

Zašto se cijepiti protiv gripe?

Gripa je zarazna bolest dišnog sustava uzrokovana virusom gripe.

Gripa se prenosi kapljičnim putem
prilikom kihanja, kašljanja,
šmrcanja i dodiranjem zaraženih
predmeta.

Vrućica
Glavobolja
Bol u mišićima



Suhi kašalj
Drhtavica
Komplikacije

Osobe su zarazne već 1 dan prije
izbijanja simptoma te 5 do 7 dana
nakon početka bolesti.

Najučinkovitiji način zaštite protiv gripe je cijepljenje.



Gripa je ozbiljna bolest koja se pojavljuje naglo, jakog je intenziteta, ima teži tijek i **moгуćnost komplikacija**. Čak i ako ne pokazuje znakove bolesti, gripu možete prenijeti članovima svoje obitelji, prijateljima ili kolegama. Oni koji su preboljeli gripu znaju da gripa nije isto što i prehlada.

Od gripe u svijetu godišnje umire 500 000 ljudi, a 3-5 milijuna ima težak tijek bolesti. Gripa je **izuzetno zarazna i potencijalno smrtonosna bolest** koja se prenosi uobičajenim socijalnim kontaktom. Jedan od razloga pogrešnog stava prema ovoj ozbiljnoj bolesti je činjenica da gripu često zamjenjujemo s običnom prehladom. Osobe svih životnih dobi mogu oboljeti od gripe i razviti ozbiljne komplikacije kao što su bronhitis, upala pluća, upala mišića, srca, mozga te pogoršanje postojeće kronične bolesti. **Antibiotici nisu učinkoviti** jer je gripa virusna bolest. Zaštitu možete osigurati cijepljenjem protiv gripe.

Učinite nešto za svoje zdravlje i dočekajte zimu spremni.



Zaštitite sebe i svoje najmilije. Cijepite se protiv gripe!

Odvojite vrijeme za cijepljenje. Cjepivo ne može uzrokovati gripu.

Cjepiva su jedna vrsta civilizacijske tekovine koja govori o kvaliteti života i prosvječenosti pojedinca i naroda. Najosjetljiviji su oni kojima je **imunološki sustav oslabljen** (zbog dobi, lijekova, bolesti, trudnoće) jer vrlo lako razviju **komplikacije** uslijed gripe s mogućim smrtnim ishodom.

Gripa ne treba biti neizbježan sastavni dio života, jer je to teška, vrlo zarazna bolest, a jedini način za efikasnu prevenciju gripe je **cijepljenje** koje je u razvijenim zemljama jedna vrsta civilizacijske tekovine od koje **svatko može imati samo koristi**. Cijepljenje u Hrvatskoj započinje s obzirom na dostupnost cjepiva **oko praznika Svih svetih** što je dovoljno da se stvori količina zaštitnih protutijela do sezone gripe. Cjepivo protiv gripe u sebi **ne sadrži žive viruse**, nego tri različita virusna antigena. Cijepiti se mogu gotovo svi uz konzultaciju s liječnikom. Cijepiti se mogu **osobe svih životnih dobi**, počevši **od djece s 6 mjeseci**. Da bi tek rođena djeca bila također bila zaštićena poželjno je da se cijepi **trudnice u bilo kojem mjesecu trudnoće** kako bi se onda transplacentarno zaštitna protutijela prenijela i na bebu.

Cjepiva pobuđuju naš imunološki sustav, dižu ga na jednu višu razinu i štite protiv bolesti koje izazivaju epidemije, ako za njih ne postoji efikasan lijek ili izazivaju teže komplikacije. Ovo je **novopripremljeno cjepivo bez konzervansa i adjuvansa**, visoko zaštitno, a prošlo je i sve potrebne regulative Europskih i Hrvatske Agencije za lijekove.

Djelatne tvari novih generacija cjepiva sadrže dijelove virusne ovojnice ili površinske proteine virusa gripe (antigene hemaglutinin i neuraminidazu) koji potiču imunološki sustav na stvaranje protutijela koja nas štite od bolesti.

Za cijepljenje se obratite liječniku opće/obiteljske medicine, pedijatru ili epidemiologu

- Cijepljenje je najučinkovitiji način prevencije gripe.
- Cjepiva protiv gripe koja su u primjeni u Hrvatskoj ne sadrže konzervanse
- Cijepljenje je posebno važno za osobe s posebnim rizikom od komplikacija
- I ne zaboravite! Cijepljenjem štitate ne samo sebe nego i svoju obitelj, suradnike i druge ljude s kojima dolazite u kontakt.
- Izbjegavajte bliski kontakt s osobama koje su oboljele od gripe. Gripa je zarazna bolest i lako se prenosi uobičajenim socijalnim kontaktom.
- Redovito perite ruke sapunom i toplom vodom najmanje 20 sekundi.
- Imajte zdrave navike i ojačajte imunološki sustav; pravilno se hranite, redovito vježbajte i odvojite vrijeme za odmor.



Radi posredne zaštite visokorizičnih skupina cijepljenje se također preporuča:

- osobama koje su profesionalno (zdravstveni djelatnici, njegovatelji i sl.) ili privatno u kontaktu s osobama koje spadaju u rizične skupine te im lako mogu prenijeti infekciju
- roditeljima djece mlađe od 6 mjeseci jer se ona ne mogu cijepiti protiv gripe

Gdje se mogu cijepiti

Cijepiti se možete u ordinaciji opće/obiteljske medicine, u pedijatrijskoj ordinaciji ili Zavodima za javno zdravstvo. Neki poslodavci omogućuju cijepljenje svojih djelatnika na radnom mjestu. Ako cjepivo kupujete u ljekarni, učinite to neposredno prije cijepljenja. Da bi cjepivo bilo sigurno i učinkovito ono se čuva i transportira na temperaturi od 2°C do 8°C. Cjepivo se ne smije zamrznuti.

Kada se mogu cijepiti

Cijepljenje se provodi svake sezone u razdoblju od listopada do kraja siječnja. Za stvaranje zaštite potrebno je 2 do 3 tjedna pa nije kasno za cijepljenje niti u siječnju obzirom da je

vrhunac sezone gripe najčešće u veljači. Zbog stalnih promjena virusa i novog sastava cjepiva za svaku godinu, cijepiti se trebete redovito svake godine.



**CIJEPIMO SE,
GRIPA JE TU!**

**10 SEKUNDI
ZA SIGURNOST**




Republika Hrvatska
Ministarstvo zdravstva i socijalne skrbi