

# Griep- en pneumokokkenvaccinatie 2020

Op **maandag 2 november 2020** organiseert huisartsenpraktijk Donkerbroek de jaarlijkse griepcampagne in **Pro Rege** (Herenweg 72a, Donkerbroek). In verband met het coronavirus hebben we de vaccinaties opgesplitst in tijdvakken van een uur. Op uw uitnodiging staat aangegeven in welk tijdvak u welkom bent voor de griepvaccinatie en/of pneumokokkenvaccinatie. Wij verzoeken u dringend om u aan dit tijdvak te houden, anders kunnen wij de veiligheid rondom het coronavirus niet waarborgen. Mensen die dit jaar 73, 74, 75, 76, 77, 78 of 79 jaar worden of zijn geworden, krijgen ook een uitnodiging voor de pneumokokken vaccinatie.

## LET OP!:

- Blijf thuis en maak een nieuwe afspraak bij 1 of meer van deze klachten: verkoudheid, keelpijn, niezen, hoesten, moeilijk ademen, opeens niets meer ruiken of proeven, temperatuur boven 37,5 graden.
- Houd 1,5 meter afstand van anderen.
- Wij vragen u om een *eigen* mondkapje te dragen zodra u de priklocatie betreedt. Onze medewerkers zullen ook een mondkapje dragen.
- U krijgt de griep prik in uw linker bovenarm en de pneumokokkenvaccinatie in uw rechter bovenarm. Draag daarom kleren waarbij u gemakkelijk uw bovenarm bloot kunt maken. Uw jas en tas moet u bij u houden en mag niet op de kapstok gehangen worden.

## *Hoe werkt de griep prik?*

Griep wordt veroorzaakt door het griepvirus (RIVM, 2019). Er zijn veel verschillende soorten griepvirussen. De griep prik is een vaccin met verschillende soorten dode griepvirussen. Die dode virussen zijn onschadelijk. Griep kunt u alleen krijgen van levend virus. De griep prik zorgt ervoor het lichaam afweerstoffen aanmaakt tegen de griepvirussen die in de griep prik zitten. Twee weken na de griep prik heeft u genoeg afweerstoffen. Wordt u na deze twee weken besmet met één van de griepvirussen uit de griep prik, dan kunnen de afweerstoffen in uw lichaam het griepvirus onschadelijk maken. Hierdoor wordt u niet ziek, of, als u toch de griep krijgt, vaak minder ziek. De bescherming duurt meestal 6 maanden. Daarom is het belangrijk ieder jaar de griep prik te halen. Heeft u nog vragen over de griep of griepvaccinatie? Stel ze gerust aan één van de medewerkers van de huisartsenpraktijk.

## *Pneumokokkenvaccinatie (thuisarts, 2020)*

Pneumokokken zijn bacteriën. Vaak zitten ze in uw neus of keel, zonder dat u er ziek van wordt. Soms kunt u er wel erg ziek van worden. Bijvoorbeeld:

- Als u ouder bent. Uw afweer wordt slechter als u ouder wordt.
- Als u een zwakke gezondheid heeft. Bijvoorbeeld als u al ziek bent door iets anders, zoals griep. U kunt dan nog zieker worden door pneumokokken.

Ziektes die u kunt krijgen door pneumokokken zijn:

- longontsteking (komt het meest voor)
- oorontsteking
- bijholteontsteking
- bloedvergiftiging
- hersenvliesontsteking

Na zo'n ziekte duurt het vaak lang voordat u weer helemaal fit bent. Soms blijft uw gezondheid voor altijd zwakker.

Een prik tegen pneumokokken versterkt uw afweer. Na de prik is de kans kleiner dat u ziek wordt.

In de prik tegen pneumokokken zitten dode stukjes van deze bacterie. U wordt niet ziek van de dode stukjes.

Wel maakt u afweerstoffen. Wordt u later besmet met de bacterie? Dan herkent uw lichaam de bacterie. Uw lichaam kan dan sneller en beter afweerstoffen maken. De kans is dan kleiner dat u ziek wordt. De prik werkt ongeveer 5 jaar.

Er zijn veel soorten pneumokokken. De prik tegen pneumokokken beschermt tegen de 23 soorten die het meeste voorkomen.