

Voor wie is vaccinatie belangrijk?

- Alle mensen vanaf de leeftijd van 6 maanden met diabetes of een andere chronische ziekte van longen, hart, lever of nieren.
- Alle 65-plussers, ook voor wie zich gezond voelt.
- Alle personen die in een instelling (rusthuis, ziekenhuis, enz.) opgenomen zijn.
- Alle personen werkzaam in een gezondheidsinstelling en in rechtstreeks contact met risicopersonen.
- Alle personen en kinderen die onder hetzelfde dak wonen als risicopersonen.
- Zwangere vrouwen die in het tweede of derde trimester van hun zwangerschap zijn op het ogenblik van de vaccinatie.

Ook wanneer je ouder bent dan 50 jaar en niet aan één van de bovenstaande chronische aandoeningen lijdt kan vaccinatie nuttig zijn. Bespreek jouw risico met je huisarts of huisapotheker.



Heb je diabetes? Wist je dat...

- een griepinfectie je diabetesregeling danig in de war kan sturen ook als je geen insuline gebruikt.
- een griepinfectie ook bij jonge gezonde mensen met diabetes verwickelingen kan geven waarvoor hospitalisatie noodzakelijk is.
- er geen behandeling bestaat om deze onaangename gevolgen te vermijden.
- een jaarlijkse griepvaccinatie je de beste garantie biedt om het griepseizoen zonder kleerscheuren door te komen?

Meer weten over diabetes en griep?
Bel gratis de Diabetes Infolijn: 0800 96 333

Je beschermt je optimaal tegen de gevaren van griep door je jaarlijks te laten vaccineren.

Voor meer informatie kan je steeds bij je huisarts en huisapotheker terecht of op

www.griepvaccinatie.be

Maak van de gelegenheid gebruik om na te gaan of je in orde bent met je andere vaccinaties!

Een initiatief van het Vlaams Griepplatform

- De Vlaamse Logo's en de Ondersteuningscel Logo's v.z.w.
- Domus Medica v.z.w. • Het Vlaams Apothekers Netwerk
- Vereniging der Coöperatieve Apotheken van België
- Omtrent Gezondheid v.z.w. • De Vlaamse Ouderenraad
- Vlaamse Diabetes Vereniging v.z.w. • Alle Ziekenfondsen



BLIJF UIT DE GREEP VAN GRIEP



LAAT U TIJDIG VACCINEREN



Wat is griep?

Je hebt koorts, koude rillingen lopen over je rug, en na enkele uren ben je echt ziek, met hoofdpijn, spier- en gewrichtspijnen, een rauwe keel, een droge hoest...

De kans is groot dat je griep hebt. Griep is echter niet zo onschuldig als een banale verkoudheid.

Griep kan bij bepaalde personen ernstige verwickelingen veroorzaken, soms met de dood tot gevolg. Voorzichtigheid is dus meer dan geboden.

Griep wordt veroorzaakt door het influenzavirus, dat jaarlijks opduikt in de winterperiode. Het gaat om een zeer besmettelijke ziekte die een epidemie kan veroorzaken waarbij soms meer dan de helft van de bevolking getroffen wordt.

Waarom is vaccinatie belangrijk?

De beste manier om je tegen griep en zijn gevolgen te beschermen is vaccinatie. Andere medicatie kan griep niet voorkomen, ze kan enkel de duur en de symptomen van griep verlichten.

Wanneer moet ik me laten vaccineren?

Je laat je best tussen eind september en begin december vaccineren. Zolang de griep niet is doorgebroken is vaccinatie nuttig.

Het vaccin beschermt pas na twee weken en is maar goed voor één winterperiode.

Elk jaar moet je opnieuw een vaccin krijgen !

Hoe kan ik me laten vaccineren?

- Vraag een voorschrift bij je arts.
- Haal het vaccin bij je apotheker.
- Bewaar het meteen in het groentevak van je koelkast, anders wordt het waardeloos.
- Laat je vaccineren tussen eind september en begin december.



Vijf feiten over griepvaccinatie.

► Van het griepvaccin kan je geen griep krijgen.

Een griepvaccin bevat geen levend influenzavirus en kan dus geen griep veroorzaken. Het spuitje doet je lichaam wel verdedigingsstoffen aanmaken, wat soms aanleiding geeft tot lichte ongemakken, maar het maakt je niet echt ziek. Wanneer je kort na een griepvaccinatie toch ziek wordt, werd je waarschijnlijk net voor de inspuiting door een ander virus besmet.

► Een griepvaccinatie gehad en toch nog griep gekregen. Het kan.

Soms kan je, ondanks een vaccinatie, toch nog griep krijgen. Maar met een spuitje zal je altijd veel minder ziek worden dan zonder. Ook de kans op verwickelingen en een ziekenhuisopname vermindert sterk.

► Een griepvaccinatie helpt niet tegen verkoudheden.

Het griepvaccin werkt alleen tegen de «echte» griep, veroorzaakt door het influenzavirus. Het heeft helemaal geen invloed op het al dan niet krijgen van een gewone verkoudheid, bronchitis, keelontsteking, enz.

► Ook als je nog nooit griep gehad hebt, blijft een inenting aan te raden.

Sommige mensen krijgen inderdaad zelden griep, maar zeg nooit, nooit. Als je tot de risicogroepen behoort, maak je bij een griep evenveel kans op ernstige verwickelingen als alle anderen uit die groep.

► Het vaccin heeft weinig bijwerkingen.

Allergische reacties komen zelden voor. Personen die allergisch zijn voor kippeneiwit mogen zich niet laten inenten. Als je een allergische reactie krijgt van andere vaccins, bespreek je dat best eerst met je huisarts en apotheker.

Soms treedt rond de inspuitplaats wat roodheid, zwelling of pijn op, maar die ongemakken verdwijnen na enkele dagen.