



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
*Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport*

Griepvrij 2014



Uw (huis)arts nodigt u uit voor de griepprik. Deze folder geeft u informatie over de griepprik.

Kiest u voor de griepprik? Ga de griepprik dan halen en wacht niet tot de griep heerst. De griepprik werkt namelijk pas na twee weken. U krijgt de griepprik gratis.

Waarom krijgt u een uitnodiging voor de griepprik?

Elke winter krijgt gemiddeld één op de tien mensen griep. Voor de meeste mensen is griep een vervelende ziekte die vanzelf overgaat. Sommige mensen kunnen ernstig ziek worden door de griep. Zij zitten in een risicogroep. U zit ook in een risicogroep. Daarom hebt u de uitnodiging voor de griepprik gekregen. Voor u kunnen de gevolgen van griep ernstig zijn.

Voor een goede bescherming moet u de griepprik elk jaar opnieuw halen. De beste tijd daarvoor is tussen half oktober en half november.

Voor wie is de griepprik bedoeld?

De gratis griepprik is bedoeld voor de volgende risicogroepen:

- iedereen van 60 jaar en ouder;
- mensen met een chronische (langdurige) ziekte van hart of longen;
- mensen met diabetes (suikerziekte);
- mensen met een nieraandoening;
- mensen met weinig weerstand als gevolg van een andere ziekte, door een medische behandeling of door medicijnen die de weerstand verlagen.

Hoort u bij een van deze groepen en bent u zwanger? Ook dan kunt u de griepprik krijgen. De griepprik heeft geen nadelen voor u of uw ongebooren kind.



*De griepprik verkleint
de kans dat u griep krijgt.*

Voordelen van de griepprik

De griepprik verkleint de kans dat u griep krijgt. Ook na de griepprik kunt u dus toch griep krijgen. Maar door de griepprik wordt die kans kleiner. Als u toch griep krijgt, kan de griepprik ervoor zorgen dat u minder ernstig ziek wordt:

- De griepverschijnselen zijn vaak minder erg.
- De kans op longontsteking en andere gezondheidsproblemen is kleiner.
- Hebt u een aandoening, zoals een longziekte of diabetes (suikerziekte)? Griep maakt de aandoening vaak erger. Door de griepprik is de kans kleiner dat uw aandoening erger wordt tijdens de griep.

Hoe werkt de griepprik?

Griep komt door het griepvirus. Een andere naam voor griep is influenza. De griepprik zorgt ervoor dat uw afweer tegen het griepvirus verbetert. Dit komt doordat uw lichaam afweerstoffen gaat maken tegen het griepvirus. Twee weken na de griepprik hebt u genoeg afweerstoffen. Als u na deze twee weken besmet wordt met het griepvirus, kunnen de afweerstoffen het griepvirus onschadelijk maken. Deze afweerstoffen zorgen er dus voor dat u niet ziek wordt van het virus.

Het griepvirus kunt u bijvoorbeeld krijgen als iemand hoest, niest, praat of u een hand geeft. De griepprik beschermt u alleen tegen het griepvirus. U bent dus niet beschermd tegen andere virussen, zoals het virus dat verkoudheid geeft. U kunt géén griep krijgen van de griepprik zelf.

Meer informatie over hoe de griepprik werkt, vindt u op www.rivm.nl/griepprik en www.thuisarts.nl/griep.

Heeft de griepprik bijwerkingen?

Na de griepprik kunt u een dag een gevoelige arm hebben. De plaats van de prik op uw arm kan pijnlijk, rood of dik zijn. U kunt zich na de griepprik een paar dagen minder lekker voelen. Ernstige bijwerkingen van de griepprik komen maar heel weinig voor.

Hebt u een bijwerking na de griepprik? Meld dit dan bij uw (huis)arts. Uw (huis)arts kan de bijwerking melden bij het Nederlands Bijwerkingen Centrum, Lareb. U kunt de bijwerking ook zelf melden op www.lareb.nl. Met uw melding kan Lareb ervoor zorgen dat geneesmiddelen zo veilig mogelijk blijven.

Waarom elk jaar een grieprik?

De grieprik biedt meestal ongeveer een half jaar bescherming. De grieprik van vorig jaar is dus uitgewerkt.

Ook verandert het griepvirus regelmatig. Hierdoor kunt u elk jaar opnieuw griep krijgen. Daarom hebt u ook jaarlijks een nieuwe grieprik nodig. Zo kan uw lichaam elk jaar nieuwe afweerstoffen aanmaken. Deskundigen voorspellen welke griepvirussen komende winter het meest voor zullen komen. Op basis daarvan wordt de samenstelling van de grieprik vastgesteld. De jaarlijkse grieprik beschermt u tegen de meest voorkomende griepvirussen.



*Het is belangrijk dat u
elk jaar de grieprik haalt.*

Kiest u voor de griep prik? Dan is dit belangrijk:

U krijgt de griep prik in de bovenarm. Wilt u kleding aandoen waarbij u gemakkelijk uw bovenarm bloot kunt maken?

Bent u allergisch voor kippenei-eiwit? Neem dan contact op met uw huisarts of de arts van de zorginstelling waar u verblijft.

Over de griep prik

De griep prik verkleint de kans dat u griep krijgt.

Bent u zwanger en hoort u bij een van de risicogroepen? Ook dan kunt u de griep prik krijgen. De griep prik heeft geen nadelen voor u of uw ongeboren kind.

De griep prik biedt meestal ongeveer een half jaar bescherming. Ook verandert het griepvirus regelmatig. U moet daarom elk jaar opnieuw de griep prik halen. De beste tijd daarvoor is tussen half oktober en half november.

De griep prik geeft soms een dag wat pijn in uw arm, maar u wordt er niet ziek van.

U krijgt de griep prik gratis. Het ministerie van VWS bepaalt welke groepen de griep prik krijgen aangeboden. De Gezondheidsraad adviseert het ministerie daarin.

Meer informatie

Kijk voor meer informatie op www.rivm.nl/grieprik en www.thuisarts.nl/griep. U kunt ook contact opnemen met uw huisartsenpraktijk of met de arts van de zorginstelling waar u verblijft.



Andere talen/other languages

English This leaflet has been translated into English. You can find the English translation on www.rivm.nl/grieprik

Türkçe Brosürün Türkçe çevirisi vardır. Türkçe metni su adreste bulabilirsiniz: www.rivm.nl/grieprik

العربية تمت ترجمة هذه النشرة إلى العربية. ويمكنك العثور على الترجمة العربية على موقع

www.rivm.nl/grieprik

Het RIVM is in opdracht van het ministerie van VWS verantwoordelijk voor de landelijke regie binnen het Nationaal Programma Grieppreventie. Het Nederlands Huisartsen Genootschap is de wetenschappelijke vereniging van huisartsen.

Dit is een publicatie van:

**Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu**

www.rivm.nl



nederlands huisartsen
genootschap

augustus 2014