



## Σχετικά με τη γρίπη

Η γρίπη είναι μια κοινή ιογενής λοίμωξη που πλήττει άτομα όλων των ηλικιών.

Αν και για μερικούς μπορεί να είναι μια ήπια ασθένεια, μπορεί επίσης να προκαλέσει σοβαρή νόσηση και να οδηγήσει ακόμη και σε νοσηλεία σε νοσοκομείο σε κατά τα άλλα υγιή άτομα.

Ο εμβολιασμός κάθε χρόνο από επαγγελματία υγείας είναι ο ασφαλέστερος τρόπος προστασίας από τη γρίπη.

## Σχετικά με τα αντιγριπτικά εμβόλια

Τα στελέχη του ιού που κυκλοφορούν μπορεί να μεταλλάσσονται κάθε χρόνο προκαλώντας ενημερώσεις στα εμβόλια με βάση τις συμβουλές ειδικών. Γι' αυτό είναι σημαντικό να εμβολιάζεστε κάθε χρόνο.

Η μάρκα του εμβολίου θα εξαρτηθεί από την ηλικία του ατόμου. Ο γιατρός σας μπορεί να σας πει ποιο εμβόλιο θα χρησιμοποιήσει για σας ή για το παιδί σας.

Όλα τα εμβόλια που χρηματοδοτούνται από το Εθνικό Πρόγραμμα Εμβολιασμών και διατίθενται για χρήση το 2024 είναι τετραδύναμα και καλύπτουν τέσσερα στελέχη.

Στο πρόγραμμα είναι διαθέσιμα εμβόλια με βάση το αυγό και ένα εμβόλιο με βάση τα κύτταρα (για άτομα ηλικίας 5-64 ετών). Δεν υπάρχει προνομιακή σύσταση για κανένα. Είναι όλα χωρίς λάτεξ.

## Ασφάλεια του αντιγριπτικού εμβολίου

Το αντιγριπτικό εμβόλιο κυκλοφορεί εδώ και πολλές δεκαετίες και έχει πολύ καλό ιστορικό ασφάλειας.

Οι συχνές ανεπιθύμητες παρενέργειες του εμβολίου περιλαμβάνουν ήπιο πόνο, ερυθρότητα ή πρήξιμο στο σημείο που έγινε το εμβόλιο. Αυτές οι παρενέργειες διαρκούν συνήθως λίγες ημέρες και υποχωρούν χωρίς καμία θεραπεία. Σοβαρές παρενέργειες, όπως ισχυρή αλλεργική αντίδραση, είναι σπάνιες.

Το εμβόλιο δεν περιέχει ζωντανούς ιούς γρίπης και δεν μπορεί να προκαλέσει γρίπη.

Άτομα με αλλεργία στο αυγό, που περιλαμβάνει και ιστορικό αναφυλαξίας, μπορούν να κάνουν με ασφάλεια όλα τα αντιγριπτικά εμβόλια. Αν έχετε αλλεργία στο αυγό, συζητήστε το με τον γιατρό σας.

## Ποιος πρέπει να κάνει αντιγριπτικό εμβόλιο

Όλα τα άτομα από 6 μηνών και πάνω συνιστάται να κάνουν αντιγριπτικό εμβόλιο κάθε χρόνο. Το αντιγριπτικό εμβόλιο σας προστατεύει, αλλά μπορεί επίσης να βοηθήσει στην προστασία των άλλων γύρω σας.

### Ο αντιγριπτικός εμβολιασμός είναι ιδιαίτερα σημαντικός για ορισμένα άτομα

Το αντιγριπτικό εμβόλιο συνιστάται ανεπιφύλακτα και χορηγείται δωρεάν στο πλαίσιο του προγράμματος για τα ακόλουθα άτομα που διατρέχουν τον μεγαλύτερο κίνδυνο επιπλοκών από τη γρίπη:

- Παιδιά από 6 μηνών έως κάτω των 5 ετών
- Έγκυες γυναίκες σε οποιοδήποτε στάδιο της εγκυμοσύνης
- Αβορίγινες και Νησιώτες του Πορθμού Τόρρες ηλικίας 6 μηνών και πάνω
- Άτομα ηλικίας 65 ετών και πάνω
- Άτομα ηλικίας 6 μηνών και πάνω με ορισμένα προβλήματα υγείας.

