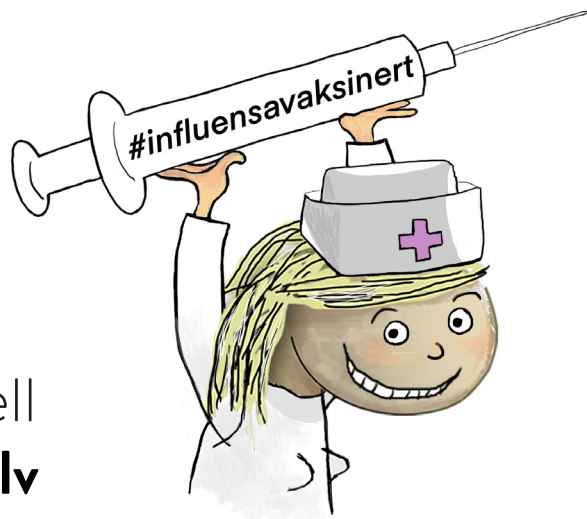


Du kan smitte andre med influensa sjølv om du ikkje har tydelege symptom



## Influensavaksine til helsepersonell

# Vern pasientar, kollegaer og deg sjølv

Høg vaksinasjonsdekning blant helsepersonell kan redusere influensarelaterte komplikasjonar og i nokre tilfelle dødsfall blant pasientane. Dette er spesielt viktig for pasientar som ikkje sjølve kan få vaksine (til dømes barn under 6 månader) og for pasientar som kan ha redusert effekt av vaksinen på grunn av nedsett immunforsvar.

Høg vaksinasjonsdekning for influensa blant tilsette i helse-sektoren er og viktig for å oppretthalde ein tilfredsstillande beredskap under større utbrot av smittsame sjukdomar.

Viruset blir overført gjennom dråpe- eller kontaktsmitte.

- » Influensa kan vere mild eller asymptomatisk i opptil 30 % av tilfella. Dersom du blir smitta, kan du spreie sjukdomen til andre sjølv om du ikkje har tydelege symptom.
- » Vaksne er vanlegvis smitteførande ein dag før symptoma utviklar seg og 3–5 dagar etter at dei har blitt sjuke.

Helsepersonell har klart høgare risiko for å bli smitta av influensa samanlikna med vaksne som ikkje arbeider i helse-sektoren.

### Desse blir tilrådde influensavaksine

Helse- og omsorgspersonell med pasientkontakt er tilrådde å ta vaksine. Det gjeld særleg personell som har kontakt med sårbare pasientgrupper innan for eksempel eldreomsorg, nyføddeisin, kreftbehandling, infeksjonsmedisin og intensivavdelingar, men også andre tilsette med pasientkontakt bør vaksinerast.

### Rett til vaksine

Dersom du kan bli utsett for influensasmitte på arbeid og ønskjer vaksine: Ta kontakt med arbeidsgivar for informasjon om vaksinasjon på arbeidsplassen. Arbeidsgivar skal dekkje utgiftene ved vaksinasjonen.

### Viktig om influensavaksinen

Influensavirus endrar seg heile tida. Kwart år blir vaksinen tilpassa dei virustypene som sirkulerer, for å oppnå best mogleg vern.

Influensavaksinen til vaksne inneheld berre delar av influensavirus og ikkje levande virus. Vaksinen kan dermed ikkje gi influensasjukdom. Influensavaksinen vernar ikkje mot koronavirus eller andre virus og bakteriar som også kan gi influensaliknande symptom.

Vaksine mot sesonginfluensa har vore brukt i mange år, og den gir svært sjeldan alvorlege biverknader. Vanlege biverknader er lokalreaksjon med raud hud, ømheit og/eller hevingar på injeksjonsstaden (5–20 %). 1–10 % kan få feber, muskelsmerter og føle seg generelt uvel. Alvorlege allergiske reaksjonar er svært sjeldan.

### Når og kvar?

Vaksinen bør takast i oktober til november, før influensa-sesongen startar. Du får maksimalt vern etter 1–2 veker.

Undersøk korleis influensavaksinasjon skjer på arbeidsplassen din. Eventuelt kan du kontakte fastlegen din eller nytte vaksinasjonsdagar i kommunen, om det er tilbod om det.

### Meir informasjon

Referansar og meir informasjon om influensa, førebygging og vaksine:

[www.fhi.no/influensa](http://www.fhi.no/influensa)

[www.fhi.no/influensavaksine](http://www.fhi.no/influensavaksine)



Du finn fullstendige preparatomtalar (SPC) for influensavaksinene på [www.legemiddelverket.no](http://www.legemiddelverket.no)

