



UK Health
Security
Agency

NHS

Kendini gribe karşı koru

İngiltere'de grip aşısı

Ortaöğretim çağındakilere yönelik bilgiler



Flu **i**mmunisation

Seni gripten korumaya yardımcı olur

Grip aşısı şu kişilere ücretsiz olarak sunulur:

2 veya 3 yaşındaki çocuklar (sonbahar dönemi grip aşuları başlamadan önce 31 Ağustos itibarıyla)



Okul çağındaki çocuklar (Birinci sınıftan 11. Sınıfa)

Gripten dolayı daha yüksek riske yol açan bir sağlık sorunu olan 6 aydan büyük çocuklar



Her yıl hangi çocukların aşıya uygun olduğu hakkında daha fazla bilgiyi şu adreste bulabilirsin: www.nhs.uk/child-flu

Neden grip aşısı olmalıyım?

Grip, çok rahatsız edici bir hastalık olabilir ve ateş, aşırı yorgunluk, kas ve eklem ağrısı, burun tıkanıklığı, kuru öksürük ve boğaz ağrısına neden olur. Genellikle yaklaşık bir hafta içinde daha iyi hissetmeye başlarsın. Bazı kişilerde komplikasyonlar gelişir ve tedavi için hastaneye gitmeleri gerekir.

Aşının faydaları nelerdir?

Aşı yaptırmak, seni çok kötü geçirebileceğin bir hastalıktan korumaya yardımcı olacaktır. Bu şekilde, keyif aldığın şeyleri yapmaya devam edebilir ve eğitimini de aksatmazsın.

Aşı, başkalarına grip bulaştırma olasılığını azaltarak aileni ve arkadaşlarını korumaya yardımcı olur.

Geçen yıl grip aşısı oldum. Bu yıl da olmam gerekiyor mu?



Evet, grip virüsleri her yıl değiştiğinden aşının içeriği güncellenmiş olabilir. Bu nedenle, geçen yıl aşı olmuş olsan bile, bu yıl tekrar grip aşısı yaptırmanı öneririz.

Aşı nasıl uygulanacak?

Genelde burun spreyi olarak verilir. Burun spreyi uygun değilse, bunun yerine genellikle üst kol kasından iğne yapılabilir.

Burun spreyi nasıl çalışır?

Burun spreyi, gribe neden olmalarını önlemek için zayıflatılmış ancak bağışıklık kazanmana yardımcı olacak virüsler içerir.

Aşı, burunda çok çabuk emildiğinden sprey uygulandıktan hemen sonra hapşırsan bile aşının işe yaramadığı konusunda endişelenmen gerekmez.

Aşının yan etkileri var mı?

Burun akıntısı veya tıkanıklığı, baş ağrısı, genel yorgunluk ve biraz iştahsızlık yaşayabilirsin. Ancak bunlar, grip veya griple ilişkili komplikasyonların gelişmesinden çok daha az ciddidir. Ciddi yan etkiler nadir görülür.

Aşı olacağım gün kendimi iyi hissetmiyorsam?

Ateşin varsa aşının yapılması ertelenebilir. Ayrıca, aşırı derecede tıkanıklık veya burun akıntısı yaşıyorsan, aşının sistemine girmesi mümkün olmayabilir. Bu durumda grip aşısı burnundaki belirtiler düzeline kadar ertelenebilir.

Peki ya uzun süreli sağlık sorunu olan gençler?

Seni gripten kaynaklanan ciddi komplikasyonlar açısından daha yüksek risk altına sokan uzun süreli bir rahatsızlığın varsa, her yıl grip aşısı olmalısın. Böyle bir sağlık sorunun varsa ve okulda grip aşısı yapılan gruplardan birine dâhil değilsen, aşığı yapmasını aile hekiminden de isteyebilirsin. Örneğin, okuldaki aşı seansına kadar beklemek istemiyorsan da aşığı yapmasını aile hekiminden isteyebilirsin.

Grip nedeniyle daha fazla riske neden olan uzun vadeli sağlık sorunları

Bu rahatsızlıklar şunları içerir:

- düzenli steroid inhaler veya tablet kullanımını gerektiren astım gibi ciddi akciğer sorunları
- ciddi kalp rahatsızlıkları
- şiddetli böbrek veya karaciğer hastalığı
- diyabet
- bir rahatsızlık veya steroid tabletler ya da kemoterapi gibi ilaçlarla tedavi sonucunda zayıflamış bağışıklık sistemi
- dalakla ilgili sorunlar; örneğin, orak hücre hastalığı veya dalağın alınmış olması
- öğrenme güçlüğü
- serebral palsi gibi sinir sistemi ile ilgili sorunlar



Daha fazla bilgi için
www.nhs.uk/child-flu
adresini ziyaret edin

Burun spreyi aşısı yaptırmaması gereken gençler var mı?