Ορισμένες πολιτείες και επικράτειες ενδέχεται να προσφέρουν δωρεάν εμβόλια σε άλλες ομάδες. Μιλήστε με τον γιατρό σας ή επισκεφθείτε τον ιστότοπο του Υπουργείου Υγείας της πολιτείας ή της επικράτειάς σας για να μάθετε.

Αν δεν πληροίτε τα κριτήρια για δωρεάν εμβόλιο, μπορείτε να το αγοράσετε. Μιλήστε με τον γιατρό σας για να μάθετε πόσο θα κοστίσει.

## Παιδιά κάτω των 5 ετών

Βρέφη και παιδιά κάτω των 5 ετών διατρέχουν υψηλότερο κίνδυνο επιπλοκών από τη γρίπη, που μπορεί να οδηγήσουν σε νοσηλεία σε νοσοκομείο. Ακόμη και υγιή παιδιά μπορεί να αρρωστήσουν σοβαρά από τη γρίπη.

Το παιδί σας μπορεί να κάνει αντιγριπτικό εμβόλιο είτε σε ξεχωριστό είτε στο ίδιο ραντεβού για άλλους συνήθεις παιδικούς εμβολιασμούς.

Παιδιά κάτω των 9 ετών που κάνουν το αντιγριπτικό εμβόλιο για πρώτη φορά χρειάζονται 2 δόσεις, με διαφορά 4 εβδομάδων. Αυτό ενισχύει την ανοσολογική απόκριση σε όλα τα στελέχη του εμβολίου.

## Έγκυες γυναίκες

Η γρίπη είναι σοβαρή ασθένεια για τις εγκύους και τα μωρά τους. Το αντιγριπτικό εμβόλιο συνιστάται και χορηγείται δωρεάν για κάθε εγκυμοσύνη. Είναι ασφαλές να χορηγείται σε κάθε στάδιο της εγκυμοσύνης και είναι ασφαλές κατά τη διάρκεια του θηλασμού.

Οι αλλαγές στις λειτουργίες του ανοσοποιητικού, της καρδιάς και των πνευμόνων κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης αυξάνουν την ευαισθησία σε σοβαρές επιπλοκές που σχετίζονται με τη γρίπη.

Ο εμβολιασμός στην εγκυμοσύνη επιτρέπει τη μεταφορά προστατευτικών αντισωμάτων στο μωρό μέσω του πλακούντα. Αυτό προστατεύει τα μωρά στους ευαίσθητους πρώτους μήνες της ζωής τους, όταν είναι πολύ μικρά για να εμβολιαστούν τα ίδια.

Συνιστάται στις έγκυες γυναίκες που έκαναν το περσινό αντιγριπτικό εμβόλιο νωρίς στην εγκυμοσύνη τους να κάνουν το τρέχον αντιγριπτικό εμβόλιο πριν γεννηθεί το μωρό.

Αν κάνατε το εμβόλιο πριν από την εγκυμοσύνη, θα πρέπει να εμβολιαστείτε ξανά κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης για να προστατεύσετε το αγέννητο μωρό σας.

Ο εμβολιασμός κατά της γρίπης μπορεί να γίνει με ασφάλεια ταυτόχρονα με τον εμβολιασμό για τον κοκκύτη, τον COVID-19 ή άλλα εμβόλια που συνιστώνται κατά τη διάρκεια της εγκυμοσύνης.

## Άτομα με συγκεκριμένα προβλήματα υγείας

Το αντιγριπτικό εμβόλιο είναι δωρεάν για άτομα ηλικίας 6 μηνών και πάνω με τα ακόλουθα προβλήματα υγείας:

- καρδιοπάθεια
- χρόνια αναπνευστική πάθηση
- ανοσοκατασταλτική πάθηση
- αιματολογική διαταραχή
- χρόνια μεταβολική διαταραχή
- χρόνια νεφρική νόσο
- χρόνια νευρολογική πάθηση
- μακροχρόνια θεραπεία με ασπιρίνη σε παιδιά ηλικίας 5 έως 10 ετών.

Μιλήστε με τον γιατρό σας σχετικά με το ιατρικό ιστορικό σας και αν πληροίτε τις προϋποθέσεις.

