



# GRYPA 2020



## Zapobiegaj grypie: szczep się co roku

Ponieważ COVID-19 negatywnie wpływa również na życie naszego społeczeństwa, szczepionka przeciw grypie jest w tym roku ważniejsza niż kiedykolwiek dotąd. Influenza, zwana potocznie „grypą”, jest infekcją wirusową dróg oddechowych, która może powodować objawy bardzo podobne do objawów COVID-19.

**Każdy powyżej szóstego miesiąca życia powinien co roku zaszczepić się przeciwko grypie.**

Szczepionka przeciwko grypie jest dostępna w wielu lokalnych ośrodkach zdrowia, ośrodkach świadczących usługi w zakresie prywatnej służby zdrowia i aptekach w całym stanie Illinois. Skontaktuj się lekarzem pierwszego kontaktu lub poszukaj właściwego miejsca szczepień pod adresem: [vaccinefinder.org](https://vaccinefinder.org).

Większość osób, które zachorowały na gripę wraca do zdrowia w ciągu jednego – dwóch tygodni, ale u niektórych dochodzi do **poważnych i potencjalnie zagrażających życiu powikłań zdrowotnych**, takich jak zapalenie płuc.

Średnio, w ostatniej dekadzie w stanie Illinois odnotowano rocznie **3.5 tys. zgonów** powiązanych z gripą.

**10-20% Amerykanów** zaraża się gripą w sezonie grypowym, trwającym zazwyczaj od października do maja.

Każdego roku w związku z gripą w USA hospitalizowanych jest **ponad 200 tys.** osób.

### Objawy grypy to:

- Gorączka
- Bóle głowy
- Ekstremalne zmęczenie
- Suchy kaszel
- Ból gardła
- Katar
- Bóle mięśni
- Mogą również występować dolegliwości żołądkowe, takie jak: nudności, wymioty i biegunka, choć są bardziej powszechne u dzieci niż u dorosłych.

### Nadzwyczajne symptomy ostrzegawcze

Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z poniższych symptomów.

**U dzieci** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Przyspieszony oddech lub problemy z oddychaniem
- Sinienie skóry
- Odmawianie picia dostatecznej ilości płynów
- Ospałość lub braku interakcji
- Rozdrażnienie do tego stopnia, że dziecko nie chce być trzymane na rękach
- Gorączka z wysypką

**Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z powyższych symptomów.**

**U dorosłych** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Trudności w oddychaniu lub duszności
- Ból lub ucisk w klatce piersiowej lub brzuchu
- Nagłe zawroty głowy
- Dezorientacja
- Silne lub długotrwałe wymioty



# GRYPA 2020



## Zapobiegaj grypie: szczep się co roku

Ponieważ COVID-19 negatywnie wpływa również na życie naszego społeczeństwa, szczepionka przeciw grypie jest w tym roku ważniejsza niż kiedykolwiek dotąd. Influenza, zwana potocznie „grypą”, jest infekcją wirusową dróg oddechowych, która może powodować objawy bardzo podobne do objawów COVID-19.

**Każdy powyżej szóstego miesiąca życia powinien co roku zaszczepić się przeciwko grypie.**

Szczepionka przeciwko grypie jest dostępna w wielu lokalnych ośrodkach zdrowia, ośrodkach świadczących usługi w zakresie prywatnej służby zdrowia i aptekach w całym stanie Illinois. Skontaktuj się lekarzem pierwszego kontaktu lub poszukaj właściwego miejsca szczepień pod adresem: [vaccinefinder.org](https://vaccinefinder.org).

Większość osób, które zachorowały na gripę wraca do zdrowia w ciągu jednego – dwóch tygodni, ale u niektórych dochodzi do **poważnych i potencjalnie zagrażających życiu powikłań zdrowotnych**, takich jak zapalenie płuc.

Średnio, w ostatniej dekadzie w stanie Illinois odnotowano rocznie **3.5 tys. zgonów** powiązanych z gripą.

**10-20% Amerykanów** zaraża się gripą w sezonie grypowym, trwającym zazwyczaj od października do maja.

Każdego roku w związku z gripą w USA hospitalizowanych jest **ponad 200 tys.** osób.

### Objawy grypy to:

- Gorączka
- Bóle głowy
- Ekstremalne zmęczenie
- Suchy kaszel
- Ból gardła
- Katar
- Bóle mięśni
- Mogą również występować dolegliwości żołądkowe, takie jak: nudności, wymioty i biegunka, choć są bardziej powszechne u dzieci niż u dorosłych.

