



Griep

Elke winter krijgt gemiddeld één op de tien mensen griep. Griep wordt veroorzaakt door het griepvirus, ook wel influenzavirus genoemd. Griep gaat gemakkelijk over van de ene mens op de andere, bijvoorbeeld door hoesten, niezen of praten of door elkaar een hand te geven. Griep kan bij sommige mensen ernstige gevolgen hebben. De griepvaccinatie beschermt u tegen ernstige gevolgen van de meest voorkomende griepvirussen. In deze bijlage leest u meer over de jaarlijkse griepvaccinatie. U krijgt deze uitnodiging omdat u in aanmerking komt voor de gratis griepvaccinatie.

Voor wie is de griepvaccinatie?

Sommige mensen lopen extra risico als zij griep krijgen. De volgende groepen mensen krijgen de griepvaccinatie aangeboden, omdat zij extra risico lopen om ernstig ziek te worden door griep:

- mensen van 60 jaar en ouder;
- mensen met hart en vaatziekten;
- mensen met longziekten;
- mensen met diabetes (suikerziekte);
- nieraandoeningen
- weinig weerstand door andere ziekten of door een medische behandeling, zoals chemotherapie.

Voor deze groepen geldt dat de gevolgen van griep ernstiger kunnen zijn dan voor mensen jonger dan 60 jaar die gezond zijn. Hun 'eigen' ziekte kan ook erger worden. De jaarlijkse griepvaccinatie is bedoeld om dit te voorkomen. Dat geldt ook voor vrouwen uit bovenstaande groepen die zwanger zijn. Er is geen reden om de griepvaccinatie dan over te slaan. Wie de gratis griepvaccinatie krijgt aangeboden, wordt bepaald door de minister van VWS.

Waarom vanaf 60 jaar?

In 2008 is de leeftijd waarop mensen de griepvaccinatie gratis aangeboden krijgen, verlaagd van 65 naar 60 jaar. Het is gebleken dat mensen al vanaf 60 jaar meer risico lopen op ernstige gevolgen van griep. Ook al voelt u zich heel fit, als mensen ouder worden, veroudert ook hun afweersysteem.

Hoe werkt de griepvaccinatie?

Als u een griepvaccinatie krijgt, dan reageert uw lichaam door afweerstoffen te maken tegen het griepvirus. De griepvaccinatie werkt na twee weken. Als u daarna in aanraking komt met het griepvirus, maken de afweerstoffen in uw lichaam het griepvirus onschadelijk. Als u de jaarlijkse griepvaccinatie heeft gehad, dan is de kans dat u griep krijgt veel kleiner. Als u toch griep krijgt, dan verloopt de ziekte meestal minder ernstig. De kans op complicaties zoals een longontsteking is kleiner. Door de griepvaccinatie is de kans ook kleiner dat uw 'eigen' ziekte erger wordt door griep.

Heeft de griepvaccinatie bijwerkingen?

U kunt van de griepvaccinatie de eerste dag wat pijn, roodheid of een lichte zwelling hebben op de plaats van de prik. Sommige mensen voelen zich na de griepvaccinatie een aantal dagen wat minder lekker. Van de griepvaccinatie kunt u geen griep krijgen.

Waarom elk jaar een grieprik?

Het griepvirus verandert regelmatig. Daardoor kunt u elk jaar opnieuw griep krijgen. Daarom heeft u ook elk jaar een nieuwe grieprik nodig, zodat uw lichaam nieuwe afweerstoffen kan aanmaken. De samenstelling van het vaccin is elk jaar anders. Deze wordt afgestemd op de virussen die naar verwachting de komende winter veel voor gaan komen. Haal dus elk najaar tussen half oktober en half november de grieprik.

Let op!

- U krijgt de grieprik in de bovenarm, Wilt u daar met uw kleding rekening mee houden?
- Het vaccin tegen de griep is op de praktijk aanwezig. U hoeft dus niet naar de apotheek te gaan.
- Bent u allergisch voor kippeneiwit? Dan mag u geen grieprik hebben. Neem contact op met de praktijkassistente van uw huisarts.

Meer informatie

Voor meer informatie over de grieprik kunt u kijken op www.rivm.nl/grieprik. Voor meer informatie over griep en verkoudheid, zie www.rivm.nl/griep-verkoudheid.

Bron: NHG-RIVM