

# KRAJSKÁ HYGIENICKÁ STANICE

KARLOVARSKÉHO KRAJE SE SÍDLEM V KARLOVÝCH VARECH

adresa: Závodní 94, 36021 Karlovy Vary, tel:355 328 311, e-mail:sekretariat@khskv.cz, ID:t3jai32

---

Krajská hygienická stanice Karlovarského kraje se sídlem v Karlových Varech si Vás dovoluje informovat, že

## Právě nyní je vhodná doba na očkování proti chřipce.

## Bud'te ohleduplní...

## Chraňte sebe i své okolí!

Onemocnění chřipkou je v České republice stále podceňováno a to i přesto, že může mít fatální následky.

Každý rok u nás zemře na následky chřipky více než 2 000 osob.

### Nejspolehlivější ochrana proti chřipce?

#### OČKOVÁNÍ!

#### KDY očkovat?

nyní je pro očkování proti chřipce nejvhodnější doba – nechte se očkovat včas! – ideálně od září do listopadu, aby si tělo stihlo vytvořit protilátky ještě před nástupem každoroční chřipkové epidemie

#### KDE se očkuje?

očkování proti chřipce provádějí praktičtí lékaři a očkovací centra

#### PROČ?

- vydrzet jednu malou injekci je lepší, než strávit dva týdny v nemocnici kvůli komplikacím chřipky
- očkování zabrání onemocnění u zdravých dospělých osob až v 90 %
- očkováním chráníte nejen sebe, ale i svou rodinu a všechny, s nimiž se setkáváte a pro něž by mohla být nákaza i ohrožením jejich života

#### Jste v rizikové skupině?

#### Očkování proti chřipce máte ZDARMA!

Vakcína proti chřipce je hrazena z prostředků veřejného zdravotního pojištění:

- osobám starším 65 let
- osobám jakéhokoliv věku, trpícím závažným chronickým onemocněním srdce a cév, dýchacích cest, ledvin nebo diabetem, osobám po splenektomii nebo po transplantaci krvetvorných buněk
- osobám umístěným v léčebnách dlouhodobé péče, v domovech pro seniory, v domovech pro osoby se zdravotním postižením nebo v domovech se zvláštním režimem

Očkování proti chřipce se dále doporučuje:

- těhotným ženám v jakékoliv fázi těhotenství a ženám, které plánují těhotenství v průběhu chřipkové sezóny
- zdravotníkům a sociálním pracovníkům
- osobám, které žijí ve společné domácnosti s chronicky nemocnými pacienty
- osobám, které přicházejí v rámci svého zaměstnání do kontaktu s chronicky nemocnými – např. pracovníci v obchodech, na poštách, ve službách

V České republice je pro sezónu 2018/2019 stejně jako v loňské sezóně k dispozici trivalentní vakcína i tetravalentní vakcína pro vyšší ochranu před chřipkou.

**INFORMUJTE SE U SVÉHO PRAKTICKÉHO LÉKAŘE NEBO V OČKOVACÍM CENTRU.**

### **Co je to chřipka?**

Chřipka je virové onemocnění vyvolané virem chřipky A, B a C. Ty napadají horní i dolní cesty dýchací. Onemocnění začíná náhle, je provázeno horečkou (často i nad 39 °C), schváceností, bolestmi hlavy, svalů, dýchacími obtížemi (nejčastěji kašel bez vykašlávání). Méně obvyklé jsou bolesti v krku, rýma a kašel s vykašláváním hlenu. U dětí se může objevit zánět středního ucha. Nekomplikovaná forma odezní sama zhruba do 1–2 týdnů.

### **Jak se chřipka šíří?**

Chřipka se šíří především kapénkovou infekcí. Inkubační doba je několik hodin až 5 dní, nejčastěji však 1–2 dny. Bránou vstupu infekce do organismu je výstelka nosohltanu a oční spojivky. Nejrizikovější je úzký kontakt s kašlajícím nemocným (cca do 1 metru). Virus přežívá v prostředí až 14 dní a je možné se nakazit i z kontaminovaných předmětů (telefonní sluchátka, držadla v MHD, hračky, použité kapesníky...), ale i podáním kontaminované ruky. Proto je v období zvýšeného výskytu respiračních onemocnění důležité zvýšeně dbát na hygienu, zejména mýt si ruce mýdlem před jídlem, nemnout si oči a obličej. Nutná je i ohleduplnost nemocných – kašlat a kýchat do kapesníku, použité kapesníky ihned likvidovat, zůstat izolován doma a nešířit tak dále onemocnění.

### **Jak se chřipka léčí?**

U nekomplikovaného onemocnění stačí pouze symptomatická terapie – klid na lůžku, dostatek tekutin, volně dostupná antipyretika (paracetamol, ibuprofen...). Vždy je nezbytné pečlivě přečíst příbalový leták, aby nedošlo k překročení maximální denní dávky, zejména u kombinovaných přípravků!!!

V Karlových Varech dne 26. 09. 2018

Michaela Zajíčková  
tisková mluvčí