

Suojaa itseäsi ja läheisiäsi influenssalta – ota rokote!



Influenssa on viruksen aiheuttama hengitystietulehdus. **Influenssa leviää helposti** pisaratartuntana esimerkiksi yskiessä tai aivastaessa. Se voi tarttua myös kosketuksen välityksellä.

Influenssan oireita ovat

- nopeasti nouseva, korkea kuume
- voimakkaat lihaskivut
- vilunväristykset
- väsymys
- päänsärky
- huonovointisuus
- kova yskä.

Koska influenssa on virustauti, **antibiootit eivät siihen tehoa.**

Osalle ihmisistä influenssa on vakava tauti

Influenssa on eri tauti kuin flunssa eli nuhakuume. Terveillä työkäisillä influenssa on yleensä korkeakuumeinen, mutta kotihoidolla paraneva.

Osalla ihmisistä on kuitenkin lisääntynyt riski saada vaikea tauti. **Vaikea influenssa on raju, se vie nopeasti huonoon kuntoon ja saattaa vaatia sairaalahoitoa.**

Influenssan seurauksena voi saada jälkitaudin, kuten keuhkokuumeen, korvatulehduksen tai poskionteloiden tulehduksen. Influenssan jälkeen myös sydäninfarktien ja aivoverenkierron häiriöiden määrä on lisääntynyt.

Ketkä saavat influenssarokotuksen ilmaiseksi?

- **65 vuotta täyttäneet.** 65 vuotta täyttäneillä on suuri vaara sairastua vakavaan influenssaan ja sen jälkitauteihin. Vaikka olisi terve ja hyväkuntoinen, rokote kannattaa ottaa, sillä sairastumisriski kasvaa iän mukana.
- **Sairautensa vuoksi riskiryhmään kuuluvat 7–64-vuotiaat.** Suurin vaara sairastua vaikeaan influenssaan on niillä, joilla on jokin perussairaus, kuten krooninen sydän- tai keuhkosairaus, diabetes tai munuaisen vajaatoiminta. Myös perustauti voi pahentua ja toimintakyky huonontua.
- **Raskaana olevat naiset.** Riski saada vaikea influenssa lisääntyy raskauden kuluessa. Jos äidillä on vielä jokin perustauti, riski viisinkertaistuu. Äidin viimeisellä raskauskolmanneksella ottama rokote suojaa lasta merkittävästi ensimmäisten elinkuukausien ajan.

- **Alle 7-vuotiaat.** Influenssa on pikkulapsilla yleinen: siihen sairastuu vuosittain keskimäärin yksi lapsi viidestä. Influenssaan sairastuneista monet saavat vielä jälkitaudin, yleisimmin korvatulehduksen tai keuhkokuumeen. Pikkulapset ovat myös tehokkaita tartuttajia.
- **Vakavalle influenssalle erityisen alttiiden henkilöiden lähipiiri.** Rokote ehkäisee influenssatartuntoja, joten rokottaminen suojaa rokotetun lisäksi hänen perheenjäseniään ja muita läheisiään.
- **Terveys- ja sosiaalialan ammattilaiset sekä lääkehuollon henkilöstö.** Työntekijöiden rokottaminen suojaa sekä heitä itseään että heidän potilaitaan ja asiakkaitaan influenssalta.
- **Varusmiespalveluksen aloittavat.**

Rokotus on paras tapa suojautua influenssalta ja sen jälkitaudeilta

Rokotuksen antama suoja muodostuu noin kahdessa viikossa. Kun ei sairastu, ei voi levittää tautia muihin ihmisiin.

Suuri osa rokotteen ottaneista välttyy vakavalta influenssalta. Jos influenssan kuitenkin saa, tauti on rokotetulla yleensä lievempi ja toipuminen nopeampaa. Rokotteen ottaminen kannattaa siis joka tapauksessa.

Influenssavirukset muuntuvat jatkuvasti. Viime vuoden influenssarokote ei siksi suojaa tulossa olevalta influenssalta.

Rokote suojaa vain influenssalta. Se ei suojaa flunssalta tai muilta hengitystietulehduksilta.

Rokote on turvallinen

Kaikilla rokotteilla voi olla haittavaikutuksia, mutta niitä esiintyy vain pienellä osalla rokotetuista. Influenssarokotuksen jälkeen rokotuskohta saattaa punoittaa ja aristaa. Joskus rokotetuille tulee lihas- ja nivelkipua, päänsärkyä tai lämpöä. Nämä oireet menevät ohi parissa päivässä, ja voit hoitaa niitä kuume- ja kipulääkkeillä. Muut haittavaikutukset ovat harvinaisia.

Influenssarokotetta on valmistettu samalla menetelmällä jo 1970-luvulta lähtien. **Rokotteita on käytetty satoja miljoonia annoksia.** Vakavia haittoja on ilmennyt vain harvoin.

Suuri osa rokotteen ottaneista välttyy vakavalta influenssalta.

Rokotteessa ei ole eläviä viruksia, joten **et voi saada siitä influenssaa.**

Influenssarokotteessa ei ole tehosteainetta eikä säilytysaineita.

Rokote sopii lähes kaikille

Jos olet voimakkaasti allerginen kananmunalle tai jos sait edellisestä rokotuksesta allergisen reaktion, sinun kannattaa keskustella terveydenhoitajan tai lääkärin kanssa rokotuksen ottamisesta. Useimmiten kananmunalle allergiset voidaan rokottaa normaalisti.

Kuumeen aikana rokotetta ei pidä ottaa.

Rokotuspaikat ja lisätiedot

Terveyskeskukset tiedottavat rokotusajoista ja paikoista muun muassa verkkosivuillaan ja lehdissä.

Puolustusvoimat tiedottaa varusmiespalveluksen aloittavien rokotuksista. Lisätietoja saat terveyskeskuksesta ja osoitteesta **www.kausi-influenssa.fi**.

Lisätietoja saat terveyskeskuksesta ja osoitteesta **www.kausi-influenssa.fi**



Terveyden ja hyvinvoinnin laitos