



Bundesinstitut für
Öffentliche Gesundheit

ROBERT KOCH INSTITUT



Grip aşısı

Tıbbi personel olarak kendini ve diğerlerini korumak



infektionsschutz.de
Wissen, was schützt.

Tıbbi personel için grip aşısı neye yarar?

Tıbbi personel grip virüsü bulaşması konusunda yüksek bir risk taşır. **Bir grip aşısı kişisel koruma sağlar ve grip virüslerinin yayılmasını azaltır.** Böylece hastaların yanı sıra aile yakınları da dahil olmak üzere yakın çevre ve diğer temaslı kişiler mümkün olan en iyi şekilde korunur. O nedenle tıbbi personel için yıllık grip aşısı tavsiye edilmektedir.

Grip nedir ve hastalık belirtileri nelerdir?

Grip (İnfluenza) **grip virüslerinin neden olduğu bir enfeksiyon hastalığıdır.** Bu **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 bulaşma sonrasında hastalık belirtisi göstermez.



Son zamanlarda grip nedeniyle kalp dolaşım komplikasyonları risklerinin arttığına dair giderek daha çok uyarılarda bulunmaktadır. **Araştırmalara göre grip aşısı kalp krizine ve beyin kanamasına karşı koruyor.**

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.

Neden tıbbi personel için grip aşısı öneriliyor?

Tıbbi personel çalışma sırasında çoğu zaman birçok insanları yakın temas içine girer. Bu yüzden grip virüslerinin bulaşması riski yüksektir. **Bir grip aşısı mümkün olan en iyi kişisel korumayı sunar.**

Belirli primer hastalıkları bulunan insanlar, gribin ağır geçmesi veya yaşamı tehdit etmesi yönünde yüksek bir riske sahiptir. 60 yaş üstündeki kişiler, hamileler ve belirli primer hastalıkları bulunan kişiler risk altındaki bu insanların arasında yer alıyor.

Tıbbi personel için grip aşısı, kurumlarda grip virüslerinin yayılmasını azaltmaya katkı sağlamaktadır. Böylece aşı sadece kendi sağlığını değil, aynı zamanda bakımı yapılan hastaları da korur.

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. En iyi koruma için her yıl aşı olunması gerekmektedir.

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.



Muhtemelen sizin kurumunuzda da ücreti aşı randevuları teklif edilmektedir. Grip aşısı konusunda işletme hekimliği personelinize başvurun.



Ayrıca doğrudan hastayla temas eden tıbbi personelin kendisine mevcut yıl içinde koronavirüs bulaşmamışsa, COVID-19'a karşı bir aşı koruma önerilmektedir. **Grip ve COVID-19 aşısı aynı zamanda yapılabilir.**

Grip aşısı güvenli mi?

Grip aşısı **iyi tolere edilir ve güvenlidir**. Kullanılan aşılar inaktif denilen aşılardır. Yani aşılar aktif virüsler içermez ve o nedenle bir grip hastalığına da yol açamaz.

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 burnu 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: © Maskot | Getty Images

Kalem numarası: D81000512

Tarih: Nisan 2025



Grip aşısı ile ilgili kapsamlı bilgiler:

[www.infektionsschutz.de/impfen/
fuer-erwachsene/grippe-influenza](http://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