## Αβορίγινες και Νησιώτες του Πορθμού Τόρρες

Οι Αβορίγινες και οι Νησιώτες του Πορθμού Τόρρες κινδυνεύουν περισσότερο να αρρωστήσουν βαριά και να πάνε σε νοσοκομείο εξαιτίας της γρίπης.

Όλοι οι Αβορίγινες και οι Νησιώτες του Πορθμού Τόρρες ηλικίας 6 μηνών και πάνω μπορούν να κάνουν το αντιγριπτικό εμβόλιο δωρεάν κάθε χρόνο.

## Άτομα ηλικίας 65 ετών και πάνω

Ο εμβολιασμός είναι πολύ σημαντικός για άτομα ηλικίας 65 ετών και πάνω, επειδή κινδυνεύουν πολύ να αρρωστήσουν από γρίπη.

Όλοι οι ενήλικες ηλικίας 65 ετών και πάνω πληρούν τις προϋποθέσεις για δωρεάν αντιγριπτικό εμβόλιο που είναι φτιαγμένο ειδικά για να ενισχύει την ανοσοποιητική απόκριση για καλύτερη προστασία.

## Πότε να κάνετε το αντιγριπτικό σας εμβόλιο

Θα πρέπει να εμβολιάζεστε κάθε χρόνο από τον Απρίλιο και μετά, για να είστε προστατευμένοι πριν από την εποχή της γρίπης. Η περίοδος αιχμής της γρίπης είναι συνήθως από τον Ιούνιο έως τον Σεπτέμβριο στα περισσότερα μέρη της Αυστραλίας. Ωστόσο, ποτέ δεν είναι αργά για να κάνετε το εμβόλιο, επειδή η γρίπη μπορεί να εξαπλωθεί όλο το έτος.

Αν κάνατε το αντιγριπτικό εμβόλιο της περασμένης σεζόν στα τέλη του περασμένου έτους ή νωρίς εφέτος, θα πρέπει να κάνετε το εμβόλιο της νέας σεζόν εφέτος, όταν θα είναι διαθέσιμο.

## Πού να κάνετε το αντιγριπτικό εμβόλιο

Μπορείτε να κλείσετε ραντεβού εμβολιασμού σε μια σειρά από υπηρεσίες υγείας, όπως:

- τοπικούς γιατρούς και γενικά ιατρεία
- δημοτικά ιατρεία εμβολιασμού (διαθέσιμα σε ορισμένες πολιτείες και επικράτειες)
- κοινοτικά κέντρα υγείας
- υπηρεσίες υγείας για Αβορίγινες
- συμμετέχοντα φαρμακεία.

Δεν θα έχουν όλες αυτές οι υπηρεσίες υγείας τα δωρεάν εμβόλια του Εθνικού Προγράμματος Εμβολιασμών. Επικοινωνήστε με την υπηρεσία υγείας που προτιμάτε, για να μάθετε:

- για τα συγκεκριμένα εμβόλια που μπορούν να χορηγήσουν
- πότε θα είναι διαθέσιμα
- πότε μπορείτε να κλείσετε ραντεβού
- Αν υπάρχει χρέωση εξέτασης ή υπηρεσιών για τη λήψη των δωρεάν εμβολίων.

## Αυστραλιανό Μητρώο Εμβολιασμών

Ο γιατρός σας πρέπει να αναφέρει όλους τους αντιγριπτικούς εμβολιασμούς στο Αυστραλιανό Μητρώο Εμβολιασμών, διασφαλίζοντας ακριβή αρχεία.

Ρωτήστε για το αντιγριπτικό εμβόλιο σήμερα [health.gov.au/flu](http://health.gov.au/flu)

### Αριθμοί επικοινωνίας Υπουργείων Υγείας πολιτειών και επικρατειών:

<b>ACT</b>	02 5124 9800	<b>SA</b>	1300 232 272
<b>NSW</b>	1300 066 055	<b>TAS</b>	1800 671 738
<b>NT</b>	08 8922 8044	<b>VIC</b>	immunisation@health.vic.gov.au
<b>WA</b>	08 9321 1312	<b>QLD</b>	Επικοινωνήστε με την τοπική σας Μονάδα Δημόσιας Υγείας