



Til dig, der skal vaccineres mod influenza og covid-19

Hvorfor anbefaler Sundhedsstyrelsen vaccination?

Vi går en efterårs- og vintersæson i møde, hvor vi forventer, at smitten med influenza og covid-19 vil stige. Vaccination mod influenza og covid-19 nedsætter risikoen for et alvorligt forløb. Derfor anbefaler Sundhedsstyrelsen, at personer på 65 år og derover, samt personer, der er i risiko for et alvorligt forløb, bliver vaccineret mod både influenza og covid-19.

Hos de fleste giver både influenza og covid-19 en mild infektion, men for nogle kan begge infektioner være alvorlige og føre til indlæggelse og i værste fald være livstruende.

Hvem tilbydes vaccination?

- Alle på 65 år og derover
- Personer under 65 år, der er i øget risiko for et alvorligt forløb
- Gravide i 2. og 3. trimester

Personer, der lever med visse sygdomme eller tilstande, er i øget risiko for et alvorligt forløb med influenza eller covid-19 og anbefales derfor vaccination. Er du i tvivl, om tilbuddet gælder for dig, kan du nedenfor se, hvilke personer under 65 år vi anbefaler vaccination.

- **Personer med kronisk sygdom, for eksempel:**
 - Personer med kroniske lungesygdomme
 - Personer med hjerte- og karsygdomme (undtaget isoleret, velreguleret forhøjet blodtryk)
 - Personer med diabetes 1 eller 2 (sukkersyge)
 - Personer med medfødt eller erhvervet immundefekt
 - Personer med påvirket respiration på grund af nedsat muskelkraft
 - Personer med kronisk lever- eller nyresygdom
 - Personer med andre kroniske sygdomme, hvor tilstanden medfører, at influenza eller covid-19 udgør en alvorlig sundhedsrisiko
- **Personer med svær overvægt (BMI over 35)**
- **Personer med andre alvorlige sygdomme, hvor tilstanden medfører, at influenza eller covid-19 udgør en alvorlig sundhedsrisiko**
- **Gravide i 2. eller 3. trimester**
- **Personer i samme husstand som personer med medfødt eller erhvervet immundefekt eller børn i øget risiko for alvorlig influenza eller covid-19**

Førtidspensionister og børn i alderen 2-6 år bliver desuden tilbudt gratis vaccination mod influenza.

Hvordan foregår vaccination?



1. Book tid til vaccination på www.vacciner.dk eller ring til din region, hvis du har brug for hjælp til tidsbestilling.



2. Mød op på vaccinationsstedet til den aftalte tid.



3. Bliv vaccineret. Du kan få begge vaccinationer samtidig.



4. Vent 15 minutter på vaccinationsstedet, efter du er blevet vaccineret.

Er der bivirkninger?

Alle vacciner har bivirkninger, og det gælder også vaccinerne mod influenza og covid-19. Hvis du får feber, hovedpine eller bliver øm i området, hvor du er blevet vaccineret, er der tale om milde bivirkninger, som hurtigt går over af sig selv.

Det er meget sjældent, at man får svære allergiske reaktioner efter vaccination. Hvis du tidligere har reageret med svær allergisk reaktion efter en vaccine, bør du tale med en læge, før du bliver vaccineret.

Har du spørgsmål?

Du kan også læse mere om efterårets vaccinationer på www.sst.dk/vaccination.

Selvom du er vaccineret, er der stadig en risiko for, at du kan smitte andre. Derfor skal du fortsat følge Sundhedsstyrelsens smitteforebyggende råd.

Gode råd – gode vaner



1. Bliv hjemme

– Hvis du er syg eller har symptomer på sygdom



2. Vask hænder

– Eller brug håndsprit



3. Gør rent

– Særligt overflader som mange rører ved



4. Luft ud

– Og skab gennemtræk



5. Host og nys i ærmet