Çoğu çocuğa ve gence, yapılması hızlı ve kolay olan ve ayrıca tercih edilen bir aşı olan burun spreyi aşısı sunulmaktadır. Bununla birlikte, bazı gençler burun spreyi aşısını yaptıramayabilir (aşağıdaki ayrıntılara bakın). Ebeveynlerinize, aşıdan önce aşının sana uygun olup olmadığını kontrol etmeye yönelik soruları içeren bir onay formu verilecektir. Soruları olursa okul aşı ekibiyle konuşabilirler. Burun spreyi yapılamıyorsa, enjeksiyon şeklinde bir grip aşısı sunulur.

Burun spreyi aşısı kimlere yapılmamalıdır?

Aşağıdaki durumlarda burun spreyi aşısı yerine enjeksiyon şeklinde grip aşısını olman gerekir:

- şu anda hırıltılı bir şekilde nefes alıyorsan ya da son 72 saat içinde hırıltılı bir şekilde nefes aldıysan
- çok zayıflamış bir bağışıklık sistemin varsa veya ev halkından birisinin bağışıklığı ciddi şekilde baskılanmış olduğundan kendisini izole etmesi gerekiyorsa
- salisilat tedavisi gerektiren bir rahatsızlığın varsa
- geçmişte bir grip aşısına veya bileşenlerinden herhangi birine karşı anafilaktik reaksiyon gösterdiysen (yumurta dışında)

Burun spreyi ile aşı olan gençler, aşığı takip eden yaklaşık iki hafta boyunca bağışıklık sistemi çok zayıflamış kişilerle (örneğin, yakın zaman içerisinde kemik iliğı nakli olmuş olanlar) yakın temastan kaçınmalıdır.

Temas olasıysa veya kaçınılmazsa alternatif bir grip aşısı yapılmalıdır. Emin değilsen, okul aşığı ekibine veya kliniğindeki hemşire veya aile doktoruna danışmalısın.

Ebeveynlerin, aşağıdaki durumlarda, bir uzman doktorun varsa onun tavsiyesine başvurmalıdır:

- geçmişte yumurtaya karşı yoğun bakım tedavisi gerektiren ciddi bir alerjik reaksiyon (anafilaksi) geçirdiyse
- steroid tabletlerle tedavi edilen veya hastanede yoğun bakım tedavisi gerektiren astımın varsa.

Aşığı nerede yapılacak?

Okul çağı çocuklara aşığı okulda yapılacağı gibi, okulda bu aşılamağı kaçırınların sağılık ocaklarında aşığı olma fırsatı olacaktır.

Evde eğitim gören uygun çocuklara aşığı sunulacaktır. Sen veya ebeveynlerin Yerel Yetkili Eğitim Departmanından düzenlemeler hakkında bilgi alabilirsiniz.

Grip broşürünü şuradan okuyabilirsiniz:

www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smhc

Burun spreyi aşısı domuzlardan elde edilen jelatin (domuz jelatini) içeriyor mu?

Evet. Burun spreyi aşısı, birçok temel ilaçta kullanılan yüksek düzeyde işlenmiş bir jelatin formu (domuz jelatini) içerir. Jelatin, aşının stabil kalmasına yardımcı olur, böylece aşı, gribe karşı en iyi korumayı sağlayabilir.

Burun spreyi çocuklar için tercih edilen aşıdır, uygulaması hızlı ve kolaydır.

Toplum içinde gribin yayılmasını azaltmak için de daha iyi olabilir. Domuz jelatini içeren ilaçları veya aşıları kabul etmiyorsanız, jelatin içermeyen bir grip aşısı iğnesi de mevcuttur.

Daha fazla bilgiyi nereden alabilirim?

Daha fazla bilgi için www.nhs.uk/child-flu adresini ziyaret edebilirsin. Başka soruların varsa okul aşı ekibiyle, aile hekiminle veya klinik hemşirenle konuşmalısın.



www.nhs.uk/vaccinations

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024896. Product code: 25SECFLUTK Turkish. 1P 2M May 2025 (APS). To order more copies of this leaflet please visit: www.healthpublications.gov.uk or call 0300 123 1002. That this leaflet is available in, Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese (simplified), Chinese (traditional, Cantonese), Estonian, Farsi, French, Greek, Gujarati, Hindi, Latvian, Lithuanian, Nepali, Panjabi, Pashto, Polish, Portuguese, Romanian, Romany, Russian, Somali, Spanish, Tagalog, Turkish, Twi, Ukrainian, Urdu and Yiddish. Accessible versions are also available as an English large print, braille, British Sign Language video and audio version.