



Influenssakausi lähestyy – pidä huolta itsestäsi ja työkavereista!

Influenssakausi lähestyy – oletko valmis suojaamaan itsesi ja läheisesi?

Rokote ei suojaa vain sinua, vaan myös riskiryhmiä, kuten perussairaita ja pieniä lapsia. Tiesitkö, että kaikki alle 7-vuotiaat kuuluvat riskiryhmään? Rokottautumalla torjut influenssan jälkitaudit, jotka voivat olla vakavia ja pitkäkestoisia.

Työterveyteesi kuuluu influenssarokote - varaa influenssarokote helposti!

Ajanvaraus onnistuu kätevästi [verkkoajanvarauksesta](#) tai Terveyssovelluksesta. Influenssarokotus-ajat ovat varattavissa verkkoajanvarauksessa, vaikka verkkoajanvaraus ei muilta osin olisi yrityksen-ne käytössä. Muistathan: rokote kannattaa ottaa hyvissä ajoin ennen influenssakauden alkua marras-joulukuussa, jotta suojasi ehtii kehittyä.

Influenssa voi olla vaarallinen. Vaikka terve työkäinen voi selvitä influenssasta viikossa, riskiryhmäläisille se voi olla hengenvaarallinen. Influenssa tarttuu jo ennen oireiden alkua, joten rokote on paras tapa suojata itsesi ja läheisesi. **Ota rokote ja pidetään huolta toisistamme!**

TIETOA ROKOTTEESTA

Rokote antaa kattavan suojan influenssaa vastaan. Influenssarokote on tehokas ja hyvin siedetty. Se on täsmärokote kunakin influenssakautena ja suoja kestää noin vuoden ajan. Rokote ei suojaa muilta virusinfektioilta. Rokotuksen jälkeen elimistön luontainen puolustusjärjestelmä tuottaa vasta-aineita tautia vastaan. Käytössämme on ns. nelivalenttinen rokote Fluarix Tetra, joka suojaa neljää rokotteen sisältämää viruskantaa vastaan noin 2–3 viikon kuluttua rokotuksen jälkeen. Kuten kaikki rokotteet, myös influenssarokote saattaa aiheuttaa sivuvaikutuksia, joista yleisimpiä ovat päänsärky, lihaskipu, huonovointisuus ja kipu pistoskohdassa. Joskus voi nousta myös lievä kuume. Oireet häviävät noin vuorokaudessa. Tarvittaessa niitä voi hoitaa tavallisilla kipu- ja kuumelääkkeillä.

Influenssarokotetta ei pistetä, jos on meneillään kuumeinen infektio. Rokotukseen ei voi tulla, mikäli on flunssan oireita. Kerro ennen rokotusta terveydenhoitajalle mahdollisista allergioistasi, perussairauksistasi ja aiemmista rokotteista saamistasi voimakkaista oireista. Rokotuksen jälkeen on hyvä pysytellä rokotuspaikalla tai sen lähistöllä 15 min mahdollisten sivuvaikutusten varalta.

[Lue lisää influenssarokotuksesta.](#)