



**DÔVODY NA OČKOVANIE u seniorov a chronicky chorých osôb:**

- Predísť úmrtiu v súvislosti s chrípkou
- Predísť ochoreniu s ťažkým priebehom
- Znížiť pravdepodobnosť rizík a komplikácií
- Chrániť seba a svojich blízkych

Na chrípkovú sezónu sa človek môže pripraviť rôznymi spôsobmi. Odolnosť organizmu zvyšuje prísun vitamínov, cvičenie i otužovanie, počas chrípkového obdobia je tiež vhodné časté a účinné vetranie, najmä v miestnostiach, kde sa zdržiava viac ľudí, a dodržiavanie zásad osobnej hygieny, konkrétne časté umývanie rúk.

**Jedinou dokázateľne účinnou prevenciou chrípky je však očkovanie.** Odborníci odporúčajú očkovanie všetkých ľudí nad 59 rokov, ich rodinných príslušníkov i ostatných osôb, ktoré so seniormi prichádzajú do styku.

✓ Očkovacie látky proti chrípke sú neživé, obsahujú usmrtené vírusy chrípky. Očkovaním sa vytvárajú v tele očkovaného špecifické ochranné protilátky, ktoré zabráňujú vzniku ochorenia, prípadne zmierňujú jeho priebeh a znižujú nepriaznivé dôsledky chrípky. **Ochranné protilátky sa vytvoria za 10 až 14 dní po očkovaní a vytvárajú ochranu na obdobie 6 až 12 mesiacov.**

✓ Optimálny čas na očkovanie je v mesiacoch október – november.

✓ Očkovacie látky plne hradia všetky zdravotné poisťovne.

✓ Očkovanie treba opakovať každý rok.

### Výhody očkovania proti chrípke:



# Nepodceňujme chrípku

**Chrípka je vysoko nákazlivé ochorenie spôsobené vírusom, na ktoré neúčinkujú antibiotiká.**

U starších osôb má chrípka horší priebeh a častejšie spôsobuje komplikácie nezriedka vedúce až k úmrtiu.

Odborná garancia:



Hlavní partneri:



Sponzori:







S rastúcim vekom sa imunitný systém oslabuje a zhoršuje sa kvalita prirodzených bariér organizmu, ako je koža či sliznica. Tieto zmeny sprevádza zvýšená náchylnosť na infekcie, človek prekonáva chorobu ťažšie a liečba trvá dlhšie.

Priebeh chrípky môže byť u starších ľudí atypický. Pre chrípku charakteristické príznaky ako horúčka a kašeľ nemusia byť nápadné, často dominuje len zhoršenie funkcie orgánov vrátane mozgu. Medzi príznaky patrí aj zmätenosť, apatia, strata sebestačnosti a srdcovo-cievne problémy.

Chrípka zabíja aj nepriamo. V SR zomrie následkom chrípky priemerne 816 osôb ročne. Sú to väčšinou osoby trpiace na chronické ochorenie, ktoré sa po prekonaní chrípky zhorší tak, že mu podľahnú.



## DIABETICI

- dostanú chrípku ľahšie a častejšie než ľudia bez cukrovky
- chrípka u nich spôsobuje dekompenzáciu diabetu (vysoké hodnoty cukru v krvi a jej kolísanie), zvyšuje sa riziko infarktu myokardu, cievnej mozgovej príhody, bakteriálnych infekcií či iných akútnych komplikácií ochorenia
- **6x častejšia hospitalizácia a 2x častejšie úmrtia pre komplikácie chrípky**



## ASTMATICI A ĽUDIA S CHRONICKOU BRONCHITÍDOU

- na chrípku sú náchylnejší, a to aj vtedy, keď sa liečia. Dôvodom sú zapálené a na vonkajšie podnety citlivejšie dýchacie cesty, čo zvyšuje riziko vzniku zápalu pľúc.
- **vyššie riziko hospitalizácie alebo úmrtia v súvislosti s chrípkou**



## PACIENTI S OCHORENÍM CIEV A SRDCA

- v porovnaní so zdravým človekom je kardiak po prekonaní chrípky ohrozený na živote až 52-násobne
- vysoká pravdepodobnosť rozvinutia nebezpečných infekcií, ako je napr. zápal pľúc
- **2x vyššie riziko infarktu niekoľko týždňov po ochorení na chrípku**
- **435x vyššie riziko úmrtia v dôsledku komplikácií chrípky, ak pacient trpí súčasne aj pľúcnym ochorením.**

**15 % starších osôb zostáva po hospitalizácii s chrípkou bezvládných a odkázaných na starostlivosť o druhých.**

