

**For nokre kan influensa gje alvorlege komplikasjonar. Helsegevinsten kan vere stor om du vaksinerer deg. Personar i risikogrubbene bør ta vaksine mot influensa årleg.**



ILL.FOTO © COLOURBOX.COM

## VAKSINE MOT INFLUENSA

### Desse personane er spesielt tilrådde å ta influensavaksine:

- ✓ Alle som har fylt 65 år
- ✓ Bebuarar i omsorgsbustader og sjukeheim
- ✓ Barn og vaksne med:
  - diabetes mellitus, type 1 og 2
  - kronisk luftvegssjukdom
  - kronisk hjarte- og karsjukdom
  - kronisk leversvikt
  - kronisk nyresvikt
  - kronisk nevrologisk sjukdom eller -skade
  - nedsatt immunforsvar
  - svært alvorleg fedme (BMI over 40)
  - annan alvorleg eller kronisk sjukdom
- ✓ Gravide frå 12. uke i svangerskapet

### Kvifor vaksinere seg?

Nær 1,5 million menneske i Noreg tilhøyrer grupper med auka risiko for komplikasjonar av influensa. Ein reknar med at det i gjennomsnitt dør 900 personar i Noreg kvart år som følgje av sjukdomen. Influensavaksinen kan redde mange av desse.

Influensa kan mellom anna føre til lungebetennelse og forverring av kroniske sjukdomar. Dersom du skulle få alvorlege komplikasjonar av influensa, kan det hende du må leggjast inn på sjukehus. Enkelte får varig svekt helse etter alvorleg influensasjukdom.

Personar med hjarte-/karlidningar er meir utsette for hjartefarkt, hjerneslag og død i influensasesonen. Influensavaksinasjon kan bidra til å verne mot slike hendingar.

Influensa i svangerskapet gir noko høgare risiko for dødfødsel. Gravide er òg meir utsette for å få følgjesjukdomar, mellom anna lungebetennelse, enn andre friske kvinner.

Influensa hos spedbarn kan vere alvorleg. Dersom mor vaksinerer seg under graviditeten, blir barnet verna mot influensa den første tida etter fødselen.

### Kva gir vaksinen vern mot?

Vaksine mot sesonginfluensa gir vern mot fleire ulike typar influensavirus.

Influensavaksinen vernar ikkje mot andre virus og bakteriar som også kan gi influensaliknande symptom.

Vanlege influensasymptom er feber, tørrhoste, rennande nase, slappheit, hovudverk og muskelsmerter i 3–10 dagar.

### Kvifor bør vaksinen takast kvart år?

Vi tilrår at personar i risikogrubbene tek vaksine mot sesonginfluensa årleg. Dette er nødvendig fordi influensaviruset endrer seg heile tida og vaksinen må kvart år og tilpassast desse endringane. Effekten av vaksinen reduserast over tid.

### Har vaksinen biverknader?

Vaksine mot sesonginfluensa har vore brukt i mange år. Som andre vaksiner kan han føre til ømheit, raud hud og hevingar på stikkstaden samt feber, lett sjukdomskjensle og muskelsmerter. Allergiske reaksjonar eller andre alvorlege biverknader skjer svært sjeldan.

Vaksine mot sesonginfluensa inneheld ikkje dei same tilsetningsstoffa som pandemivaksinen (Pandemrix).

Influensavaksinen kan ikkje gi influensasjukdom.

### Kvar kan eg ta influensavaksine?

Kontakt legen din eller bruk vaksinasjonsdagane i kommunen dersom det blir arrangert slike der du bur.

### Kva vaksinar har eg teke?

Du kan få registrert influensavaksinasjonen i Nasjonalt vaksinasjonsregister (SYSVAK). Registrerte vaksinasjonar finn du på *Mine vaksiner*: [www.helsenorge.no/minevaksiner](http://www.helsenorge.no/minevaksiner)

### Andre spørsmål?

Du kan spørje legen din. Se også nettsidene til Folkehelseinstituttet: [www.fhi.no/influensavaksine](http://www.fhi.no/influensavaksine)

