



UK Health  
Security  
Agency



# Kaitse end gripi eest

Gripi vastu vaktsineerimine Inglismaal

---

Teave keskkooliõpilastele



Flu **i**mmunisation

Aitame Sind kaitsta gripi eest

## Gripivaktsiini pakutakse tasuta järgmistele isikutele:

Lapsed, kes on 2- ja 3-aastased (31. augustil, enne sügise gripivastase vaksineerimise algust)



Kooliealised lapsed (eelklass (Reception) kuni 11. klass)

Lapsed alates 6. elukuust, kelle tervislik seisund seab neid gripi riskirühma



Lisateavet vaktsiinikõlbulike laste kohta igal aastal leiate aadressilt: [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu)



## Miks ma peaksin end gripi vastu vaktsineerima?

---

Gripp võib olla väga ebameeldiv haigus, mis põhjustab palavikku, äärmuslikku väsimust, lihas- ja liigesevalu, ninakinnisust, kuiva kõha ja kurguvalu. Tavaliselt hakkate end paremini tundma umbes nädala jooksul. Mõnel inimesel tekivad tüsistused ja nad peavad ravi saamiseks haiglasse minema.

## Millised on vaktsiini eelised?

---

Vaktsiini kasutamine aitab kaitsta Sind selle eest, mis võib olla väga ebameeldiv haigus. See võib aidata Sul vältida oma meeldivate tegevuste või haridustee katkemist.

Vaktsiin vähendab ka gripi levikut teistele, seega aitab see omakorda kaitsta Sinu perekonda ning sõpru.

## Ma sain eelmisel aastal gripivaktsiini. Kas pean seda sel aastal uuesti saama?

---

Jah; gripiviirused muutuvad igal aastal, nii et vaktsiini võidakse uuendada. Sel põhjusel soovitame Sul lasta end vaktsineerida gripi vastu uuesti sel aastal, isegi kui Sa seda möödunud aastal tegid.



## **Kuidas vaktsiini manustatakse?**

---

Seda manustatakse tavaliselt ninapihuse vormis. Kui ninapihus ei sobi, võib selle asemel vaktsiini süstida, tavaliselt õlavarre lihasesse.

## **Ja kuidas ninapihus töötab?**

---

Ninapihus sisaldab viirusi, mida on nõrgestatud, et need ei annaks Sulle grippi, kuid aitavad Sul immuunsuse üles ehitada.

Vaktsiin imendub ninas kiiresti, nii et isegi kui Sa kohe pärast pihustamist aevastad, pole vaja muretseda, et see ei mõjunud.

## **Kas vaktsiinil on kõrvaltoimeid?**

---

Sul võivad tekkida nohu või ninakinnisus, peavalu, üldine väsimus ja mõningane isutus. Kuid need sümptomid on palju vähem tõsised kui gripp ja selle tüsistused. Tõsised kõrvaltoimed on haruldased.

## **Mis juhtub siis, kui ma ei tunne end vaktsineerimise päeval hästi?**

---

Kui Sul on palavik, võib vaktsineerimise edasi lükata. Kui Sul on tugev ninakinnisus või nohu, võib ka see takistada vaktsiini jõudmist Sinu organismi. Sellisel juhul võib gripi vastu vaktsineerimist edasi lükata, kuni Sinu ninakinnisuse sümptomid on leevenenud.

## Kuidas on lood nende noortega, kellel on pikaajalised terviseprobleemid?

Kui Sinu tervislik seisund seab Sind gripi või selle tüsistuste suhtes riskirühma, peaksid end igal aastal gripi vastu vaktsineerima laskma. Kui Sul on mõni neist tervislikest seisundest, kuid Sa ei kuulu koolis ühtegi gripivaktsiini pakutavate rühma, võid vaktsiini paluda ka oma perearstilt. Võid paluda oma perearstilt seda näiteks ka siis, kui Sa ei soovi oodata kuni vaktsineerimiseni koolis.

### Pikaajalised terviseprobleemid, mis seavad Sind gripi suhtes riskirühma

Need seisundid hõlmavad järgmist:

- tõsised hingamisraskused, nagu astma, mis vajab regulaarset steroidinhalaatori või tablettide kasutamist;
- tõsised südamehaigused;
- neeru- või maksahaigus;
- diabeet;
- nõrgenenud immuunsüsteem haigusseisundi või ravi tõttu ravimitega nagu steroidtabletid või keemiaravi;
- põrnaprobleemid, näiteks sirprakuline haigus või eemaldatud põrn;
- õpiraskused;
- närvisüsteemi probleemid, nagu tserebraalparalüüs.



