
Hvorfor vaksinasjon mot sesonginfluensa

Helsepersonell bør kjenne til hvorfor influensavaksinasjon anbefales.

I vinterhalvåret sirkulerer influensavirus i befolkningen. Det samme gjør også myter og misforståelser om influensa og vaksinasjon.

Hva som er sant og usant får du vite her.



Vanlige innvendinger mot influensavaksinen

- «Jeg får aldri influensa»
- «Influensa er ingen farlig sykdom»
- «Det er sunt å få influensa»
- «Sist gang jeg tok influensavaksine ble jeg veldig syk, så nei takk»
- «Jeg er redd for bivirkninger av vaksinen»
- «Jeg vil ikke ta vaksiner som inneholder kvikksølv og skvalen»



«Jeg får aldri influensa»

I en vanlig influensasessong smittes mellom 5 og 10% av befolkningen. Dermed kan det gå mange år mellom hver gang du har «ekte» influensa.

Luftveisinfeksjon eller forkjølelse forveksles ofte med influensa.

Luftveissymptomer forekommer også ved influensa, men raskt innsettende feber, muskelsmerter og uttalt slapphet dominerer.

En av fem har få eller ingen symptomer på influensasykdom etter at de har fått smitten i kroppen. Disse kan likevel være smittsomme. Vaksinen beskytter også mot slik «subklinisk» influensa.



«Influensa er ingen farlig sykdom»

Nasjonalt folkehelseinstitutt anslår at det dør mellom 500 og 1000 mennesker i Norge under en vanlig sesonginfluensa. De fleste av disse er eldre og svekkede, men alvorlig sykdom og dødsfall forekommer også hos friske, yngre mennesker.

«Han hadde knapt vært syk noensinne. Så kom vinterens influensa. Den tok nesten livet av ham» (kilde: Bergens Tidende mai 2018).

Som helsepersonell vaksinerer du deg først og fremst for pasienten sin del, men du beskytter også deg selv og din familie.



«Det er sunt å få influensa»

Immunforsvaret trenger nok noen utfordringer for å utvikles og modnes. Det er imidlertid ikke noen forskning som tyder på at influensa styrker immunforsvaret eller har noen positive effekter.



«Jeg har aldri blitt så syk som den gang jeg tok vaksinen»

Influensavaksinen beskytter bare mot influensa, ikke mot andre luftveisinfeksjoner. Enkelte andre virus og bakterier kan gi symptomer som ligner influensa – var det influensa du hadde?

Effekten av influensavaksinen er ca. 70% for unge, friske personer, ikke 100%. Vaksinasjon er ingen garanti mot influensasykdom.

Skulle du likevel bli influensasyk selv om du er vaksinert, vil ofte sykdommen forløpe mildere.



«Jeg er redd for bivirkninger»

Årlig settes flere hundre millioner doser influensavaksiner i land som har gode systemer for rapportering av bivirkninger. Alvorlige bivirkninger rapporteres svært sjelden.

Den vanligste bivirkningen etter vaksinasjon er smerter og ømhet på vaksinasjonsstedet.

Noen (<5%) opplever lette influensalignende symptomer, men vaksinen inneholder ikke levende virus og kan ikke gi influensa.

«Det er like umulig å få influensa av en influensavaksine, som det er for en fantomtegning av en forbryter å begå lovbrudd»



«Influensavaksinen kan jo gi narkolepsi»

Vaksine mot sesonginfluensa må ikke forveksles med pandemivaksinen (Pandemrix), som var en annen type vaksine.

Narkolepsi oppstod hos noen barn og unge som ble vaksinert med Pandemrix under influensapandemien i 2009.

Vaksinen mot sesonginfluensa inneholder verken kvikksølv eller skvalen.



Hvorfor må jeg vaksineres hvert år?

Influsnaviruset forandrer seg fra sesong til sesong, og vaksinen er forskjellig fra år til år.

Beskyttelsen etter influensavaksinasjon varer bare i ett til to år.

Gjennomgått influensasykdom gir langvarig beskyttelse mot det virus du har vært smittet av, men ikke mot andre influensavirus.

Verdens helseorganisasjon (WHO) gir anbefalinger for hvilke virus som skal inkluderes i vaksinen hvert år.



Vern deg sjølv og pasientane mot influensa

- Hugs god hoste- og handhygiene
- Unngå kontakt med pasientane dersom du har feber eller andre influensasyptom
- Ta influensavaksine

Vaksinér deg – for alles skyld

Det er dumt å smitte pasienter og det er unødvendig å bli syk selv.

Yrkesvaksinasjon er en rettighet du har, og vaksiner er gratis.

Din kompetanse er viktig, både arbeidsgiver og pasientene trenger deg!



Vaksinér deg – for pasientens skyld

Sykehusledere i hele landet anbefaler vaksine til sine ansatte, særlig de med pasientkontakt.

Har du ikke hørt noe om vaksinasjon mot sesonginfluensa på din avdeling? Spør lederen din.

Ansvarlige helsearbeidere bør kjenne til hvorfor influensavaksinasjon anbefales. Om du vil la deg vaksinere er likevel et personlig valg, ingen kan tvinge deg.

