

# Vaksine mot influensa

*Alle kan bli alvorleg sjuke av influensa, men enkelte risikogrupper er meir utsette for alvorleg sjukdom enn andre. I Norge er nær 1,6 millionar barn og vaksne i ei slik risikogruppe. Helsegevinsten kan vere stor om desse vaksinerer seg.*



## Barn og vaksne i følgande risikogrupper bør ta influensavaksine årleg:

- » Alle frå fylte 65 år
- » Bebuarar i sjukeheimar og omsorgsbustader
- » Barn og vaksne med:
  - kronisk lungesjukdom
  - kronisk hjarte- og karsjukdom
  - kronisk leversvikt
  - kronisk nyresvikt
  - kronisk nevrologisk sjukdom eller skade
  - nedsett immunforsvar
  - diabetes mellitus, type 1 og 2
  - svært alvorleg fedme (BMI over 40)
  - annan alvorleg eller kronisk sjukdom
- » Gravide frå 12. svangerskapsveke
- » Prematurt fødte born, særleg born født før veke 32 i svangerskapet, frå 6 månadar (kronologisk alder) til 5 år.

## Kvifor ta vaksine?

Influensa kan mellom anna føre til alvorleg lungebetennelse og forverring av mange kroniske sjukdommar. Ved alvorlege komplikasjonar av influensa er det nødvendig med innlegging på sjukehus. Personar med hjarte- og karsjukdom er meir utsette for hjarteinfarkt, hjerneslag og død i influensasessongen enn elles i året. Alvorleg influensasjukdom kan føre til varig svekka helse og auka hjelpebehov, og gjennomsnittleg døyr 900 personar årleg. Vaksinasjon beskyttar mot alvorleg influensa.

## Kva beskyttar vaksinen mot?

Influensavaksine beskyttar mot influensavirus frå 1–2 veker etter vaksining.

Vaksinen beskyttar ikkje mot koronavirus eller andre virus og bakteriar,

som også kan gi influensaliknande symptom.

Vanlege influensasymptom er brå sjukdomsstart, feber, tørrhoste, slappheit, hovudverk og muskelsmerter i 3–10 dagar.

## Kvifor bør vaksinen takast kvart år?

Vaksinen bør takast årleg fordi influensaviruset endrar seg heile tida og vaksinen må tilpassast desse endringane. Effekten av vaksinen blir også svakare over tid.

## Har vaksinen biverknader?

Vaksine mot sesonginfluensa har vore brukt i mange år, og har generelt få biverknader. Som andre vaksiner kan han føre til smerte, raud hud og hevingar på stikkstaden samt feber, lett sjukdomskjensle og muskelsmerter. Allergiske reaksjonar eller andre alvorlege biverknader er sjeldne.

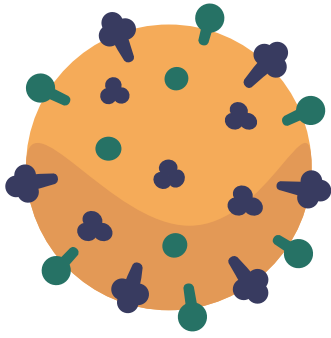
Influensavaksinen kan ikkje gi influensasjukdom.

## Kvar kan eg ta influensavaksine?

Sjekk med legekantoret, eller på kommunen sine nettsider.

Meir informasjon finn du på Folkehelseinstituttet sine nettsider: [www.fhi.no/influensavaksine](http://www.fhi.no/influensavaksine)





# Influensavaksine på 1-2-3



## **Kven bør ta vaksine?**

- » Nokre blir alvorleg sjuke av influensa.
- » Alle over 65 år bør ta vaksine kvart år.
- » Er du kronisk sjuk, har alvorleg fedme eller er gravid bør du også ta vaksine.
- » Snakk med legen din.



## **Korleis verkar vaksinen?**

- » Vaksinen lærer kroppen å forsvare seg mot influensaviruset.
- » Vaksinen blir gjeven med sprøyte i éin dose.
- » Det tek 1–2 veker før vaksinen byrjar å verke.



## **Etter vaksinasjonen**

- » Mange får litt vondt på stikkstaden, det kan bli litt raudt og hovent.
- » Enkelte får feber, vondt i musklane eller føler seg litt sjuke.
- » Det forsvinn av seg sjølv etter 1–2 dagar.