

# 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 omsorgsbustadar.
- 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 fra 12. svangerskapsuke
- Prematurt fødte barn, særlig barn 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 influensasesongen enn elles i året. Alvorleg influensasjukdom kan føre til varig svekka helse og auka hjelpebehov, og gjennomsnittleg dør 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.

Vaksinen kan setjast samtidig med vaksine mot andre infeksjonar, som t.d. pneumokokk og korona.

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/voksenvaksinasjon](http://www.fhi.no/voksenvaksinasjon)