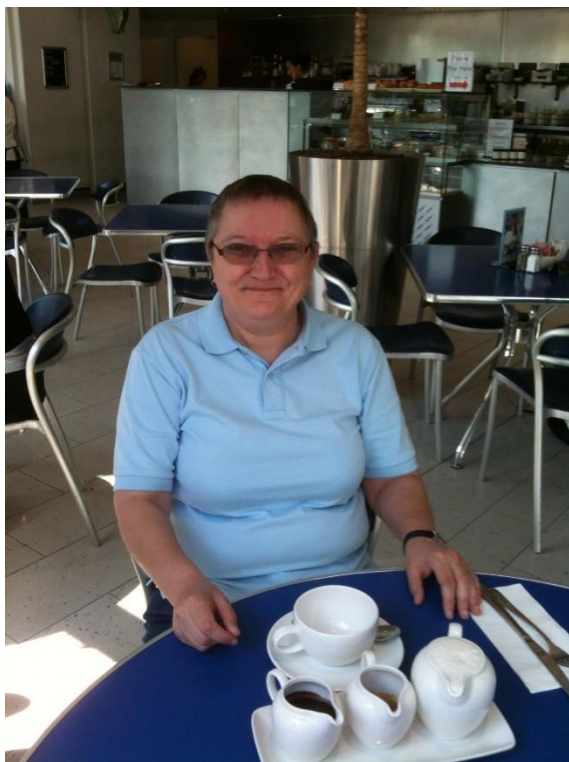


Dlaczego szczepienie przeciwko grypie jest dla mnie ważne

Carol, Jean i Laura, które chorują na choroby płuc, opowiedzą, dlaczego co roku szczepią się przeciwko grypie.

Carol



Zdiagnozowano u mnie [astmę](#), gdy miałam około dwudziestu lat i bardzo ciężko przechodziłam grypę. Leżałam w łóżku i nie chodziłam do pracy przez 2 tygodnie za każdym razem. Dlatego zaczęłam co roku szczepić się przeciwko grypie i od tamtej pory nie choruję na grypę – a było to ponad 25 lat temu.

Od tamtej pory zdiagnozowano u mnie [przewlekłą obturacyjną chorobę płuc \(POChP\)](#), która sprawia, że jeszcze ważniejsze dla mnie jest zabezpieczenie się przed wirusem grypy.

Osobom takim jak ja, które mają wątpliwości dotyczące szczepienia przeciwko grypie, powiedziałabym, że zdecydowanie warto.

Osobom takim jak ja, które mają wątpliwości dotyczące szczepienia przeciwko grypie, powiedziałabym, że zdecydowanie warto. Nadal przeziębiam się, ale to nic w porównaniu z tym, czego doświadczałam przy grypie – ona po prostu rozkładała mnie na łopatki. Jeśli chorujesz na schorzenie płuc, Twoja odporność i tak jest obniżona, więc ważne jest, aby ją jak najlepiej wspomóc. Ramię może pobolewać przez dzień lub dwa, ale to nic w porównaniu z 2 tygodniami leżenia w łóżku.

Zawsze zadziwia mnie, jak niewiele osób z chorobami płuc szczepi się przeciwko grypie. Przecież szczepienie jest darmowe! A korzystają dzięki niemu nie tylko zaszczepieni, ale też osoby, które nie mogą się zaszczepić, bo są uczulone. Przecież im więcej osób się zaszczepi, tym więcej osób będzie zabezpieczonych, przez co grypa będzie się trudniej roznosić.

Teraz, gdy dodatkowo musimy radzić sobie z zagrożeniem wywołanym przez COVID-19, czuję, że szczepienie przeciwko grypie jest ważniejsze, niż kiedykolwiek

wcześniej. Wszyscy musimy zrobić, co w naszej mocy, aby zachować zdrowie w przypadku kolejnej fali zachorowań.

Jean



Szczepię się przeciwko grypie, odkąd pamiętam. Pracowałam w supermarkecie i miałam kontakt z wieloma osobami. Szczepienie dawało mi poczucie bezpieczeństwa.

Pewnego roku pomyślałam, że nie będę zawracać sobie tym głowy. To był ogromny błąd! Złapałam strasznego wirusa.

Pewnego roku pomyślałam, że nie będę zawracać sobie tym głowy. To był ogromny błąd! Złapałam okropną grypę. Od tamtej pory zawsze szczepię się co roku przeciwko grypie. Kilka lat temu

zdiagnozowano u mnie astmę i teraz szczepię się za darmo. Wcześniej musiałam za to płacić.

Uważam, że ważne jest, aby wszyscy szczepili się przeciwko grypie. Chronimy w ten sposób nie tylko siebie, ale także osoby wokół nas, które mogą mieć słabszy układ odpornościowy. Mój nieżyjący już partner miał [idiopatyczne włóknienie płuc \(IPF\)](#) i chorował na infekcje dróg oddechowych – dlatego ważne było, że oboje chroniliśmy się przed wirusami, żebym ja nie zaraziła go żadnym wirusem. Moja mama ma teraz ponad dziewięćdziesiąt lat i także łapie infekcje dróg oddechowych.

Dobrze jest zabezpieczyć się i wiedzieć, że to nie tylko dla ciebie, ale też dla osób wokół ciebie. W tym roku jeszcze ważniejsze jest, aby rozważyć szczepienie przeciwko grypie. Ja z pewnością się zaszczepię, tak samo jak moja mama, która potrzebuje ochrony.

Laura

Urodziłam się jako wcześniak i prawie zmarłam na [krztusiec](#) jako dziecko. Co roku chorowałam za zakażenia dróg oddechowych – aż zaczęłam być szczepiona przeciwko grypie 18 lat temu, gdy zostałam całodobową opiekunką mojego męża.

Gdy byłam opiekunką, mój lekarz rodzinny nalegał, abym szczepiła się przeciwko grypie w tym samym czasie, co mój mąż.

Gdy byłam opiekunką, mój lekarz rodzinny nalegał, abym szczepiła się przeciwko grypie w tym samym czasie, co mój mąż. Odkąd szczepię się, nie miałam infekcji dróg oddechowych.

Teraz mogę zostać zaszczepiona z powodu moich własnych schorzeń i uważam, że wszystkie osoby, którym proponowane jest szczepienie, powinny się zaszczepić. Pracowałam jako pielęgniarka, ale w tamtym czasie nie proponowano nam szczepień przeciwko grypie. Gdyby było inaczej, na pewno bym się szczepiła. Ważne jest, aby pracownicy ochrony zdrowia, którzy mają kontakt z tak wieloma członkami społeczeństwa, byli zabezpieczeni za pomocą szczepienia.

Myślę, że brak zrozumienia szczepień to jeden z powodów, przez które ludzie nie szczepią się przeciwko grypie. Z całego serca polecam szczepienia wszystkim, którzy mnie słuchają! W zeszłym roku przekonałam do szczepienia przeciwko grypie koleżankę, która miała ciągłe zakażenia dróg oddechowych. Ze względu na swoje schorzenia mogła zostać zaszczepiona, ale zawsze odkładała to, gdyż bała się zachorować na grypę. Po szczepieniu nie miała problemów i czuła się o wiele lepiej!

W tym roku NHS prowadzi największy program szczepień przeciwko grypie. Dowiedz się, czy [kwalifikujesz się do darmowego szczepienia przeciwko grypie](#) już dziś. Jeśli nie kwalifikujesz się do szczepienia za darmo, możesz za niewielką opłatą uzyskać szczepionkę w miejscowej aptece lub w punkcie obsługi aptecznej.