Lisateabe saamiseks külastage  
[www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu)

## **Kas on noori inimesi, kes ei peaks saama nina kaudu manustatavat vaktsiini?**

---

Enamikule lastele ja noortele pakutakse vaktsiini ninapihusena, mida on kiire ja lihtne manustada ning mis on laste jaoks eelistatud vaktsiin. Siiski ei pruugi mõne pikaajalise terviseprobleemiga noorele nina kaudu manustatav vaktsiin sobida (vt üksikasju allpool). Sinu vanematele antakse enne vaktsineerimist täitmiseks nõusoleku vorm, mis sisaldab vaktsiini Sinu jaoks sobivuse kontrollküsimusi. Kui neil on küsimusi, võivad nad rääkida kooli immuniseerimismeeskonnaga. Kui ninapihus Sulle ei sobi, pakutakse Sulle süstitavat gripivaktsiini.

## **Kes ei tohiks saada nina kaudu manustatavat vaktsiini?**

---

Ninapihuse vormis vaktsiini asemel peaks Sulle süstitama gripivaktsiini, kui Sul:

- on praegu või on olnud viimase 72 tunni jooksul vilistav hingamine;
- on tugevalt nõrgenenud immuunsüsteem või keegi Sinu leibkonnas peab eraldatuses viibima, sest nende immuunsüsteem on tõsiselt nõrgestatud;
- on seisund, mis vajab ravi salitsülaadiga;
- on varem olnud anafülaktiline reaktsioon gripivaktsiinile või selle ravimi mis tahes koostisosale (v.a muna).

Ninapihusega vaktsineeritud noored peaksid vältima tihedat kontakti väga tugevalt nõrgenenud immuunsüsteemiga inimestega (nt äsja siirdatud luuüdiga isikutega) ligikaudu kahe nädala jooksul pärast vaktsineerimist.

Kui kokkupuude nendega on tõenäoline või vältimatu, tuleb manustada alternatiivset gripivaktsiini. Kui Sa pole kindel, võta ühendust kooli immuniseerimismeeskonnaga või oma perearstikeskuse perearsti või pereõega.

### **Sinu vanemad peaksid küsima nõu spetsialistilt, kui sul:**

---

- on varem olnud muna suhtes raske allergiline reaktsioon (anafülaksia), mis nõudis intensiivravi;
- on astma, mida ravitakse steroidtablettidega või oled vajanud intensiivravi haiglas.

### **Kus toimub vaktsineerimine?**

---

Kooliealistele lastele pakutakse vaktsineerimist koolis ning kõigile, kes sellest ilma jäävad, pakutakse täiendavaid vaktsineerimisvõimalusi kogukonna kliinikus.

Vaktsiini pakutakse kodus õppivatele abikõlblikele lastele. Sina ja Sinu vanemad saate teavet vaktsineerimiskohtade ja -korra kohta oma kohaliku omavalitsuse haridusosakonnast.

Vaktsiini infolehte saad lugeda siit: [www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc](http://www.medicines.org.uk/emc/product/15790/smpc)

## Kas nina kaudu manustatav vaktsiin sisaldab sigadelt saadud želatiini (seaželatiini)?

Jah. Ninavaktsiin sisaldab väga väikesel hulgal sigadelt saadavat želatiini (seaželatiini), mida kasutatakse paljudes olulistes ravimites. Želatiin aitab hoida vaktsiini stabiilsena, et see saaks korralikult toimida.

Vaktsiin ninapihusena on laste jaoks eelistatud ning seda on kiire ja lihtne manustada. See võib olla ka parem vahend gripi leviku vähendamiseks kogukonnas. Kui te ei taha vastu võtta seaželatiini sisaldavaid ravimeid või vaktsiine, on saadaval gripivaktsiini süst, mis ei sisalda želatiini.

### Kust ma saan lisateavet?

Lisateabe saamiseks külasta lehte [www.nhs.uk/child-flu](http://www.nhs.uk/child-flu). Kui Sul on lisaküsimusi, pea nõu kooli immuniseerimismeeskonnaga, oma perearsti või pereõega.



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

© Crown copyright 2025. UK Health Security gateway number: 2024875. Product code: 25SECFLEST Estonian. 1P 7K 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. This leaflet is also offered as a translated version in Albanian, Arabic, Bengali, Bulgarian, Chinese (simplified), Chinese (traditional, Cantonese), Estonian, Farsi, French, Greek, Gujarati, Hindi, Italian, Latvian, Lithuanian, Panjabi, Pashto, Polish, Portuguese, Romanian, Romany, Russian, Somali, Spanish, Tagalog, Tigrinya, Turkish, Twi, Ukrainian, Urdu, Yiddish and Yoruba. Accessible versions are also available as an English large print, braille, British Sign Language video and audio version.