



Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu
*Ministerie van Volksgezondheid,
Welzijn en Sport*

Griepvrij 2017



Uw (huis)arts nodigt u uit voor de griepprik. Deze folder geeft u informatie over de griepprik.

Wat is griep?

- Bij griep heeft u vaak hoge koorts, koude rillingen, keelpijn, hoofdpijn en spierpijn in uw hele lichaam.
- Door griep kunt u longontsteking of hartproblemen krijgen.
- Heeft u een ziekte, zoals een longziekte of suikerziekte (diabetes)? Dan kan griep uw ziekte verergeren.
- Griep is niet hetzelfde als een zware verkoudheid. U kunt zich flink ziek voelen door de griep.

Griep komt door het griepvirus. Het griepvirus kunt u bijvoorbeeld krijgen als iemand met griep hoest, niest of praat. Of als iemand met griep u een hand geeft. Elke winter krijgt gemiddeld 1 op de 10 mensen griep.

De belangrijkste informatie:

- De griepprik verkleint de kans dat u griep krijgt.
- Door griep heeft u een grotere kans om ernstig ziek te worden.
- U kunt de gratis griepprik halen bij uw huisarts.
- U kunt de griepprik het beste halen tussen half oktober en half november.
- De griepprik beschermt u ongeveer een half jaar.
- Krijgt u toch griep? Dan zorgt de griepprik ervoor dat u minder ernstig ziek wordt.
- Elk jaar is een nieuwe griepprik nodig om zo goed mogelijk beschermd te zijn.
- In de griepprik zitten elk jaar andere stoffen. Elk jaar zijn er namelijk andere griepvirussen actief.

Waarom krijgt u een uitnodiging voor de grieprik?

Sommige mensen kunnen ernstig ziek worden door de griep. Zij zijn de doelgroep voor de grieprik. U zit ook in de doelgroep. Daarom heeft uw (huis)arts u uitgenodigd voor de grieprik.



*De grieprik verkleint
de kans op griep*

Wie kan de gratis grieprik krijgen?

De gratis grieprik is voor mensen in de doelgroep. U zit in de doelgroep als een van deze dingen voor u geldt:

- U bent 60 jaar of ouder;
- U heeft een langdurige hart-of vaatziekte;
- U heeft een langdurige longziekte;
- U heeft suikerziekte (diabetes mellitus);
- U heeft een nieraandoening;
- U heeft weinig weerstand (door een ziekte, een medische behandeling zoals chemotherapie, of medicijnen die de weerstand verlagen).

Waarom een grieprik vanaf 60 jaar?

Het afweersysteem wordt minder actief als u ouder wordt. Hierdoor kunt u sneller en erger ziek worden door griep. En bijvoorbeeld een longontsteking krijgen. De grieprik zorgt ervoor dat u minder ernstig ziek wordt.

Bent u zwanger?

Bent u zwanger en zit u in de doelgroep? Dan kunt u de grieprik gewoon krijgen. De grieprik is veilig voor u en uw ongeboren kind.

Wanneer kunt u de grieprik het beste halen?

De beste tijd om de grieprik te halen is elk jaar tussen half oktober en half november. U krijgt hiervoor een uitnodiging van uw huisarts. Wacht niet tot veel mensen griep hebben. De grieprik werkt namelijk pas na 2 weken.

Als u koorts heeft, kunt u het halen van de grieprik beter uitstellen.



*Het is belangrijk dat u
elk jaar de grieprik haalt*

Zelf beslissen

U beslist zelf of u de griepprik haalt.

Wat zijn de voordelen van de griepprik?

- De griepprik verkleint de kans dat u griep krijgt.
- De griepprik zorgt ervoor dat u minder ernstig ziek wordt als u toch griep krijgt:
 - De griepklachten zijn vaak minder erg.
 - De kans op longontsteking en andere gezondheidsproblemen is kleiner.
 - De kans is kleiner dat een ziekte zoals een longziekte of suikerziekte (diabetes) erger wordt bij griep.
 - De kans is kleiner dat u overlijdt door griep, of door de gevolgen van griep.

