KAJ LAHKO SAMI STORIMO, DA PREPREČIMO OKUŽBE DIHAL:



Redno si umivamo roke

Redno prezračujemo prostore





Ob znakih okužbe ostanemo doma

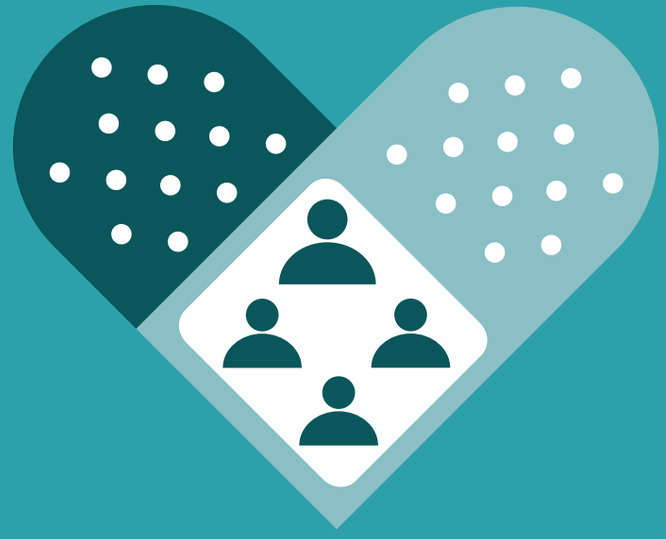
Kašljamo in kihamo le v rokav ali robček ter stran od drugih





Redno se cepimo

PREHITIMO GRIPO



ZAŠČITIMO SE ŽE DANES

Kaj bi vsak kronični bolnik moral vedeti o cepljenju proti gripi?

CEPIMO SE

NIJZ Nacionalni inštitut za javno zdravje

ZAKAJ JE CEPLJENJE POMEMBNO ZA KRONIČNE BOLNIKE?

Gripa vsako leto kroži med ljudmi v jesensko-zimskem času. Pri kroničnih bolnikih lahko povzroči resne zaplete, poslabšanje osnovne bolezni, zdravljenje v bolnišnici in smrt. Cepljenje proti gripi je najbolj učinkovit način zaščite pred gripo in njenimi posledicami.

ALI JE CEPLJENJE VARNO?

Da. Cepivo je mrtvo, preizkušeno, varno in priporočljivo za vse, še posebej za kronične bolnike. Najpogostejši neželeni učinki po cepljenju se pojavijo na mestu cepljenja-rdečina in bolečina na mestu vboda in kratkotrajna utrujenost.

KOMU SE CEPLJENJE PRIPOROČA?

Cepljenje proti gripi se priporoča vsem osebam, starejšim od 6 mesecev, še zlasti pa:

- kroničnim bolnikom vseh starosti,
- starejšim od 65 let,
- majhnim otrokom (od 6 mesecev do 2 let),
- nosečnicam,
- osebam z izrazito prekomerno telesno težo.

ZAKAJ NAJ SE PROTI GRIPI CEPI KRONIČNI BOLNIK?

1. Cepljenje zmanjša tveganje za poslabšanje osnovne kronične bolezni.
2. Cepljenje zmanjša tveganje za resne zaplete, kot so pljučnica, srčni infarkt, možganska kap.
3. Cepljenje zmanjšuje verjetnost hospitalizacije in smrti.

KAJ MORAM VEDETI O CEPLJENJU PROTI GRIPI?

- Cepljenje proti gripi se začenja 20. oktobra.
- Cepljenje poteka pri osebnem zdravniku, v cepilnih ambulantah zdravstvenih ustanov in na območnih enotah NIJZ.
- Cepljenje je za prebivalce Slovenije plačano iz obveznega zdravstvenega zavarovanja in se izvede brez dodatnega plačila.
- Cepljenje je treba opraviti vsako leto (virus gripe se spreminja, odpornost po cepljenju traja nekaj mesecev).

Pomembno: Če imate akutno poslabšanje bolezni ali ste bolni, se o cepljenju posvetujte z zdravnikom. Cepljenje proti gripi je mogoče opraviti sočasno s cepljenje proti pnevmokoku in covidu-19.