

ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΚΑΝΩ ΑΝ ΑΡΡΩΣΤΗΣΩ;

Αν έχετε συμπτώματα γρίπης και ανήκετε σε ομάδα που διατρέχει κίνδυνο λόγω της κατάστασης της υγείας σας, επικοινωνήστε με τον τοπικό σας γιατρό.

ΔΕΔΟΜΕΝΑ ΠΟΥ ΑΦΟΡΟΥΝ ΤΗ ΓΡΙΠΗ

- 700.000 έως 1.4 εκατομμύρια άτομα στη ΝΝΟ παθαίνουν γρίπη κάθε χρόνο
- 800-1000 άνθρωποι πεθαίνουν από ασθένειες που σχετίζονται με τη γρίπη κάθε χρόνο στη ΝΝΟ
- Ένα μόνο φτέρνισμα μπορεί να περιέχει μέχρι δύο εκατομμύρια ξεχωριστά σωματίδια του ιού
- Ένα φτέρνισμα μπορεί να ταξιδέψει με ταχύτητα 160 χλμ/ώρα και να διαδοθεί μέχρι και 1,5 μέτρα μακριά
- Οι ιοί της γρίπης μπορούν να επιβιώσουν σε κάποιες σκληρές επιφάνειες για έως και δύο ημέρες
- Οι ιοί της γρίπης παραμένουν σε άπλυτα χέρια για 30 λεπτά

ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

ΜΙΛΗΣΤΕ ΜΕ ΤΟΝ ΟΙΚΟΓΕΝΕΙΑΚΟ ΣΑΣ
ΓΙΑΤΡΟ Η ΤΗΝ ΤΟΠΙΚΗ ΣΑΣ ΜΟΝΑΔΑ
ΔΗΜΟΣΙΑΣ ΥΓΕΙΑΣ (PUBLIC HEALTH
UNIT) 1300 066 055

NSW HEALTH INFLUENZA PAGE

www.health.nsw.gov.au/flu

NSW HEALTH IMMUNISATION PAGE

www.health.nsw.gov.au/immunisation

IMMUNISE AUSTRALIA PROGRAM

www.immunise.health.gov.au

NATIONAL CENTRE FOR IMMUNISATION RESEARCH AND SURVEILLANCE

www.ncirs.edu.au



Health

April 2017 © NSW Health. SHPN (CHP) 170215
Are you at risk of severe flu? Greek



Διατρέχετε κίνδυνο σοβαρής γρίπης;

Η κατάσταση της υγείας σας μπορεί να σας θέσει σε μεγαλύτερο κίνδυνο να πάθετε σοβαρή γρίπη, ακόμη και αν είστε νεαρής ηλικίας και κατά τα άλλα καλά

Are you at risk
of severe flu?



Health

Greek

ΑΤΟΜΑ ΠΟΥ ΚΙΝΔΥΝΕΥΟΥΝ ΝΑ ΠΑΘΟΥΝ ΣΟΒΑΡΗ ΓΡΙΠΗ

Το εμβόλιο εποχιακής γρίπης διατίθεται δωρεάν στο πλαίσιο του Εθνικού Προγράμματος Εμβολιασμού σε άτομα ηλικίας έξι μηνών και άνω που:

- πάσχουν από **καρδιοπάθεια**
- έχουν χρόνιες αναπνευστικές παθήσεις όπως **πνευμονοπάθεια** ή σοβαρό **άσθμα**
- έχουν **χρόνιες παθήσεις** για τις οποίες χρειάστηκαν τακτική ιατρική παρακολούθηση ή νοσηλεία σε νοσοκομείο κατά το προηγούμενο έτος, συμπεριλαμβανομένου του **διαβήτη** και της νεφρικής ανεπάρκειας
- έχουν **χρόνιες νευρολογικές παθήσεις**, συμπεριλαμβανομένης της σκλήρυνσης κατά πλάκας και επιληπτικών διαταραχών
- έχουν **εξασθενημένη ανοσία** λόγω θεραπείας ή ασθένειας συμπεριλαμβανομένης της λοίμωξης από τον ιό HIV, αντικαρκινικής θεραπείας και χρόνιας χρήσης κορτικοστεροειδών
- είναι ηλικίας από πέντε έως 10 ετών και κάνουν **μακροχρόνια θεραπεία με ασπιρίνη**

