



PREGĂTIRE.PROTECȚIE.VACCINARE.

Împreună ținem gripa și COVID-19 la distanță în această toamnă-iarnă!

Protejați-vă pacienții! Protejați-vă!

Știați că este recomandat să vă vaccinați împotriva gripei dacă lucrați în instituții medicale?

Vaccinarea anuală antigripală a persoanelor din domeniul medico-sanitar vă protejează pe dumneavoastră, pe colegii dumneavoastră și mai ales pacienții aflați la risc.

Gripa poate fi deosebit de gravă pentru pacienții cu risc mai mare de dezvoltare a complicațiilor.

Complicațiile pot apărea la oricine, dar sunt mult mai frecvente la pacienții din grupurile de risc.

Vaccinarea în fiecare toamnă reduce foarte mult riscul de îmbolnăvire.

Compoziția vaccinului gripal este actualizată în fiecare an și conține tulpinile specifice sezonului care urmează. Vaccinul antigripal nu conține virus gripal viu. Acest lucru înseamnă că vaccinul nu poate provoca gripă.

Grupurile cu risc sunt:

- Persoane cu vârsta cuprinsă între 6 luni – 64 ani în evidență cu afecțiuni medicale cronice pulmonare, cardiovasculare, metabolice, renale, hepatice, neurologice, diabet zaharat, obezitate, astm sau cu boli autoimune;

- Copii cu vârsta cuprinsă între 6 luni – 5 ani;

- Gravide;



- Medici, cadre sanitare medii și personal auxiliar, atât din spitale, cât și din unitățile sanitare ambulatorii, inclusiv salariați ai instituțiilor de ocrotire (pentru copii și bătrâni) și ai unităților de bolnavi cronici, care prin natura activității vin în contact cu pacienții sau asistații;

- Persoane, adulți și copii, rezidente în instituții de ocrotire socială;

- Persoane care acordă asistență medicală, socială și îngrijiri la domiciliul persoanelor la risc înalt.

Biroul Regional pentru Europa al Organizației Mondiale a Sănătății recomandă abordarea integrată a virusurilor respiratorii pentru un răspuns mai puternic și administrarea vaccinului împotriva COVID-19 împreună cu vaccinul gripal, ori de câte ori este posibil. În acest fel, se asigură protecția mai multor persoane față de boli grave, complicații și deces, scad costurile cu îngrijirile de sănătate iar sistemul medical nu va mai fi suprasolicitat.

Pentru ce categorii de personal medico-sanitar este recomandată vaccinarea antigripală?

- Medici;
- Farmaciști;
- Asistenți medicali;
- Angajați ai serviciilor de ambulanță;
- Alt personal de îngrijire;
- Personal administrativ.

De ce ar trebui ca personalul medical să se vaccineze?

Oricine poate lua gripă. Dacă vă infectați, o puteți răspândi și altora chiar dacă nu aveți niciun simptom evident, deoarece gripa poate fi ușoară sau asimptomatică. Puteți infecta pe alții cu o zi înainte de apariția simptomelor până la 5 - 7 zile după boală.



În comparație cu adulții care lucrează în alte domenii, lucrătorii din domeniul medico-sanitar au un risc mai mare de a se îmbolnăvi de gripă.

Vaccinare antigripală a personalului din domeniul sănătății poate reduce numărul cazurilor de îmbolnăvire și chiar numărul deceselor.

Oricine se poate îmbolnăvi de gripă și o poate transmite altora fără să știe.

Gripa vine în fiecare sezon rece. Fiți pregătiți, vaccinați-vă înainte de a începe sezonul de gripă!

În mod ideal vaccinarea trebuie efectuată în fiecare an începând de la mijlocul toamnei. În funcție de tipul de virus care circulă în fiecare an, sezonul de gripă durează, în general, din luna octombrie până în luna mai.

Virusurile gripale sunt în continuă schimbare și nu este neobișnuit să apară în fiecare an noi virusuri gripale, sau debutul sezonului de gripă să fie mai devreme.



