

# Skydda dig mot influensa med en vaccination i god tid



Säsongsinfluensa är en akut och kraftig luftvägsinfektion som är en annan sjukdom än ”vanlig flunsa” eller förkylning. Vaccination är det effektivaste skyddet mot influensa. Vaccinet förebygger bevisat spridning av sjukdomen och förkortar sjukdomsförloppet.

## Vad menas med influensa?

Med säsongsinfluensa avses en luftvägsinfektion som orsakas av A- och B-virus och det är en annan sjukdom än ”vanlig flunsa” eller förkylning. Influensa börjar mer akut och har kraftigare symtom. Typiska symtom är hög feber, kraftig ledvärk, frossbrytningar, trötthet, huvudvärk, illamående och svår hosta.

## Vilka är fördelarna med en influensavaccination?

Vaccinet är ett effektivt skydd mot influensa. Vaccinet förebygger bevisat spridning av sjukdomen och förkortar sjukdomsförloppet. Eftersom influensavirus ständigt förändras, ger ett influensavaccin från tidigare år inte längre något skydd mot sjukdomen. På Terveystalo använder vi ett effektivt fyrvalent influensavaccin som ger skydd mot fyra olika virustyper.

Personer med grundsjukdomar, såsom kronisk hjärt- eller lungsjukdom eller diabetes, gravida samt under 3 år gamla barn har den största risken att insjukna allvarligt. Influensan kan även förvärra grundsjukdomen och ge upphov till följsjukdomar såsom luftrörskatarr och lunginflammation. De flesta friska har i sin närmaste krets någon som tillhör riskgrupperna och som gynnas av att de närmaste personerna vaccineras.

Det rekommenderas att man tar influensavaccinet i god tid före den första influensavågen eftersom det tar ungefär två veckor att bygga upp ett antikroppsskydd.

## Har vaccinet biverkningar?

En mycket liten del av de vaccinerade kan få lindriga förkylningssymtom efter vaccinationen och injektionsstället kan kännas ömt, men symtomen försvinner på ett par dagar. Allergiska reaktioner förekommer mycket sällan.

## Hur kan jag få en influensavaccination?

Företagshälsovården ger tillsammans med din arbetsgivare anvisningar om var vaccinationen sker, på arbetsplatsen eller på ett av Terveystalos verksamhetsställen. Företagshälsovårdare och sjukskötare ger influensavaccinationer på alla Terveystalos läkar- och företags-hälsovårdsstationer.

Boka tid på [www.terveystalo.com/rokotukset](http://www.terveystalo.com/rokotukset) eller genom att ringa\*:

I samband med influensavaccinationen kan man även ta ett pneumokockvaccin som skyddar mot lunginflammation orsakad av pneumokockbakterier. Riskgruppen för sjukdomar orsakade av pneumokocker består av över 50 år gamla personer och personer med grundsjukdomar. Pneumokockvaccinationen behöver inte förnyas varje år.

\*) Samtal kostar 8,35 cent/samtal + 19,33 cent/min + mobilsamtalsavgift eller lokalnätavgift. Prisen gäller också för kötid.