



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

ROBERT KOCH INSTITUT



Щеплення від грипу

Надійний захист для людей із
хронічними захворюваннями



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

Навіщо робити щеплення від грипу?

Люди з певними хронічними захворюваннями мають підвищений ризик тяжкого перебігу грипу. **Щеплення проти сезонного грипу (інфлуенци) доведено знижує ризик тяжкого перебігу хвороби, госпіталізації та ускладнень.** Тому щорічна вакцинація проти грипу рекомендована людям із певними хронічними захворюваннями.

Що таке грип і які симптоми можуть виникати?

Грип (інфлуенца) — це **інфекційне захворювання, спричинене вірусами грипу.** Терміни «грип» і «застуда» часто плутають. Застуда — це неприємне захворювання, але, як правило, не становить серйозної загрози. Грип може мати **тяжкий, навіть загрозливий для життя перебіг** і призводити до ускладнень, наприклад пневмонії.

Приблизно 2 із 3 людей після зараження відчувають симптоми. Ознаки хвороби зазвичай проявляються раптово, через один-два дні після інфікування.

Типові симптоми:

- ▶ висока температура;
- ▶ сухий кашель;
- ▶ сильний головний біль і біль у м'язах і суглобах;
- ▶ загальна хворобливість і втома.

Кожна третя людина після зараження не має симптомів, але все рівно може заражати інших.

Як передається грип?



Віруси грипу передаються переважно **краплями під час кашлю, чхання або розмови**. Якщо такі частинки з вірусом грипу потрапляють на слизову оболонку носа, рота або очей, відбувається зараження.



Грип може також поширюватися **через руки або спільно використовувані поверхні** (наприклад, дверні ручки).

Навіть після вакцинації проти грипу все ще можна заразитися, але перебіг хвороби, як правило, буде легшим.

Грип може мати тяжкий або навіть загрозливий для життя перебіг.

Люди з певними хронічними захворюваннями мають підвищений ризик тяжкого або навіть загрозливого для життя перебігу грипу. **Постійна комісія з питань щеплень (STIKO) рекомендує щорічну вакцинацію проти грипу, зокрема, при таких хронічних захворюваннях:**

- ▶ захворювання органів дихання;
- ▶ серцево-судинні захворювання;
- ▶ захворювання печінки чи нирок;
- ▶ метаболічні захворювання;
- ▶ виражене ожиріння (адипозність);
- ▶ захворювання нервової системи;
- ▶ ослаблений імунітет через хвороби чи прийом певних ліків.

Щеплення від грипу забезпечує найкращий захист від тяжкого перебігу хвороби.

Чому щеплення від грипу потрібно робити щороку?

Віруси грипу постійно змінюються. Тому **вакцини щороку оновлюються**. Вони містять компоненти тих варіантів вірусу, які найімовірніше й найчастіше циркулюватимуть у наступному сезоні. Крім цього, захист після щеплення триває обмежений час. Тому для найкращого захисту вакцинацію проти грипу потрібно робити щороку.



Крім цього, з'являється все більше даних, що грип підвищує ризик серцево-судинних ускладнень. **Згідно з результатами досліджень вакцинація проти грипу захищає від інфаркту й інсульту.**

Коли варто робити щеплення від грипу?

Найкращий час для вакцинації — **з жовтня до середини грудня**. Це дає змогу вчасно сформувати захист до початку епідемії грипу. Навіть пізніша вакцинація все ще може бути доцільною.

Для людей із певними хронічними захворюваннями також рекомендоване щеплення проти COVID-19, якщо протягом року вони не хворіли на коронавірус.

Вакцинацію проти грипу та COVID-19 можна робити одночасно.

Для людей із хронічними захворюваннями витрати на щеплення від грипу зазвичай покриваються державними медичними страховими касами.

Чи безпечне щеплення від грипу?

Щеплення від грипу **добре переноситься та є безпечним**. Після щеплення можливі типові реакції — біль у місці ін'єкції, втома або незначне нездужання. Ці симптоми зазвичай минають за один-два дні. Серйозні побічні ефекти трапляються дуже рідко.

Як ще можна захиститися?

Щеплення від грипу надійно захищає від тяжкого перебігу хвороби, але не дає повного захисту від інфікування. Додатково захистити себе й оточення від вірусів грипу та інших респіраторних інфекцій допомагають **прості гігієнічні заходи**.

Основні поради щодо гігієни



Дотримуйтеся дистанції



Дотримуйтеся гігієни під час кашлю та чхання



Регулярно й ретельно провітрюйте приміщення



Регулярно мийте руки в повсякденному житті



За потреби носіть маску, що закриває рот і ніс



Уникайте дотиків



Залишайтеся вдома, якщо ви захворіли



Не торкайтесь обличчя руками

Більше інформації про грип і захист від нього можна знайти за посиланнями www.infektionsschutz.de і www.rki.de/influenza-impfung.

Вихідні дані

Видавець: Федеральний інститут громадського здоров'я (BIOG), 50819 Кельн.
Усі права захищено. У співпраці з Інститутом Роберта Коха (RKI).

Редакція: Федеральний інститут громадського здоров'я, Відділ інфекційного захисту, управління ризиками та кризами
Дизайн: VALID Digitalagentur GmbH
Фотоматеріали: © FatCamera | Getty Images
Номер артикулу: D81000507
Стан: квітень 2025



Детальніша інформація про щеплення від грипу: www.infektionsschutz.de/impfen/fuer-erwachsene/grippe-influenza

Замовлення брошури. Ця брошура доступна безкоштовно у Федеральному інституті громадського здоров'я, 50819 Кельн, на сайті www.bioeg.de або електронною поштою bestellung@bioeg.de. Вона не призначена для перепродажу отримувачем або третіми особами.

Брошура доступна 7 мовами:



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.



**Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit**