



UK Health  
Security  
Agency



# Προστατευτείτε από τη γρίπη

Εμβολιασμός κατά της γρίπης στην Αγγλία

---

Πληροφορίες για μαθητές δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης



Flu mmunisation

Βοήθεια για να προστατευτείτε από τη γρίπη

## Το αντιγριπικό εμβόλιο προσφέρεται δωρεάν σε:

Παιδιά ηλικίας 2 ή 3 ετών (στις 31 Αυγούστου, πριν από την έναρξη των αντιγριπικών εμβολιασμών του φθινοπώρου)



Παιδιά σχολικής ηλικίας (Πρώτη δημοτικού έως 11η τάξη)

Παιδιά ηλικίας από 6 μηνών και άνω τα οποία έχουν κάποια πάθηση που τα θέτει σε μεγαλύτερο κίνδυνο αν πάθουν γρίπη



Περισσότερες πληροφορίες σχετικά με το ποια παιδιά είναι επιλέξιμα κάθε χρόνο μπορείτε να βρείτε στη διεύθυνση: [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu)

## Γιατί πρέπει να κάνω το εμβόλιο της γρίπης;

---

Η γρίπη είναι μια ασθένεια που μπορεί να γίνει πολύ δυσάρεστη και προκαλεί πυρετό, έντονη κόπωση, πόνους στους μυς και τις αρθρώσεις, συμφόρηση στη μύτη, ξηρό βήχα, και πονόλαιμο. Συνήθως αρχίζετε να αισθάνεστε καλύτερα μέσα σε περίπου μία εβδομάδα. Ορισμένοι άνθρωποι εμφανίζουν επιπλοκές και πρέπει να μεταβούν στο νοσοκομείο για θεραπεία.

## Ποια είναι τα οφέλη από το εμβόλιο;

---

Το εμβόλιο θα σας βοηθήσει να προστατευτείτε από μια ασθένεια που μπορεί να γίνει πολύ ενοχλητική. Μπορεί να σας βοηθήσει ώστε να μην χάσετε την ευκαιρία να κάνετε πράγματα που σας ευχαριστούν και να μην διαταραχθεί η εκπαίδευσή σας.

Το εμβόλιο θα μειώσει επίσης την πιθανότητα να μεταδώσετε τη γρίπη σε άλλους, οπότε με τον τρόπο αυτό βοηθά και στην προστασία της οικογένειας και των φίλων σας.

### **Έκανα το αντιγριπικό εμβόλιο πέρυσι. Χρειάζεται να το κάνω ξανά φέτος;**

---

Ναι, διότι οι ιοί της γρίπης αλλάζουν κάθε χρόνο, οπότε το εμβόλιο μπορεί να έχει επικαιροποιηθεί. Για τον λόγο αυτό, σας συνιστούμε να εμβολιαστείτε και φέτος κατά της γρίπης, ακόμη και αν είχατε εμβολιαστεί πέρυσι.



## **Πώς θα χορηγηθεί το εμβόλιο;**

---

Συνήθως χορηγείται με τη μορφή ρινικού σπρέι. Εάν το ρινικό σπρέι δεν είναι κατάλληλο, μπορεί να χορηγηθεί μια ένεση, που συνήθως γίνεται στον μυ του άνω βραχίονα.

## **Πώς δρα το ρινικό σπρέι;**

---

Το ρινικό σπρέι περιέχει ιούς που έχουν αποδυναμωθεί για να μην μπορούν να προκαλέσουν γρίπη, αλλά θα σας βοηθήσουν να αναπτύξετε ανοσία.

Το εμβόλιο απορροφάται γρήγορα από τη μύτη, οπότε, ακόμη και αν φτερνιστείτε αμέσως μετά τη χορήγηση του σπρέι, δεν χρειάζεται να ανησυχείτε ότι δεν έχει δράσει.

## **Υπάρχουν ανεπιθύμητες ενέργειες του εμβολίου;**

---

Μπορεί να παρουσιάσετε ρινική καταρροή ή μούκωμα, πονοκέφαλο, γενική κόπωση και κάποια απώλεια όρεξης. Ωστόσο, αυτές οι ανεπιθύμητες ενέργειες είναι πολύ πιο ήπιες από τη γρίπη και τις επιπλοκές της. Οι σοβαρές ανεπιθύμητες ενέργειες είναι ασυνήθιστο φαινόμενο.

## **Τι να κάνω αν δεν αισθάνομαι καλά την ημέρα του εμβολιασμού;**

---

Ο εμβολιασμός μπορεί να καθυστερήσει εάν έχετε πυρετό. Επίσης, η έντονα βουλωμένη μύτη ή η ρινική καταρροή μπορεί να εμποδίσουν το εμβόλιο να εισέλθει στον οργανισμό σας. Σε αυτή την περίπτωση, ο εμβολιασμός κατά της γρίπης μπορεί να αναβληθεί έως ότου να υποχωρήσουν τα ρινικά σας συμπτώματα.

## Τι ισχύει για νεαρά άτομα που πάσχουν από κάποιο μακροχρόνιο πρόβλημα υγείας;

Εάν έχετε μια μακροχρόνια πάθηση που σας θέτει σε υψηλότερο κίνδυνο σοβαρών επιπλοκών από τη γρίπη, θα πρέπει να κάνετε το εμβόλιο της γρίπης κάθε χρόνο. Εάν έχετε ένα από αυτά τα προβλήματα υγείας και δεν ανήκετε σε καμία από τις ομάδες στις οποίες προσφέρεται το εμβόλιο κατά της γρίπης στο σχολείο, μπορείτε επίσης να ζητήσετε να σας χορηγηθεί το εμβόλιο από το ιατρείο του γενικού σας ιατρού (GP). Επιπλέον, μπορείτε να ζητήσετε να σας χορηγηθεί το εμβόλιο από το ιατρείο του γενικού σας ιατρού (GP) εάν, για παράδειγμα, δεν θέλετε να περιμένετε μέχρι την ημερομηνία που θα γίνει εμβολιασμός στο σχολείο.

### Μακροχρόνια προβλήματα υγείας που σας θέτουν σε μεγαλύτερο κίνδυνο επιπλοκών από τη γρίπη

Σε αυτά τα προβλήματα υγείας περιλαμβάνονται::

- σοβαρά πνευμονικά προβλήματα, όπως άσθμα που απαιτεί τακτική λήψη στεροειδών, με εισπνοή ή σε δισκία
- σοβαρές καρδιακές παθήσεις
- νεφρική ή ηπατική νόσος
- διαβήτη
- εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα ως αποτέλεσμα κάποιας πάθησης ή θεραπείας με φάρμακα όπως δισκία στεροειδών ή χημειοθεραπεία
- προβλήματα με τον σπλήνα, για παράδειγμα δρεπανοκυτταρική νόσος, ή αφαίρεση σπλήνα
- μαθησιακές δυσκολίες
- προβλήματα με το νευρικό σύστημα, όπως εγκεφαλική παράλυση



Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε τον ιστότοπο [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu)

## **Υπάρχουν νεαρά άτομα που δεν πρέπει να κάνουν το ρινικό εμβόλιο;**

---

Στα περισσότερα παιδιά και νεαρά άτομα προσφέρεται εμβόλιο με ρινικό σπρέι, το οποίο χορηγείται γρήγορα και εύκολα και είναι το προτιμώμενο εμβόλιο για τα παιδιά. Ωστόσο, ορισμένα νεαρά άτομα μπορεί να μην είναι σε θέση να κάνουν το ρινικό εμβόλιο (βλ. λεπτομέρειες παρακάτω). Στους γονείς σας θα δοθεί ένα έντυπο συγκατάθεσης για να το συμπληρώσουν πριν από τον εμβολιασμό, το οποίο θα περιλαμβάνει ερωτήσεις για να ελεγχθεί αν το εμβόλιο είναι κατάλληλο για εσάς. Εάν έχουν ερωτήσεις, μπορούν να μιλήσουν με την ομάδα εμβολιασμού του σχολείου. Σε περίπτωση που δεν μπορείτε να κάνετε το ρινικό σπρέι, θα σας προσφερθεί ενέσιμο εμβόλιο κατά της γρίπης.

## **Ποιοι δεν πρέπει να κάνουν το ρινικό εμβόλιο;**

---

Αντί για το εμβόλιο με ρινικό σπρέι, θα πρέπει να κάνετε ενέσιμο εμβόλιο κατά της γρίπης:

- εάν έχετε σήμερα συριγμό ή είχατε συριγμό τις τελευταίες 72 ώρες
- εάν έχετε πολύ εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα ή κάποιος στο οικογενειακό σας περιβάλλον χρειάζεται απομόνωση επειδή είναι σοβαρά ανοσοκατασταλμένος
- εάν έχετε πάθηση για την οποία απαιτείται θεραπεία με σαλικυλικά
- εάν είχατε στο παρελθόν αναφυλακτική αντίδραση σε εμβόλιο γρίπης ή σε οποιοδήποτε από τα συστατικά του (εκτός αναφυλακτικής αντίδρασης στο αυγό)

Νεαρά άτομα που έχουν εμβολιαστεί με το ρινικό σπρέι θα πρέπει να αποφεύγουν τη στενή επαφή με άτομα με πολύ σοβαρά εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα (για παράδειγμα, άτομα που έχουν μόλις υποβληθεί σε μεταμόσχευση μυελού των οστών) για περίπου δύο εβδομάδες μετά τον εμβολιασμό.

Εάν μια τέτοια επαφή είναι πιθανή ή αναπόφευκτη, τότε θα πρέπει να χορηγηθεί κάποιο εναλλακτικό εμβόλιο κατά της γρίπης. Εάν δεν είστε σίγουροι, ενημερωθείτε από την ομάδα εμβολιασμού του σχολείου, το νοσηλευτικό προσωπικό ή τον γενικό ιατρό (GP) σας στο ιατρείο όπου υπάγεστε.

### **Οι γονείς σας θα πρέπει να ζητήσουν τη συμβουλή του ειδικού ιατρού σας:**

---

- εάν είχατε σοβαρή αλλεργική αντίδραση (αναφυλαξία) στο αυγό στο παρελθόν για την οποία απαιτήθηκε νοσηλεία σε μονάδα εντατικής θεραπείας
- εάν έχετε άσθμα που αντιμετωπίζεται με δισκία στεροειδών ή για το οποίο απαιτήθηκε νοσηλεία σε μονάδα εντατικής θεραπείας στο νοσοκομείο.

### **Πού θα πραγματοποιηθεί ο εμβολιασμός;**

---

Στα παιδιά σχολικής ηλικίας θα προσφέρεται ο εμβολιασμός στο σχολείο, με περαιτέρω ευκαιρίες εμβολιασμού σε κοινοτικά ιατρεία, για όσα παιδιά χάσουν τη συνεδρία στο σχολείο.

Το εμβόλιο θα προσφερθεί σε επιλέξιμα παιδιά που λαμβάνουν κατ' οίκον εκπαίδευση. Εσείς ή οι γονείς σας μπορείτε να λάβετε πληροφορίες σχετικά με τις διευθετήσεις από το Τμήμα Εκπαίδευσης της τοπικής σας αρχής.

Μπορείτε να διαβάσετε το φυλλάδιο πληροφοριών για τη γρίπη στη διεύθυνση: [www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc](http://www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc)

## Περιέχει το ρινικό εμβόλιο ζελατίνη προερχόμενη από χοίρους (χοίρειο ζελατίνη);

Ναι. Το ρινικό εμβόλιο περιέχει μια πολύ μικρή ποσότητα ζελατίνης από χοίρους (χοίρειο ζελατίνη), η οποία χρησιμοποιείται σε μια σειρά από πολλά βασικά φάρμακα. Η ζελατίνη συμβάλλει στη διατήρηση της σταθερότητας του εμβολίου, ώστε να είναι σε θέση να δράσει σωστά.

Το ρινικό σπρέι είναι το προτιμώμενο εμβόλιο για τα παιδιά και είναι γρήγορο και εύκολο στη χορήγηση.

Μπορεί επίσης να είναι καλύτερο στη μείωση της εξάπλωσης της γρίπης στην κοινότητα. Εάν δεν αποδέχεστε φάρμακα ή εμβόλια που περιέχουν ζελατίνη χοίρου, διατίθεται μια ένεση εμβολίου γρίπης που δεν περιέχει ζελατίνη.

### Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες;

Για περισσότερες πληροφορίες, επισκεφτείτε τον ιστότοπο [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu) Αν έχετε περαιτέρω ερωτήσεις, μιλήστε με την ομάδα εμβολιασμού στο σχολείο, τον γενικό ιατρό σας (GP) ή το νοσηλευτικό προσωπικό του ιατρείου.



[www.nhs.uk/vaccinations](http://www.nhs.uk/vaccinations)

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024878. Product code: 25SECFLUGK Greek. 1P 2M May 2025 (APS).

To order more copies of this leaflet please visit: [www.healthpublications.gov.uk](http://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.