



Folkhälsomyndigheten

DET ÄR DAGS FÖR VACCINATION MOT INFLUENZA OCH COVID-19

OKTOBER 2024, POLSKA

## Czas na szczepienia przeciw grypie i COVID-19

Nadszedł czas, aby zaszczepić się przeciw grypie i COVID-19.

Folkhälsomyndigheten [Agencja Zdrowia Publicznego] zaleca zaszczepienie się wszystkim, którzy ukończyli 65 lat, oraz wszystkim osobom należącym do jednej z grup ryzyka.

Grypa i COVID-19 rozprzestrzeniają się najbardziej w sezonie zimowym. Dla uzyskania dobrej ochrony ważne jest, aby zaszczepić się z odpowiednim wyprzedzeniem przed rozpoczęciem sezonu zimowego. Szczepienie chroni przed poważnym zachorowaniem i śmiercią.

Większość osób może otrzymać obie szczepionki w tym samym czasie. Jeśli należysz do jednej z grup ryzyka, otrzymasz bezpłatne szczepienie. O tym, które grupy są uważane za grupy ryzyka, możesz przeczytać pod nagłówkiem „Osoby, którym zaleca się szczepienie”.

### Szczepienia rozpoczynają się 15 października

To, kiedy i gdzie możesz się zaszczepić, zależy od regionu, w którym mieszkasz. Większość regionów rozpocznie szczepienia przeciw COVID-19 i grypie 15 października, ale mogą wystąpić różnice. Szczepienie przeprowadza się zazwyczaj w przychodniach rejonowych, ośrodkach zdrowia lub punktach szczepień. Więcej informacji dotyczących Twojego regionu znajdziesz na stronie [1177.se](https://www.1177.se).

### Możesz przyjąć obie szczepionki w tym samym czasie

Szczepienia przeciw grypie i COVID-19 często można łączyć, przyjmując obie szczepionki jednocześnie. Otrzymasz po jednej dawce w każde ramię. Często występują łagodne skutki uboczne, zarówno po szczepieniu przeciw COVID-19, jak i przeciw grypie. W przypadku pytań dotyczących szczepień możesz skontaktować się z przychodnią rejonową, ośrodkiem zdrowia lub punktem szczepień.

### Osoby, którym zaleca się szczepienie

Szczepienie zarówno przeciw COVID-19, jak i przeciw grypie jest szczególnie zalecane, jeśli należysz do jednej z poniższych grup.

#### Osoby, które ukończyły 65 lat

Wszystkim osobom, które ukończyły 65 lat, zaleca się szczepienia przeciw grypie i COVID-19.

---

Zalecenie dla osób od 65. roku życia dotyczy wszystkich, którzy kończą 65 lat w tym roku (2024).

### Grupy ryzyka

Szczepienia przeciw grypie i COVID-19 zaleca się wszystkim osobom w wieku od 18 do 64 lat, u których występuje jedno z poniższych schorzeń lub stanów:

- Choroby sercowo-naczyniowe, w tym udar mózgu (jedynym rozpoznaniem, którego to nie dotyczy, jest nadciśnienie tętnicze).
- Przewlekła choroba płuc, taka jak POChP albo ciężka lub niestabilna astma.
- Cukrzyca typu 1 i 2.
- Niewydolność wątroby.
- Niewydolność nerek.
- Stany, które wiążą się z poważnym osłabieniem układu odpornościowego z powodu choroby lub leczenia, w tym zespół Downa.
- Inne choroby lub stany, które prowadzą do upośledzenia czynności płuc lub osłabienia siły kaszlu (np. skrajna otyłość, choroby nerwowo-mięśniowe lub niepełnosprawność sprzężona).
- Cięża (po 12. tygodniu). W przypadku kobiet ciężarnych, u których występuje dodatkowy czynnik ryzyka, szczepienie może odbyć się również przed 13. tygodniem ciąży.
- Inne choroby lub stany powodujące pogorszenie ogólnego stanu zdrowia, w przypadku których zachorowanie na COVID-19 grozi poważnym przebiegiem. Przykładami takich chorób lub stanów mogą być demencja, choroba psychiczna albo nadużywanie alkoholu lub narkotyków, które spowodowało pogorszenie zdrowia fizycznego.

Zalecenie dla osób dorosłych należących do grup ryzyka obowiązuje od dnia ukończenia 18. roku życia.

### Specjalne zalecenia dla dzieci

Dzieci z grup ryzyka są narażone na zwiększone ryzyko ciężkiego przebiegu grypy, dlatego zaleca się im szczepienie przeciw grypie.

Szczepienie przeciw COVID-19 jest zalecane w przypadku dzieci ze zwiększonym ryzykiem ciężkiego przebiegu COVID-19, po indywidualnej ocenie przez lekarza i na jego zlecenie.

### Pozostałe grupy, którym zaleca się szczepienie przeciw grypie

Szczepienie przeciw grypie zaleca się personelowi służby zdrowia i opieki społecznej, który ma bliski kontakt z pacjentami i podopiecznymi o zwiększonym ryzyku ciężkiego przebiegu grypy. Szczepienie przeciw grypie zaleca się także

osobom (zarówno dzieciom, jak i dorosłym) z kontaktu domowego z osobami z poważnie osłabionym układem odpornościowym. Szczepienia tych grup rozpoczną się w 45. tygodniu, ale mogą wystąpić pewne różnice regionalne.

## **Kiedy i w jaki sposób mogę umówić się na jesienne szczepienie przeciw grypie i COVID-19?**

Więcej informacji znajdziesz na stronie internetowej [1177.se](https://1177.se) (po szwedzku)