Riscurile asociate gripei

Simptomele gripei:

- Febră
- Tuse uscată
- Cefalee
- Mialgii/artralгии
- Oboseală
- Dureri în gât

Cele mai frecvente complicații sunt:

- Pneumonie
- Afecțiuni ale urechii și sinusurilor
- Miocardită
- Pericardită
- Agravarea bolilor cronice (de exemplu, insuficiență cardiacă congestivă, astm sau diabet).

La persoanele în vârstă, gripa poate provoca și/sau agrava bolile cardiovasculare și cerebrovasculare până la infarct miocardic și accidente vasculare cerebrale.

Complicații rare:

- Septicemie
- Encefalopatie
- Sindrom Guillain-Barré
- Deces

Complicațiile pot duce la spitalizare și chiar moartea prematură, în special la persoanele în vârstă și la persoanele cu afecțiuni medicale cronice.

Reacții adverse după vaccinarea antigripale

Cele mai frecvente reacții adverse sunt (<1/100):

- Durere, înroșire și/sau umflare în jurul locului de injectare
- Febră de scurtă durată (1–2 zile), poate fi ridicată (>39,0 C°), mai ales la copii
- Oboseală de scurtă durată (1–2 zile)
- Dureri musculare (1–2 zile)

Reacții adverse rare (<1/1000):

- Urticarie
- Convulsii febrile la copii

Reacții adverse foarte rare (<1/10 000):

- Anafilaxie
- Parestezii

EDUCAȚI PACIENȚII!

Puteți folosi modelul EDUCA pentru a recomanda pacienților vaccinarea antigripală

EDUCA

EVIDENȚIAȚI experiențele pozitive în utilizarea vaccinurilor gripale (din literatură sau din practica dumneavoastră) pentru a întări beneficiile și a consolida încrederea în vaccinarea antigripală.

DISTRIBUIȚI INFORMAȚIA, spuneți de ce vaccinul gripal este potrivit pentru pacient, adecvat vârstei acestuia, stării de sănătate, stilului de viață și ocupației.

UTIL DE REAMINTIT pacienților că vaccinarea antigripală îi ajută să îi protejeze și pe cei dragi de forme grave de gripă și de complicații care pot duce la spitalizare sau chiar deces.

CALCULAȚI COSTURILE potențiale ale gripei, determinate de posibilele complicații grave, de timpul pierdut, posibila lipsă de la serviciu sau din mediul familiei, costuri financiare și, eventual răspândirea gripei la familia și prietenii cu risc crescut de îmbolnăvire.

ADRESAȚI întrebări pacienților referitor la orice preocupări ale acestora legate de gripă, de vaccinuri, reacții adverse, siguranță și eficacitate, într-un limbaj simplu și ușor de înțeles. Recunoașteți că, în timp ce persoanele care primesc un vaccin gripal se pot îmbolnăvi, există studii care arată că boala lor poate fi mai puțin severă.

Mesaje pentru pacienți

„Pe lângă recomandarea unui vaccin anual împotriva gripei pacienților mei, mă vaccinez pentru a mă proteja pe mine și familia mea de gripă.”

„Sezonul gripei se apropie, ne așteptăm ca numărul de cazuri să crească în lunile următoare. De aceea vreau să fiu sigur că vă ajut pe dumneavoastră și pe cei dragi împotriva gripei și a complicațiilor potențial grave.”

„Acest vaccin vă poate proteja pe dumneavoastră și familia dumneavoastră împotriva gripei. Făcând vaccinul astăzi, vă veți proteja pe dumneavoastră și pe cei apropiați, care pot fi mai vulnerabili la forme severe de gripă.”

„Este important să ne vaccinăm în acest sezon; vaccinarea poate reduce posibila îmbolnăvire de gripă, vizitele la medic și absența de la serviciu sau de la școală.”

„Un vaccin gripal nu poate provoca gripă. Efecte neplăcute ale unui vaccin sunt ușoare, roșeață și durere la locul înțepăturii sau ușoară febră care dispar în câteva zile.”

„Vaccinarea antigripală protejează împotriva gripei, dar nu este 100% eficientă. În situația în care totuși vă îmbolnăviți, veți avea o formă mai puțin severă de boală.”