



National Institute for Public Health
and the Environment
Ministry of Health, Welfare and Sport

Szczepienie przeciw COVID-19 zapewnia **dodatkową ochronę** przed ciężkim przebiegiem choroby

**Do 6 grudnia 2024 roku
możesz otrzymać szczepienie
przeciw COVID-19**



Osoby narażone na ciężki przebieg choroby wywołanej koronawirusem mogą tej jesieni skorzystać ze szczepienia przeciw COVID-19. Dzięki niemu będą lepiej chronione przed hospitalizacją lub śmiercią z powodu COVID-19. Jest to ważne, ponieważ wirus nadal jest obecny i może ponownie się rozprzestrzeniać.



Osoby, które mogą otrzymać szczepienie przeciw COVID-19

- Osoby w wieku 60 lat i starsze;
- Osoby od 18. do 59. roku życia, które co roku otrzymują zaproszenie na szczepienie przeciw grypie;
- Dorośli i dzieci z grup wysokiego ryzyka (np. osoby z poważnymi zaburzeniami odporności);
- Pracownicy opieki zdrowotnej mający bezpośredni kontakt z pacjentami z grup wysokiego ryzyka.

Szczepienie przeciw COVID-19 jest również dostępne dla niektórych osób spoza wyżej wymienionych grup, na przykład dla członków rodzin osób z grup wysokiego ryzyka lub dla osób, którym lekarz zalecił szczepienie.



Zaproszenie lub umówienie się na wizytę

- Jeśli masz 60 lat lub więcej, od 27 sierpnia możesz spodziewać się listu z zaproszeniem od RIVM (Krajowy Instytut Zdrowia i Środowiska).
- Jeśli jesteś w wieku od 18 lat do 59 lat i co roku otrzymujesz zaproszenie na szczepienie przeciw grypie albo pracujesz w opiece zdrowotnej, nie otrzymasz listu z zaproszeniem. Możesz samodzielnie umówić się na wizytę w GGD (gminnej placówce służby zdrowia) przez stronę planjeprik.nl lub w godzinach pracy pod numerem telefonu **0800 7070**.

Szczepienie przeciw COVID-19 będzie dostępne w GGD do 6 grudnia 2024 roku.



Dlaczego należy ponownie szczepić się przeciw COVID-19?

Koronawirus nadal istnieje i może ponownie się rozprzestrzenić. Szczepienie przeciw COVID-19 zapewnia lepszą ochronę przed ciężkim przebiegiem choroby wywołanej tym wirusem.



Warto wiedzieć

- Otrzymasz szczepionkę mRNA firmy BioNTech/Pfizer. Szczepionka jest bezpieczna i dobrze chroni przed poważnym zachorowaniem na COVID.
- Szczepienie jest bezpłatne.
- To Ty decydujesz, czy chcesz się zaszczepić.



Szczepienie może powodować działania niepożądane

Również po szczepieniu przeciw COVID-19 mogą wystąpić działania niepożądane. Są one normalną reakcją organizmu na szczepionkę. Oznacza to, że Twoje ciało buduje odporność przeciw koronawirusowi.

Najczęściej występujące dolegliwości to:

- ból w miejscu wstrzyknięcia,
- ból głowy,
- zmęczenie,
- ból mięśni,
- gorączka.

Objawy te utrzymują się zazwyczaj od 1 do 3 dni. Poważne działania niepożądane są bardzo rzadkie. W przypadku jakichkolwiek obaw dotyczących zdrowia zawsze kontaktuj się z lekarzem prowadzącym lub lekarzem rodzinnym.

Jeśli po szczepieniu odczuwasz dolegliwości, które nie należą do łagodnych czy krótkotrwałych działań niepożądanych, zgłoś to w Lareb na stronie www.lareb.nl.



Chroń osoby o słabym zdrowiu

Infekcje dróg oddechowych są często wywoływane przez wirusa grypy, koronawirusa lub inny wirus przeziębienia. Dlatego jeśli przechodzisz infekcję dróg oddechowych, zachowaj szczególną ostrożność w kontakcie z osobami o słabym zdrowiu. Jeśli masz objawy typowe dla infekcji dróg oddechowych, takie jak kaszel, kichanie, ból gardła i katar,

- lepiej pozostań w domu w czasie choroby.
- W przypadku łagodnego zachorowania ustal z pracodawcą, czy możesz pracować z domu.
- Jeśli odczuwasz dolegliwości, unikaj fizycznego kontaktu z osobami, które mogą poważnie zachorować wskutek infekcji dróg oddechowych. Jeśli kontakt fizyczny jest konieczny, zakładaj maseczkę. Tak może być podczas opieki nad kimś.
- Kaszł i kichaj w zgięcie łokcia oraz często i dokładnie myj ręce wodą i mydłem, nawet jeśli nie masz objawów.
- Zadbaj o odpowiednią wentylację pomieszczeń.



Chcesz wiedzieć więcej?

Zajrzyj na rivm.nl/coronaprik

Published by

**National Institute for Public Health
and the Environment, RIVM**

P.O. Box 1 | 3720 BA Bilthoven

The Netherlands

www.rivm.nl/en

August 2024

Committed to health
and sustainability