

**For noen kan sesonginfluensa gi alvorlige komplikasjoner. Helsegevinsten kan være stor om du vaksinerer deg. Personer i risikogrupperne bør ta influensavaksine årlig.**



ILL-FOTO: © COLOURBOX.COM

## VAKSINE MOT INFLUENSA

### Disse anbefales spesielt influensavaksine:

- ✓ Alle fra fylte 65 år
- ✓ Beboere i sykehjem og aldersboliger
- ✓ Barn og voksne med:
  - diabetes mellitus, type 1 og 2
  - kronisk luftveissykdom
  - kronisk hjerte- og karsykdom
  - kronisk leversvikt
  - kronisk nyresvikt
  - kronisk neurologisk sykdom eller skade
  - nedsatt immunforsvar
  - svært alvorlig fedme (BMI over 40)
  - annen alvorlig eller kronisk sykdom
- ✓ Gravide fra 12. svangerskapsuke

### Hvorfor vaksinere seg?

Nær 1 million mennesker i Norge tilhører grupper med økt risiko for komplikasjoner av influensa. Det er anslått at det i gjennomsnitt dør 900 personer i Norge årlig som følge av sykdommen. Influensavaksinen kan beskytte mange av disse.

Influensa kan blant annet føre til lungebetennelse og forverring av kroniske sykdommer. Ved alvorlige komplikasjoner av influensa kan sykehusinnleggelse være nødvendig. Noen får varig svekket helse etter alvorlig influensasykdom.

Personer med hjerte-/karlidelser er i influensa-sesongen mer utsatt for hjerteinfarkt, hjerneslag og død. Influensavaksinasjon kan bidra til å beskytte mot slike hendelser.

Influensa i svangerskapet gir noe økt risiko for dødfødsel. Gravide er også mer utsatt for følgesykdommer som lungebetennelse enn andre friske kvinner.

Influensa hos spedbarn kan være alvorlig. Vaksinasjon av mor under graviditeten gir barnet beskyttelse mot influensa den første tiden etter fødselen.

### Hva beskytter vaksinen mot?

Vaksine mot sesonginfluensa beskytter mot flere ulike typer influensavirus.

Influensavaksinen beskytter ikke mot andre virus og bakterier som også kan gi influensalignende symptomer. Vanlige influensasyntomer er feber, tørrhoste, rennende nese, slapphet, hodepine og muskelsmerter i 3–10 dager.

### Hvorfor bør vaksinen tas hvert år?

Personer i risikogrupperne bør ta vaksine mot sesonginfluensa hvert år. Dette er nødvendig fordi influensaviruset endrer seg hele tiden og vaksinen tilpasses disse endringene hvert år. Effekten av vaksinen avtar også over tid.

### Har vaksinen bivirkninger?

Vaksine mot sesonginfluensa har vært brukt i mange år. Som andre vaksiner kan den gi ømhet, rødhet og hevelse på stikkstedet, samt feber, lett sykdomsfølelse og muskelsmerter. Allergiske reaksjoner eller andre alvorlige bivirkninger forekommer svært sjelden.

Vaksine mot sesonginfluensa inneholder ikke de samme tilsetningsstoffene som pandemivaksinen (Pandemrix).

Influensavaksinen kan ikke gi influensasykdom.

### Hvor kan jeg ta influensavaksine?

Spør legen din eller benytt deg av vaksinasjonsdagene i kommunen hvis det arrangeres slike der du bor.

### Hvilke vaksiner har jeg tatt?

Du kan få influensavaksinasjonen registrert i Nasjonalt vaksinasjonsregister (SYSVAK). Opplysningene finner du på: <https://helsenorge.no/vaksiner/mine-vaksiner>

### Ønsker du mer informasjon?

Spør gjerne legen din. Se også Folkehelseinstituttets nettsider: [www.fhi.no/influensa](http://www.fhi.no/influensa)

