|  |  |
| --- | --- |
| [Navn]  [Adresse]  [Postnr] |  |
| Dato: [dd.mm.åå] |

# 

**Påminnelse om influensavaksinasjon**

Nå har årets influensavaksine kommet. I Norge varer influensasesongen vanligvis fra november til april. Du bør vaksinere deg i god tid for å være best mulig beskyttet.

Influensavaksine anbefales til alle over 65 år, gravide i 2. og 3. trimester, personer med hjerte- og lungesykdom, nyre- eller leversvikt, enkelte nevrologiske tilstander, svekket immunforsvar og personer med alvorlig fedme (BMI over 40).

Disse tilstandene gir økt risiko for alvorlig influensasykdom og komplikasjoner som kan føre til sykehusinnleggelse. Influensa kan føre til lungebetennelse og forverring av kroniske grunnsykdommer, og noen får varig svekket helse. Det er vist at vaksinasjon reduserer risikoen for slike komplikasjoner. I tillegg er vaksinerte over 65 år mindre utsatt for hjerteinfarkt og hjerneslag i influensasesongen enn uvaksinerte.

[Beskrivelse av legekontorets rutiner for timebestilling for vaksinasjon]

Vennlig hilsen

[Tittel /Navn]