Δωρεάν εμβόλια γρίπης είναι επίσης διαθέσιμα και συνιστώνται για:

- όλους τους ανθρώπους ηλικίας 65 ετών και άνω
- όλες τις έγκυες γυναίκες
- όλους τους Αυτόχθονες ηλικίας 6 μηνών έως πέντε ετών
- όλους τους Αυτόχθονες ηλικίας 15 ετών και άνω

Αν δεν είστε βέβαιοι, ρωτήστε το γιατρό σας.

ΤΑ ΕΤΗΣΙΑ ΕΜΒΟΛΙΑ ΚΑΤΑ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ ΕΙΝΑΙ Ο ΚΑΛΥΤΕΡΟΣ ΤΡΟΠΟΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ

Τα άτομα που κινδυνεύουν από σοβαρή γρίπη θα πρέπει να κάνουν το εμβόλιο κατά της γρίπης κάθε χρόνο.

Κάθε χρόνο αναπτύσσεται ένα νέο εμβόλιο εποχιακής γρίπης προκειμένου να προετοιμάσει το σώμα σας για προστασία από τα σημερινά στελέχη του ιού της γρίπης.

Όπως όλα τα φάρμακα, το εμβόλιο κατά της γρίπης περιέχει έναν μικρό κίνδυνο παρενεργειών, όπως προσωρινό πόνο στο σημείο της ένεσης. Το εμβόλιο της γρίπης δεν περιέχει κανένα ζωντανό ιό κι επομένως δεν μπορεί να σας δώσει τη γρίπη.

ΠΩΣ ΕΞΑΠΛΩΝΕΤΑΙ Η ΓΡΙΠΗ;

Η γρίπη εξαπλώνεται με:

- σταγονίδια που δημιουργούνται όταν ένα μολυσμένο άτομο βήχει ή φτερνίζεται
- το άγγιγμα σε επιφάνειες όπου έχουν πέσει μολυσμένα σταγονίδια.

Η γρίπη μπορεί να εξαπλωθεί από ένα μολυσμένο άτομο πριν αρχίσουν τα συμπτώματά του και το άτομο αυτό είναι μολυσματικό από την προηγούμενη της ημέρας που αρχίζουν τα συμπτώματα μέχρι πέντε έως επτά ημέρες αργότερα. Τα μικρά παιδιά και άτομα με εξασθενημένο ανοσοποιητικό σύστημα μπορεί να είναι μολυσματικά για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα.

Η ΓΡΙΠΗ (FLU) ΕΙΝΑΙ ΜΙΑ ΜΕΤΑΔΟΤΙΚΗ ΑΣΘΕΝΕΙΑ ΠΟΥ ΠΡΟΚΑΛΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΙΟΥΣ ΤΗΣ ΓΡΙΠΗΣ.

**ΟΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟΙ
ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΑΝΑΡΡΩΝΟΥΝ
ΜΕΤΑ ΑΠΟ ΛΙΓΕΣ
ΜΕΡΕΣ ΑΛΛΑ ΓΙΑ
ΚΑΠΟΙΟΥΣ ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ
ΑΠΟΒΕΙ ΘΑΝΑΤΗΦΟΡΑ.
ΕΚΤΙΜΑΤΑΙ ΟΤΙ 800-
1000 ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΣΤΗ
ΝΝΟ ΠΕΘΑΙΝΟΥΝ ΚΑΘΕ
ΧΡΟΝΟ ΑΠΟ ΑΣΘΕΝΕΙΕΣ
ΠΟΥ ΣΧΕΤΙΖΟΝΤΑΙ ΜΕ ΤΗ
ΓΡΙΠΗ.**

