



Ogólnopolski Program Zwalczania Grypy w związku z panującym wzmożonym sezonem zachorowań na gripę prosi o podjęcie działań zapobiegawczych poprzez szczepienie, które zmniejsza prawdopodobieństwo zachorowania, a jeśli do niego dojdzie łagodzi przebieg grypy.

[cialis professional](#) [viagra soft tabs](#) argaiv1778

[Zagrożenie grypą u kobiet w ciąży](#)

[Zagrożenie grypa u osób starszych](#)

[Jak chronić się przed grypa](#)

GRYPA to poważna choroba, na którą zachorować może każdy¹

STOP GRYPA

Zaszczep się!
Dołącz do nas, aby zapobiec
szerzeniu się grypy.

FluMania™

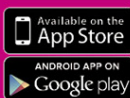
Edukacyjna gra na smartfony i tablety

Baw się
i zdobywaj
kolejne
poziomy!

BEZ-
PŁATNA

Sprawdź
swoją
wiedzę!

POBIERZ TERAZ,
WPISZ TEN KOD
I ZDOBĄDŹ PREMIĘ



SZCZEPIENIE WYMAGA KONSULTACJI Z LEKARZEM

1. Prevention and Control of Influenza with Vaccines. Recommendations of Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), 2010. MMWR 2010;59 (RR-8): 1-44.



SPOŁECZNA KAMPANIA NA RZECZ PROFILAKTYKI GRYPY

SPRAWDŹ CO WIESZ O GRYPIE

1. Co powoduje grypę sezonową?
 - a. Bakterie
 - b. Gryziny
 - c. Wirusy
2. Czy przeziębienie i grypę wywołuje ten sam wirus?
 - a. Tak
 - b. Nie
3. Czy wirus może być przenoszony przez dłoń?
 - a. Tak
 - b. Nie
4. Jak długo mogą zarażać grypą inne osoby?
 - a. 1 dzień przed wystąpieniem objawów
 - b. Do 5-7 dni od zachorowania
 - c. 1 dzień przed wystąpieniem objawów oraz przez 5-7 dni od zachorowania
5. Kto jest zagrożony powikłaniami?
 - a. Osoby w podeszłym wieku, dzieci
 - b. Każdy
6. Jaki cel ma szczepienie przeciw grypie?
 - a. Zabicie wirusa
 - b. Zapobieganie chorobie i jej groźnym powikłaniom
7. Czy lepiej zachorować na grypę niż się przeciw niej zaszczepić?
 - a. Tak
 - b. Nie
8. Czy pomimo szczepienia można zarazić się grypą?
 - a. Tak
 - b. Nie
9. Czy wirus grypy może przetrwać na banknotach?
 - a. Tak
 - b. Nie

Poprawne odpowiedzi znajdziesz w tej ulotce

FluMania

Edukacyjna gra na smartfony i tablety



WIELE INFORMACJI
i pytań na temat grypy i szczepień znajdziesz w tej edukacyjnej aplikacji na smartfony i tablety

POBIERZ JĄ
ochroń miasto przed epidemią grypy, weź udział w akcji szczepień osób z różnych grup ryzyka powikłań pogrypowych

POKONUJ KOLEJNE POZIOMY
odpowiadaj na pytania zdobywaj punkty i bonusy

ZAPROŚ ZNAJOMYCH
i zróz im wyzwanie

ZOSTAŃ AMBASADOREM
profilaktyki grypy w Polsce



Wszystkie prawa zastrzeżone. Wszelkie prawa zastrzeżone. Wszelkie prawa zastrzeżone.



