

SPRAWDŹ CO WIESZ O GRYPIE

1. Co powoduje grypę sezonową?
 - a. Bakterie
 - b. Grzyby
 - c. Wirusy
2. Czy przeziębienie i grypę wywołuje ten sam wirus?
 - a. Tak
 - b. Nie
3. Czy wirus może być przenoszony przez dłonie?
 - a. Tak
 - b. Nie
4. Jak długo mogę zarażać grypą inne osoby?
 - a. 1 dzień przed wystąpieniem objawów
 - b. Do 5-7 dni od zachorowania
 - c. 1 dzień przed wystąpieniem objawów oraz przez 5-7 dni od zachorowania
5. Kto jest zagrożony powikłaniami?
 - a. Osoby w podeszłym wieku, dzieci
 - b. Każdy
6. Jaki cel ma szczepienie przeciw grypie?
 - a. Zabicie wirusa
 - b. Zapobieganie chorobie i jej groźnym powikłaniom
7. Czy lepiej zachorować na grypę niż się przeciw niej zaszczepić?
 - a. Tak
 - b. Nie
8. Czy pomimo szczepienia można zarazić się grypą?
 - a. Tak
 - b. Nie
9. Czy wirus grypy może przetrwać na banknotach?
 - a. Tak
 - b. Nie

Poprawne odpowiedzi znajdziesz w tej ulotce

FluMania

Edukacyjna gra na smartfony i tablety

Baw się i zdobywaj kolejne poziomy!

BEZ-PŁATNA



Sprawdź swoją wiedzę!

WIELE INFORMACJI

i pytań na temat grypy i szczepień znajdziesz w tej edukacyjnej aplikacji na smartfony i tablety

POBIERZ JĄ

ochroń miasto przed epidemią grypy, weź udział w akcji szczepień osób z różnych grup ryzyka powikłań pogrypowych

POKONUJ KOLEJNE POZIOMY
odpowiadaj na pytania zdobywaj punkty i bonusy

ZAPROŚ ZNAJOMYCH
i rzuć im wyzwanie

ZOSTAŃ AMBASADOREM
profilaktyki grypy w Polsce



Available on the
App Store

ANDROID APP ON
Google play



GRYPA to poważna choroba,
na którą zachorować może każdy!

STOP GRYPA

Zaszczep się!
Dołącz do nas, aby zapobiec
szerzeniu się grypy.



SPOŁECZNA KAMPANIA NA RZECZ PROFILAKTYKI GRYPY

CO WARTO WIEDZIEĆ O GRYPIE

- Każdego roku, na całym świecie grypą zarazi się 5–10% populacji osób dorosłych i 20–30% dzieci.²
- **Wirusy grypy ludzkiej łatwo namnażają się i przenoszą z jednej osoby na drugą. Do zakażenia dochodzi zwykle drogą kropelkową, gdy chory kaszle i kicha, ale również pośrednio, gdy wydzieliny układu oddechowego dostają się na ręce, chusteczki itp.**³ W przypadku dużej koncentracji wirusów mogą one przetrwać na banknotach nawet do 3 dni.⁴

• **Czas, jaki upływa od narażenia na kontakt z wirusem grypy do pojawienia się objawów, wynosi od 1 do 4 dni, przy czym średnio są to 2 dni.**⁵

• **Większość zdrowych dorosłych może zarazić już na 1 dzień przed wystąpieniem objawów oraz przez 5 do 7 dni od zachorowania. Oznacza to, że możesz stanowić źródło zakażenia nie tylko po wystąpieniu objawów, ale nawet nie wiedząc o tym, że wkrótce zachorujesz.**⁶

• **Zachorować może każdy. Jednak największe ryzyko wystąpienia powikłań dotyczy dzieci poniżej 2. roku życia, dorosłych w wieku 65 lat i starszych, kobiet w ciąży oraz osób w każdym wieku cierpiących na przewlekłe choroby serca, płuc, nerek, wątroby, choroby krwi czy choroby metaboliczne (np. cukrzyca) lub posiadających osłabiony system odpornościowy.**⁷

• **Każde zakażenie grypą niesie ze sobą ryzyko poważnych powikłań, hospitalizacji lub zgonu, również u zdrowych dzieci i dorosłych. Dlatego w celu uzyskania odporności bezpieczniejszym wyborem jest szczepienie niż ryzykowanie zachorowaniem.**⁷

• **W sezonie grypowym oprócz wirusów grypy krążą również inne wirusy wywołujące choroby układu oddechowego, którym mogą towarzyszyć objawy zbliżone do tych, jakie występują w przypadku grypy. Do wirusów takich należą rinowirusy (jedna z przyczyn przeziębienia) oraz wirusy RSV.**⁸

• **Istnieje szereg powodów, dla których u osób szczepionych przeciw grypie mogą wystąpić objawy chorobowe zbliżone do grypy. Dzieje się tak głównie na skutek kontaktu z innym wirusem atakującym układ oddechowy lub wirusem grypy odmiennym od szczepów uwzględnionych w szczepionce.**⁷

• **Szczepienie przeciw grypie to najskuteczniejsza metoda zapobiegania grypie i jej groźnym powikłaniom.**¹



Poprawne odpowiedzi: 1c, 2b, 3a, 4c, 5b, 6b, 7b, 8a, 8b