



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

ROBERT KOCH INSTITUT



Grip aşısı

Primer hastalıkları bulunan insanlar
için etkili koruma



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

Grip aşısı neye yarar?

Belirli primer hastalıkları bulunan insanlar, gribin ağır geçmesi yönünde yüksek bir riske sahiptir. **Mevsimsel gribe (İnfluenza) karşı aşılama, kanıtlandığı üzere ağır hastalık tablolarını, hastanede yatışları ve hastalığa bağlı komplikasyonlar için riskleri düşürüyor.** O nedenle belirli primer hastalıkları bulunan insanlar için yıllık grip aşısı tavsiye edilmektedir.

Grip nedir ve hangi hastalık belirtileri ortaya çıkabilir?

Grip (İnfluenza) **grip virüslerinin neden olduğu bir enfeksiyon hastalığıdır.** “Grip” ve “Soğuk algınlığı” genellikle aynı kefeye konulur ama bu yanlıştır. Bir soğuk algınlığı rahatsız edici olsa da genellikle zararsızdır. Buna karşın bir grip **ağır ilâ yaşamı tehdit edici** bir tabloya yol açabilir ve akciğer iltihabı gibi bir komplikasyonlara neden olabilir.

Bir bulaşma sonrasında 3 insandan 2’sinde şikayet baş gösterir. Hastalık belirtileri genellikle aniden, çoğu zaman bulaşma sonrasında bir ilâ iki gün içinde başlar.

Tipik şikayetler şunlardır:

- yüksek ateş
- kuru öksürük
- güçlü baş ağrısı ve eklem ağrıları
- genel hastalık hissi ve yorgunluk

Her üçüncü kişi bir bulaş sonrası hastalık belirtisi göstermez ama yine de başkalarına bulaştırabilir.

Grip virüsleri nasıl bulaşır?



Grip virüsleri özellikle **öksürme, hapşıрма veya konuşma sırasında damlacık** yoluyla aktarılır. Bu damlacıklar grip virüsleriyle birlikte burun, ağız veya göz mukozalarına ulaştığında insana hastalık bulaşabilir.



Grip virüsleri yine **eller veya ortak kullanılan yüzeyler**, örneğin kapı kolları, üzerinden de aktarılabiliyor.

Grip aşısı olduktan sonra da insana grip virüsü bulaşabilir.

Hangi primer hastalıklar durumunda grip aşısı öneriliyor?

Belirli primer hastalıkları bulunan insanlar, gribin ağır geçmesi veya yaşamı tehdit etmesi yönünde yüksek bir riske sahiptir. **Daimi Aşı Komisyonu (STIKO)** özellikle **aşağıdaki primer hastalıklar durumunda bir yıllık grip aşısı öneriyor:**

- ▶ Solunum organları hastalıkları
- ▶ Kalp dolaşım sistemi hastalıkları
- ▶ Karaciğer veya böbrek hastalıkları
- ▶ Metabolizma hastalıkları
- ▶ Aşırı kilo (Obezite)
- ▶ Sinir sistemi hastalıkları
- ▶ Hastalıklar veya belirli ilaçlar yüzünden vücut direnci zayıflığı

Grip aşısı gribin ağır bir tabloda seyretmesine karşı en iyi korumayı sağlar.

Neden her yıl grip aşısı olmak gerekiyor?

Grip virüsleri sürekli olarak değişir. O yüzden **aşı içerikleri her yıl buna göre değiştirilir**. Aşılar, gelecek sezon ortaya çıkma olasılığı en yüksek ve en sık olan virüs varyantlarının bileşenlerini içerir. Ayrıca aşı koruması sınırlı bir süre koruyuculuğunu sürdürür. O nedenle mümkün olan en iyi koruma için her yıl aşı olmak gerekir.



Son zamanlarda grip nedeniyle kalp dolaşım komplikasyonları riskini arttığına dair belirtiler görülmektedir. **Araştırmalara göre grip aşısı kalp krizine ve beyin kanamasına karşı koruyor.**

Ne zaman aşı olmak gerekir?

Grip aşısı için en iyi zaman **ekim ayı başından aralık ayının ortasına kadardır**. Böylece grip dalgası başlayan kadar yeterli bir koruma oluşturabilmek için yeterli bir zaman kalır. Daha sonraki bir dönemde de bir aşı mantıklı olabilir.

Ayrıca belirli primer hastalıklar sahip insanlara da mevcut yıl içinde koronavirüs bulaşmamışsa, COVID-19'a karşı bir aşı koruma önerilmektedir.

Grip ve COVID-19 aşısı aynı zamanda yapılabilir.

Primer hastalıkları bulunan insanlar için grip aşısı masrafını genelde yasal sağlık sandıkları üstleniyor.

Grip aşısı güvenli mi?

Grip aşısı **iyi tolere edilir ve güvenlidir**. Aşı yapıldıktan sonra enjeksiyon noktasında ağrı, yorgunluk veya hafif hastalık hissi gibi olağan aşı reaksiyonları meydana gelebilir. Şikayetler çoğu zaman bir ilâ iki gün sonra tekrar azalır. Ağır yan etkiler nadiren görülür.

Kendinizi ayrıca nasıl koruyabilirsiniz?

Grip aşısı ağır hastalık tablolarına karşı iyi bir koruma sağlar. Ancak tamamen koruma sağlamaz. **Basit hijyen tedbirleri** ile kendinizi ve diğer insanları grip virüslerine ve diğer bulaşıcı solunum yolu hastalıklarına koruyabilirsiniz.

En önemli hijyen ipuçları



Mesafeyi koruyun



Öksürürken ve hapşırırken hijyene dikkate edin



Düzenli ve iyice havalandırma yapın



Gündelik hayatta ellerinizi yıkayın



Gerekirse bir ağız burun koruması takın



Temaslardan kaçının



Hasta olduğunuzda evde kalın



Ellerinizi yüzünüzden uzak tutun

Grip virüsü ve kendinizi nasıl koruyabileceğinize dair diğer bilgilere www.infektionsschutz.de ve www.rki.de/influenza-impfung üzerinden ulaşabilirsiniz.

Künye

Yayımlayan: Federal Halk Sağlığı Enstitüsü (BIÖG),
50819 Köln.

Tüm hakları saklıdır. Robert Koch Enstitüsü (RKI) işbirliğiyle oluşturulmuştur.

Redaksiyon: Federal Halk Sağlığı Enstitüsü,
Enfeksiyondan Korunma bölümü, Risk ve Kriz Yönetimi

Tasarım: VALID Digitalagentur GmbH

Resim hakkı: © FatCamera | Getty Images

Kalem numarası: D81000506

Tarih: Nisan 2025



Grip aşısı ile ilgili kapsamlı bilgiler:

www.infektionsschutz.de/impfen/fuer-erwachsene/grippe-influenza

Sipariş adresi: Bu broşür ücretsiz olarak Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit, 50819 Köln adresinden, internette www.bioeg.de veya e-postayla bestellung@bioeg.de adresinden sipariş edilebilir. Alıcılar veya üçüncü kişiler tarafından satılmak üzere öngörülmemiştir.

Broşür 7 dilde kullanıma sunulmuştur:



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit