



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Szczepienia-na-grype/idn:6109/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Aktualności

29 lis 2021

kategoria:

Aktualności



Fot. gov.pl

Szczepienia na grypę

Seniorzy, medycy, nauczyciele, studenci i osoby przebywające w placówkach opiekuńczych lub w nich zatrudnione mają prawo do darmowego szczepienia na grypę od początku listopada. Od 23 listopada mogą się zaszczepić pozostali dorośli. Na swoim Internetowym Koncie Pacjenta znajdą wpis o przebyłym szczepieniu

W czasie pandemii szczególnie wskazane jest zapobieganie zachorowaniu. Sezon zachorowań na grypę zaczyna się w październiku, a kończy w kwietniu.

Wirus grypy łatwo się zakazić. Przenosi się drogą kropelkową, dlatego noszenie maseczek, częste mycie rąk i niedotykanie twarzy, kiedy jesteśmy poza domem, może dodatkowo ograniczać zakażenia.

Grypa:

- rozwija się bardzo szybko (wirus szybko się namnaża)
- pojawia się wysoka gorączka, katar, kaszel, ból głowy
- chory odczuwa bóle mięśniowe
- towarzyszy jej ogólne uczucie osłabienia i rozbicia
- niekiedy pojawiają się wymioty i łagodna biegunka, u małych dzieci ból brzucha.

Rozpoznanie grypy i odróżnienie jej od przeziębienia nie jest łatwe, należy zawsze skonsultować się

z lekarzem.

W razie podejrzenia grypy w żadnym wypadku nie należy chodzić do pracy. Koniecznie trzeba zostać w domu i odpoczywać.

Zachorować na grypę może każdy, ale szczególnie ciężko przechodzą grypę:

- osoby powyżej 65. roku życia
- dzieci poniżej 5. roku życia
- kobiety w ciąży
- osoby z nadwagą/otyłością
- osoby z przewlekłymi chorobami: serca, płuc, niedoborami odporności (np. zakażenie wirusem HIV), cukrzycą, zastoinową niewydolnością serca.

Grypa mija sama, zwykle po 7 dniach. Jednak czasami mogą pojawić się powikłania, które mogą skutkować hospitalizacją lub nawet śmiercią.

Żeby chronić siebie oraz swoich bliskich przed grypą należy:

- zaszczepić się
- często myć ręce
- kichać w chusteczki lub w zgięcie łokciowe tak, aby nie przenosić wydzieliny na dłonie, którymi często dotykamy twarzy
- unikać przebywania w zatłoczonych miejscach (szczególnie w czasie nasilenia sezonu grypowego)
- unikać dotykania oczu, nosa i ust rękami, którymi dotykaliśmy np. klamek, poręczy, pieniędzy
- pozostać w domu w przypadku objawów choroby.

Jak nie zachorować na grypę - czytaj w artykule „[Nie lekceważ grypy](#)”.

Co warto wiedzieć o szczepieniu na grypę

Szczepienie przeciwko grypie nie chroni w 100 proc. przed zachorowaniem, ale dzięki niemu, nawet w przypadku wystąpienia choroby, jej przebieg będzie łagodniejszy.

Najlepiej zaszczepić się na początku sezonu grypowego, czyli jesienią.

Po podaniu szczepionki odporność rozwija się w ciągu dwóch-trzech tygodni i utrzymuje się 6-12 miesięcy.

Przez dwa dni po szczepieniu możesz mieć miejscowe zaczerwienienie i ogólne złe samopoczucie, które mijają samoistnie. W przypadku pogorszenia stanu zdrowia po szczepieniu niezbędny jest kontakt z lekarzem.

Ponieważ wirus grypy szybko się zmienia, co roku szczepionka ma nieco inny skład. Jest on opracowywany w oparciu o nowe szczepy wirusa, które wywołują grypę w danym sezonie. Dlatego szczepić się należy co roku.

Kto ma prawo do bezpłatnego szczepienia

Szczepienie jest dobrowolne, ale zalecane. Zwłaszcza wtedy, jeśli ktoś ma niską odporność lub pracuje z osobami o zaburzonej odporności lub ma kontakt z wieloma osobami w pracy.

