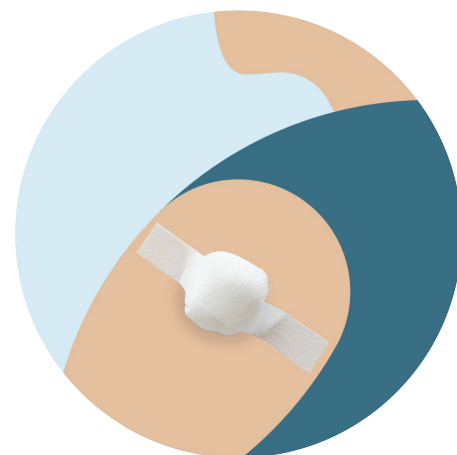


# Вы подвержены риску заболеть гриппом? Вакцинируйтесь!

Любой человек может серьёзно заболеть гриппом, но некоторые люди более склонны к осложнённому течению заболевания, чем другие. В Норвегии около 1,7 миллиона детей и взрослых следует пройти вакцинацию от гриппа.



## Кому следует ежегодно вакцинироваться от гриппа?

- Лицам в возрасте 65 лет и старше
- Жильцам домов инвалидов и престарелых
- Детям и взрослым с:
  - хроническими заболеваниями лёгких;
  - хроническими сердечно-сосудистыми заболеваниями;
  - хронической печёночной недостаточностью;
  - хронической почечной недостаточностью;
  - хроническими неврологическими заболеваниями или травмами;
  - сниженным иммунитетом;
  - диабетом 1-го и 2-го типа;
  - тяжёлой степенью ожирения (ИМТ более 40);
  - другими тяжёлыми или хроническими заболеваниями;
- Беременным женщинам с 12-й недели беременности
- Недоношенным детям, в особенности детям, родившимся до истечения 32 недели беременности, от 6 месяцев (хронологический возраст) до 5 лет.

## Что такое грипп?

Обычный грипп начинается внезапно и вызывает повышение температуры, сухой кашель, вялость и боль в мышцах в течение 3-10 дней. Грипп также может привести к тяжёлой пневмонии и усугублению хронических заболеваний.

Люди с сердечно-сосудистыми заболеваниями более подвержены риску инфаркта миокарда, инсульта и летального исхода во время сезона гриппа, чем в остальном в течение года. Осложнённое течение гриппа может привести к необратимому нарушению здоровья и увеличению потребности в помощи.

В Норвегии грипп приводит в среднем к более 5000 госпитализаций и 900 смертей в год.

## Зачем нужна вакцина от гриппа?

Вакцина обеспечивает защиту от гриппа и осложнений гриппа через 1-2 недели после вакцинации. Вакцину можно вводить одновременно с вакцинами от других инфекционных заболеваний, таких как пневмококковая инфекция и коронавирус.

Вакцинацию следует проходить ежегодно, поскольку вирусы гриппа постоянно меняются, и вакцину необходимо адаптировать к этим изменениям. Действие вакцины также снижается со временем.

## Есть ли у вакцины побочные действия?

Вакцина от сезонного гриппа используется в течение многих лет и обычно имеет мало побочных действий. Как и другие вакцины, она может вызывать болезненность, покраснение и припухлость в месте укола, а также повышенную температуру, лёгкое недомогание и боль в мышцах. Аллергические реакции или другие серьёзные побочные действия возникают очень редко. Вакцина от гриппа не может привести к заболеванию гриппом.

## Где можно вакцинироваться от гриппа?

Посетите сайт местного муниципалитета или проконсультируйтесь с семейным врачом.

