

# Griepvaccinatie

Bescherm jezelf en anderen

## Szczepienie przeciwko grypie

Chroń siebie i innych

### Co to jest grypa?

Grypa to choroba zakaźna układu oddechowego, czyli nosa, gardła, tchawicy i płuc.

Pojawia się każdej zimy.

Źle się czujesz:

- Suchy kaszel
- Bóle głowy
- Ból gardła
- Gorączka
- Bóle mięśni
- Dreszcze



### Przed grypą chronisz się w taki sam sposób jak przed koronawirusem!



Często myj ręce.



W razie potrzeby noś maseczkę ochronną.

1,5 meter is ongeveer een fiets voor volwassenen.



Zachowaj odległość 1,5 metra.

1,5 metra to mniej więcej tyle samo, co długość roweru.



Najlepszym sposobem na ochronę jest szczepienie przeciwko grypie.

# Griepvaccinatie

Bescherm jezelf en anderen

## Szczepienie przeciwko grypie

Chroń siebie i innych

### Jak można zaszczepić się przeciwko grypie?

1. Idź do swojego lekarza rodzinnego i poproś o receptę.
2. Następnie idź z receptą do apteki. W aptece wydadzą ci szczepionkę.
3. Przechowuj szczepionkę w lodówce.
4. Idź ze szczepionką do lekarza rodzinnego. Lekarz zaaplikuje ci szczepionkę.



### Kiedy mogę dostać receptę od lekarza rodzinnego?

Osoby, które należą do grupy wysokiego ryzyka, mogą już **teraz** otrzymać receptę od lekarza. Są to osoby, dla których grypa jest niebezpieczna.

Inne osoby muszą poczekać **do** 16 listopada.

### Kto zalicza się do grupy ryzyka?

Osoby w wieku 50 lat lub starsze.

Kobiety w ciąży.

Osoby cierpiące na chorobę przewlekłą.

Osoby mieszkające w domach seniora lub ośrodkach opieki.

Osoby mieszkające razem z osobami z grupy ryzyka lub opiekujące się dziećmi poniżej 6 miesiąca życia.

Osoby pracujące w sektorze ochrony zdrowia.



# Griepvaccinatie

Bescherm jezelf en anderen

## Szczepienie przeciwko grypie

Chroń siebie i innych

### Należysz do grupy ryzyka?

1. Weź receptę od lekarza rodzinnego.
2. Między 1 października a 15 listopada odbierz szczepionkę z apteki. Przechowuj szczepionkę w lodówce.
3. Między 15 października a 15 listopada udaj się ze szczepionką do lekarza. Lekarz zaaplikuje ci szczepionkę.

### Chcesz zaszczepić się przeciwko grypie, mimo że nie należysz do grupy ryzyka?

Udaj się swojego lekarza rodzinnego po 15 listopada i poproś o receptę.

### Ile kosztuje szczepionka?

Jeśli należysz do grupy ryzyka, za szczepionkę zapłacisz około 4 euro.  
Jeśli masz niskie dochody i przysługuje ci zwiększony zwrot kosztów leczenia z kasy chorych, to zapłacisz 2,45 euro.

Jeśli nie należysz do grupy ryzyka, za szczepionkę zapłacisz około 10 euro.

Zapytaj w swojej kasie chorych, czy przysługuje ci prawo do dodatkowego zwrotu kosztów za zakup szczepionki.

### Czy pomimo szczepienia źle się czujesz?

Zadzwoń do swojego lekarza rodzinnego lub opiekuna.