Prawo do bezpłatnego szczepienia od 2 listopada mają:

- medycy i osoby zatrudnione w placówkach medycznych
- farmaceuci i pracownicy aptek

- diagności laboratoryjni
- nauczyciele akademicki i inne osoby prowadzące w uczelni zajęcia ze studentami lub z doktorantami oraz inne osoby zatrudnione w uczelni
- studenci i doktoranci uczestniczący w zajęciach z udziałem pacjentów
- osoby zatrudnione w organach Państwowej Inspekcji Farmaceutycznej wykonujące czynności kontrolne lub inspekcyjne
- pracownicy pomocy społecznej, w tym zatrudnieni w placówkach zapewniających całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku
- pacjenci:
 - zakładu opiekuńczo-leczniczego
 - zakładu pielęgnacyjno-opiekuńczego
 - hospicjum stacjonarnego lub domowego
 - oddziału medycyny paliatywnej
- osoby przebywające w domu pomocy społecznej lub w placówce zapewniającej całodobową opiekę osobom niepełnosprawnym, przewlekle chorym lub osobom w podeszłym wieku
- nauczyciele i inne osoby pracujące w przedszkolu, innej formie wychowania przedszkolnego, szkole lub placówce działającej w systemie oświaty, placówce wsparcia dziennego, placówce opiekuńczo-wychowawczej, regionalnej placówce opiekuńczo-terapeutycznej, interwencyjnym ośrodku preadopcyjnym, w ramach form opieki nad dziećmi w wieku do lat 3
- funkcjonariusze albo żołnierze: Sił Zbrojnych Rzeczypospolitej Polskiej, Policji, Straży Granicznej, Straży Marszałkowskiej, Agencji Bezpieczeństwa Wewnętrznego, Agencji Wywiadu, Centralnego Biura Antykorupcyjnego, Służby Wywiadu Wojskowego, Służby Kontrwywiadu Wojskowego, Służby Celno-Skarbowej, Państwowej Straży Pożarnej, Służby Ochrony Państwa, Służby Więziennej, Inspekcji Transportu Drogowego, straży ochrony kolei, straży gminnej (miejskiej) oraz członków ochotniczych straży pożarnych, ratowników górskich i wodnych wykonujących działania ratownicze
- Rzecznicy Praw Pacjenta Szpitala Psychiatrycznego
- seniorzy, czyli osoby urodzone nie później niż w 1946 r.

Od 23 listopada bezpłatnie może się zaszczepić każda pełnoletnia osoba.

Jak się zaszczepić

Jeśli należysz do osób uprawnionych do bezpłatnego szczepienia, nie musisz prosić lekarza o receptę na szczepionkę ani umawiać się w przychodni. Wystarczy, że zgłosisz się do jednego z punktów szczepień wskazanych na mapie znajdującej się pod artykułem i umówisz na termin zabiegu. Przed szczepieniem należy porozmawiać z lekarzem kwalifikującym do zabiegu.

Zgłaszaj się na szczepienie zdrowy, bez objawów ostrej infekcji i wysokiej gorączki.

Nie ma potrzeby przerwy pomiędzy szczepieniami np. przeciw COVID-19 i przeciw grypie.

Jeżeli jesteś pracodawcą, prowadzisz przedszkole, szkołę lub dom pomocy społecznej, możesz umówić się z punktem na organizację szczepień Twoich pracowników, studentów lub podopiecznych.

Gdzie znajdziesz zaświadczenie o szczepieniu

Zaloguj się na swoje Internetowe Konto Pacjenta, wybierz zakładkę „Profilaktyka”, a następnie „Szczepienia”, aby zobaczyć wpis o przebytych szczepieniach. Pojawi się ono na Twoim IKP zaraz po tym, jak punkt szczepień wpisze je do systemu.

[Jak zalogować się na Internetowe Konto Pacjenta](#)

W przypadku szczepienia przeciw grypie punkt szczepień nie wydaje zaświadczenia o szczepieniu.

Źródło: pacjent.gov.pl

Redagował: Piotr Kuczaj

[poprzednia](#) [powrót do listy](#) **aktualności** [następna](#)