠΑΙΔΙΩΝ

Μια τυπική λοίμωξη απο γρίπη οδηγεί από 3 έως 6 ημέρες εκτός εργασίας ή του σχολείου.

**ΠΑΙΔΙΑ, ΗΛΙΚΙΩΜΕΝΟΙ διατρέχουν μεγαλύτερο ΚΙΝΔΥΝΟ σοβαρών ΕΠΙΠΛΟΚΩΝ από τη γρίπη.**

**Οι επιπτώσεις στις ΟΜΑΔΕΣ ΥΨΗΛΟΥ ΚΙΝΔΥΝΟΥ**  
μπορούν να οδηγήσουν  
**σε σοβαρές ιατρικές επιπλοκές**  
**ΠΝΕΥΜΟΝΙΑ - ΝΟΣΗΛΕΙΑ** ακόμη και σε **ΘΑΝΑΤΟ**

## • ΠΩΣ ΜΠΟΡΕΙΤΕ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΤΕΙΤΕ ΚΑΙ ΝΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΣΕΤΕ ΑΠΟ ΤΗ ΓΡΙΠΗ;

- Καλό ΠΛΥΣΙΜΟ ΧΕΡΙΩΝ.
- Κάλυψη του ΣΤΟΜΑΤΟΣ, ΜΥΤΗΣ κατά το ΦΤΕΡΝΙΣΜΑ.
- Ο ΕΜΒΟΛΙΑΣΜΟΣ είναι ο πιο αποτελεσματικός τρόπος για την αντιμετώπιση της γρίπης κάθε χρόνο.



**ΣΕ ΚΑΘΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ, ΕΙΤΕ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΗ ΔΙΚΗ ΣΑΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΣ ΣΑΣ, ΕΙΤΕ ΣΕ ΠΕΡΙΠΤΩΣΗ ΠΟΥ ΠΑΡΟΥΣΙΑΣΕΤΕ ΣΥΜΠΤΩΜΑΤΑ ΓΡΙΠΗΣ, ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΟΝ ΓΙΑΤΡΟ ΣΑΣ ΤΟ ΣΥΝΤΟΜΟΤΕΡΟ ΔΥΝΑΤΟΝ**



**ΙΑΤΡΙΚΟΣ ΣΥΛΛΟΓΟΣ ΕΒΡΟΥ**  
ΣΩΚΡΑΤΗ ΟΙΚΟΝΟΜΟΥ 4 - ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ Τ.Κ. 68131  
ΤΗΛ. & FAX: (25510) 28342  
[www.isevrou.com](http://www.isevrou.com), e-mail: [iatrikosevrou@gmail.com](mailto:iatrikosevrou@gmail.com)