

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Zbliża się grypa. Rozważ szczepienie!

Tylko 1 proc. dzieci w Polsce co roku szczepi się przeciwko grypie, a to grupa szczególnie narażona na tę chorobę. Szczepić też powinny się kobiety w ciąży, bo grypa grozi jej utratą lub komplikacjami. Sprawdź, czy wiesz, kto powinien się szczepić i dlaczego. O tej przenoszonej drogą kropelkową chorobie zakaźnej w Ogólnopolskim Dniu Profilaktyki Grypy, czyli 1 października, oraz szczepieniach mówili eksperci na konferencji prasowej

w Głównym Inspektoracie Sanitarnym (GIS).

Poinformowali, że w ostatnim sezonie epidemicznym na grypę i grypopodobne infekcje zachorowało w Polsce 4,5 mln osób; choroba w największym stopniu dotknęła najmłodszych.

Szczyt zachorowań na grypę przypada na miesiące od października do kwietnia. Wciąż jednak można i warto się zaszczepić. To najlepszy, choć nie dający 100 proc. gwarancji, sposób ochrony przed tą chorobą. Wbrew reklamom specyfików, które rzekomo mają podnosić odporność, przed wirusem grypy nie chronią.

Grypa i jej powikłania

Grypa jest chorobą wirusową. Najczęściej „ścina” nagle z nóg – chory niemal z minuty na minutę odczuwa dolegliwy ból mięśni i stawów i ma bardzo wysoką gorączkę. Jak czytamy w opublikowanym na portalu Medycyny Praktycznej artykule przeznaczonym dla specjalistów medycznych na temat grypy, katar i kaszel w grypie nie są nasilone (Ernest Kuchar, Jacek Mrukowicz, Andrzej Gładysz, Piotr Sawiec: Grypa, podręcznik, Medycyna Praktyczna, 2014).

Szczególnie groźne, to powikłania grypy:

- Zapalenie płuc
- Angina paciorkowcowa
- Zaostrzenie współistniejących chorób przewlekłych: astmy, choroby niedokrwiennej serca, zastoinowej choroby serca, cukrzycy i innych,
- Zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, zapalenie mięśnia sercowego, zapalenie osierdzia (rzadko)
- U kobiet w ciąży – poronienie, poród przedwczesny, zagrożenie życia płodu.

Autorzy wspomnianego artykułu podają, że w zależności od sezonu z powodu grypy umiera od jednej do pięciu osób na tysiąc, które zachorowały, przy czym odsetek zgonów jest dwukrotnie wyższy od powyższych w grupie seniorów.

Podczas konferencji w GIS podkreślono, że z powodu powikłań pogrypowych w zeszłym sezonie zanotowano 150 zgonów (w tym 78 zgonów osób starszych).

Dla kogo szczepionka przeciwko grypie

O ile nie ma indywidualnych przeciwwskazań, szczepionka zalecana jest każdemu, jednak są grupy osób, które w pierwszej kolejności powinny zgłosić się do lekarza z pytaniem, czy powinny zaszczepić się przeciwko grypie (w Polsce do szczepienia kwalifikować może wyłącznie lekarz po zbadaniu pacjenta).

To przede wszystkim osoby zagrożone szczególnie powikłaniami oraz/lub te, które są szczególnie narażone na zachorowanie, a zatem:

- Osoby w wieku powyżej 65. roku życia,
- Niezależnie od wieku wszyscy, którzy mają chorobę przewlekłą (np. astmę, nadciśnienie, cukrzycę, POCHP itd.)
- Kobiety w ciąży i planujące ciążę,
- Dzieci,

- Osoby, które pracują w dużych skupiskach ludzkich (np. pracownicy supermarketów),
- Personel medyczny,
- Osoby pracujące w oświacie,
- Osoby z najbliższego otoczenia chorego pacjenta, który nie może przyjąć szczepionki

Z grypą można trafić do szpitala

Szacuje się, że ryzyko hospitalizacji z powodu grypy na intensywnej terapii u kobiet w ciąży jest 10-krotnie większe niż przeciętne, u osób bardzo otyłych - 6-krotnie większe, u pacjentów z przewlekłą chorobą układu oddechowego (np. astma, POChP) - 3-krotnie większe.

- Wielka liczba Polaków ginie z powodu powikłań pogrypowych, szczególnie tych, którzy mają inne schorzenia, które kwalifikują do tego, by być bezwzględnie zaszczepionym - podkreślił na konferencji prasowej główny inspektor sanitarny Jarosław Pinkas.

Barbara Bałan z Warszawskiego Uniwersytetu Medycznego podkreśliła zaś, że przeciwwskazaniem do szczepienia najczęściej nie są wcale przewlekłe i ciężkie choroby. Na pewno szczepionki nie powinny przyjmować osoby z wysoką gorączką oraz uczulone na składniki preparatu.

Jak chronić się przed grypą

- Jeśli nie ma przeciwwskazań - zaszczepić się,
- Często myć ręce bieżącą wodą z mydłem,
- Unikać dużych skupisk ludzkich w sezonie grypowym,
- Stosować wyłącznie jednorazowe chusteczki,
- Nie pić z tego samego kubka, co inna/inne osoba/y.

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/29221.html>



23-06-2026

[Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#)

Dostawca szkoleń aptaskil przygotowuje wykwalifikowanych specjalistów.



22-06-2026

Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią

Opracowanie strategii leczenia nowotworów odpornych na terapię.



22-06-2026

Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny

Pojazd powstał z myślą o udziale w zawodach inżyniersko-wyścigowych.



22-06-2026

Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne

W badaniach uczestniczyły polskie ośrodki.



22-06-2026

Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego

Wśród ukraińskich uchodźców.



22-06-2026

Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii

Sfera ta rośnie szybciej niż wiedza o jej wpływie na ludzką seksualność.



22-06-2026

Przyjemnych snów życzy anestezjolog

Wystarczy przestrzegać protokołu znieczulenia.



22-06-2026

Za mało siedzenia także może szkodzić

Od lat lekarze i naukowcy powtarzają, że należy mniej siedzieć i więcej się ruszać.

Informacje dnia: [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania](#)

[nad terapią Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#) [Flexicon FPC50 w dydaktyce pracy laboratoryjnej](#) [Blisko 2,8 mln zł na badania nad terapią](#) [Studenci AGH zaprezentowali swój najnowszy bolid elektryczny](#) [Naukowcy sprawdzili, czy protony są wieczne](#) [Polska wśród krajów z najniższym poziomem stresu psychicznego](#) [Życie seksualne coraz częściej przenosi się do świata technologii](#)

Partnerzy