Heeft de griepprik nadelen?

- U kunt na de griepprik een dag een gevoelige arm hebben. De plaats van de prik op uw arm kan pijnlijk, rood of dik zijn.
- U kunt zich na de griepprik een paar dagen minder goed voelen. Dit is geen griep. U kunt van de griepprik zelf géén griep krijgen.
- Bent u allergisch voor kippenei-eiwit, neomycine of gentamicine? Dan kunt u allergisch reageren op de griepprik.
- Ernstige bijwerkingen van de griepprik zijn heel zeldzaam.

Heeft u een bijwerking na de griepprik? Meld dit dan bij uw (huis) arts of op www.lareb.nl. Dit is de website van het Nederlands Bijwerkingen Centrum.

Hoe werkt de griepprik?

De griepprik zorgt ervoor dat uw afweer tegen het griepvirus verbetert. Uw lichaam gaat door de stoffen in de griepprik afweerstoffen maken tegen het griepvirus.

Twee weken na de griepprik heeft u genoeg afweerstoffen. Wordt u na deze 2 weken besmet met het griepvirus? Dan kunnen de afweerstoffen het griepvirus onschadelijk maken. De afweerstoffen zorgen er dus voor dat u niet of minder ziek wordt van het virus.

De griepprik beschermt u alleen tegen het griepvirus. U bent dus niet beschermd tegen andere virussen, zoals het virus dat verkoudheid geeft.

Meer informatie over hoe de griepprik werkt, vindt u op www.rivm.nl/griepprik en www.thuisarts.nl/griep.

Waarom elk jaar een griepprik?

De griepprik beschermt ongeveer een half jaar. De griepprik van vorig jaar is dus uitgewerkt. Ook verandert het griepvirus regelmatig. Hierdoor kunt u elk jaar opnieuw griep krijgen. Daarom heeft u ook jaarlijks een nieuwe griepprik nodig. Zo kan uw lichaam elk jaar nieuwe afweerstoffen aanmaken.

Deskundigen voorspellen welke griepvirussen komende winter het meest voor zullen komen. In de griepprik komen stoffen die werken tegen die virussen. De jaarlijkse griepprik beschermt u daardoor tegen de meest voorkomende griepvirussen van deze winter.

Gaat u de griep prik halen?

Als u de griep prik gaat halen, let dan hierop:

- Draag kleding waarbij u gemakkelijk uw bovenarm bloot kunt maken.
U krijgt de griep prik in uw bovenarm.
- Bent u allergisch, bijvoorbeeld voor kippen-eiwit, neomycine of gentamicine?
Vertel dit dan aan uw arts.
- Wilt u weten wat er in de griep prik zit,
kijk dan op www.rivm.nl/griep prik/bijsluiter.

Wilt u meer informatie?

Kijk op www.rivm.nl/griep prik en www.thuisarts.nl/griep.
Of neem contact op met uw huisartsenpraktijk of met de arts van uw zorginstelling.



Andere talen/other languages

English This leaflet has been translated into English. You can find the English translation on www.rivm.nl/griep prik

Türkçe Brosürün Türkçe çevirisi vardır. Türkçe metni su adreste bulabilirsiniz: www.rivm.nl/griep prik

العربية تمت ترجمة هذه النشرة إلى العربية. ويمكنك العثور على الترجمة العربية على موقع

www.rivm.nl/griep prik

Het RIVM is in opdracht van het ministerie van VWS verantwoordelijk voor de landelijke regie van het Nationaal Programma Grieppreventie. Het Nederlands Huisartsen Genootschap is de wetenschappelijke vereniging van huisartsen.

Dit is een uitagve van:
**Rijksinstituut voor Volksgezondheid
en Milieu**
www.rivm.nl



Augustus 2017

RIVM. *De zorg voor morgen begint vandaag*