SPOŁECZNA KAMPANIA NA RZECZ PROFILAKTYKI GRYPY

CO WARTO WIEDZIEĆ O GRYPIE

❖ Każdego roku, na całym świecie grypą zarazi się 5-10% populacji osób dorosłych i 20-30% dzieci.¹

❖ Wirusy grypy ludzkiej łatwo namnażają się i przenoszą z jednej osoby na drugą. Do zakażenia dochodzi zwykle drogą kropelkową, gdy chory kaszle i kicha, ale również pośrednio, gdy wydzielił układ oddechowy dostają się na ręce, chusteczki itp.² W przypadku dużej koncentracji wirusów mogą one przetrwać na banknotach nawet do 3 dni.⁴

❖ Czas, jaki upływa od narażenia na kontakt z wirusem grypy do pojawienia się objawów, wynosi od 1 do 4 dni, przy czym średnio są to 2 dni.⁵

❖ Większość zdrowych dorosłych może zarażać już na 1 dzień przed wystąpieniem objawów oraz przez 5 do 7 dni od zachorowania. Oznacza to, że możesz stanowić źródło zakażenia nie tylko po wystąpieniu objawów, ale nawet nie wiedząc o tym, że wkrótce zachorujesz.⁵

❖ Zachorować może każdy, jednak największe ryzyko wystąpienia powikłań dotyczy dzieci poniżej 2. roku życia, dorosłych w wieku 65 lat i starszych, kobiet w ciąży oraz osób w każdym wieku cierpiących na przewlekłe choroby serca, płuc, nerek, wątroby, choroby krwi czy choroby metaboliczne (np. cukrzyca) lub posiadających osłabiony system odpornościowy.²

❖ Każde zakażenie grypą niesie ze sobą ryzyko poważnych powikłań, hospitalizacji lub zgonu, również u zdrowych dzieci i dorosłych. Dlatego w celu uzyskania odporności bezpieczniej jest wyborem jest szczepienie niż ryzykowanie zachorowaniem.⁷

❖ W sezonie grypowym oprócz wirusów grypy krążą również inne wirusy wywołujące choroby układu oddechowego, którym mogą towarzyszyć objawy zbliżone do tych, jakie występują w przypadku grypy. Do wirusów takich należą rinowirusy (jedną z przyczyn przeziębienia) oraz wirusy RSV.⁸

❖ Istnieje szereg powodów, dla których u osób szczepionych przeciw grypie mogą wystąpić objawy chorobowe zbliżone do grypy. Dzieje się tak głównie na skutek kontaktu z innym wirusem atakującym układ oddechowy lub wirusem grypy odmiennym od szczepów uwzględnionych w szczepionce.⁷

❖ Szczepienie przeciw grypie to najskuteczniejsza metoda zapobiegania grypie i jej groźnym powikłaniom.¹



Poprawne odpowiedzi: 1. c, 2. b, 3. b, 4. c, 5. b, 6. b, 7. b, 8. a, 9. b

Opracowanie na podstawie: 1. Prevention and Control of Influenza with Vaccines. Recommendations of Advisory Committee on Immunization Practices (ACIP), 2015. MMWR 2015;64(9):1-44. 2. WHO, World Health Organization, Influenza (Seasonal) Fact sheet 211 March 2014, dostępna na: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs211/en/>. 3. ECDC, The European Centre for Disease Prevention and Control, Influenza. Fact sheet for the general public, dostępna na: http://ecdc.europa.eu/en/healthtopics/influenza/influenza_basics/index.htm. 4. Van Thiem V et al., Survival of Influenza Virus on Surfaces, APPLIED AND ENVIRONMENTAL MICROBIOLOGY 2005, 71(10):3050-3057. 5. CDC, Center for Disease Control and Prevention, How the flu spreads, dostępna na: http://www.cdc.gov/flu/about/season/flu_season.htm. 6. CDC, Center for Disease Control and Prevention, How the flu spreads, dostępna na: http://www.cdc.gov/flu/about/season/flu_season.htm. 7. CDC, Center for Disease Control and Prevention, Vaccinating about Seasonal Flu and the Vaccine, dostępna na: http://www.cdc.gov/flu/about/season/flu_season.htm. 8. CDC, Center for Disease Control and Prevention, Microbiology about Seasonal Flu and the Vaccine, dostępna na: http://www.cdc.gov/flu/about/season/flu_season.htm.