### Nadzwyczajne symptomy ostrzegawcze

Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z poniższych symptomów.

**U dzieci** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Przyspieszony oddech lub problemy z oddychaniem
- Sinienie skóry
- Odmawianie picia dostatecznej ilości płynów
- Ospałość lub braku interakcji
- Rozdrażnienie do tego stopnia, że dziecko nie chce być trzymane na rękach
- Gorączka z wysypką

**U dorosłych** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Trudności w oddychaniu lub duszności
- Ból lub ucisk w klatce piersiowej lub brzuchu
- Nagłe zawroty głowy
- Dezorientacja
- Silne lub długotrwałe wymioty

**Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z powyższych symptomów.**



# GRYPA 2020

## Zapobiegaj grypie: szczep się co roku

Ponieważ COVID-19 negatywnie wpływa również na życie naszego społeczeństwa, szczepionka przeciw grypie jest w tym roku ważniejsza niż kiedykolwiek dotąd. Influenza, zwana potocznie „grypą”, jest infekcją wirusową dróg oddechowych, która może powodować objawy bardzo podobne do objawów COVID-19.

**Każdy powyżej szóstego miesiąca życia powinien co roku zaszczepić się przeciwko grypie.**

Szczepionka przeciwko grypie jest dostępna w wielu lokalnych ośrodkach zdrowia, ośrodkach świadczących usługi w zakresie prywatnej służby zdrowia i aptekach w całym stanie Illinois. Skontaktuj się lekarzem pierwszego kontaktu lub poszukaj właściwego miejsca szczepień pod adresem: [vaccinefinder.org](https://vaccinefinder.org).

Większość osób, które zachorowały na gripę wraca do zdrowia w ciągu jednego – dwóch tygodni, ale u niektórych dochodzi do **poważnych i potencjalnie zagrażających życiu powikłań zdrowotnych**, takich jak zapalenie płuc.

Średnio, w ostatniej dekadzie w stanie Illinois odnotowano rocznie **3.5 tys. zgonów** powiązanych z gripą.

**10-20% Amerykanów** zaraża się gripą w sezonie grypowym, trwającym zazwyczaj od października do maja.

Każdego roku w związku z gripą w USA hospitalizowanych jest **ponad 200 tys.** osób.

### Objawy grypy to:

- Gorączka
- Bóle głowy
- Ekstremalne zmęczenie
- Suchy kaszel
- Ból gardła
- Katar
- Bóle mięśni
- Mogą również występować dolegliwości żołądkowe, takie jak: nudności, wymioty i biegunka, choć są bardziej powszechne u dzieci niż u dorosłych.

### Nadzwyczajne symptomy ostrzegawcze

Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z poniższych symptomów.

**U dzieci** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Przyspieszony oddech lub problemy z oddychaniem
- Sinienie skóry
- Odmawianie picia dostatecznej ilości płynów
- Ospałość lub braku interakcji
- Rozdrażnienie do tego stopnia, że dziecko nie chce być trzymane na rękach
- Gorączka z wysypką

**U dorosłych** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Trudności w oddychaniu lub duszności
- Ból lub ucisk w klatce piersiowej lub brzuchu
- Nagłe zawroty głowy
- Dezorientacja
- Silne lub długotrwałe wymioty

**Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z powyższych symptomów.**



# GRYPA 2020



## Zapobiegaj grypie: szczep się co roku

Ponieważ COVID-19 negatywnie wpływa również na życie naszego społeczeństwa, szczepionka przeciw grypie jest w tym roku ważniejsza niż kiedykolwiek dotąd. Influenza, zwana potocznie „grypą”, jest infekcją wirusową dróg oddechowych, która może powodować objawy bardzo podobne do objawów COVID-19.

**Każdy powyżej szóstego miesiąca życia powinien co roku zaszczepić się przeciwko grypie.**

Szczepionka przeciwko grypie jest dostępna w wielu lokalnych ośrodkach zdrowia, ośrodkach świadczących usługi w zakresie prywatnej służby zdrowia i aptekach w całym stanie Illinois. Skontaktuj się lekarzem pierwszego kontaktu lub poszukaj właściwego miejsca szczepień pod adresem: [vaccinefinder.org](https://vaccinefinder.org).

Większość osób, które zachorowały na gripę wraca do zdrowia w ciągu jednego – dwóch tygodni, ale u niektórych dochodzi do **poważnych i potencjalnie zagrażających życiu powikłań zdrowotnych**, takich jak zapalenie płuc.

Średnio, w ostatniej dekadzie w stanie Illinois odnotowano rocznie **3.5 tys. zgonów** powiązanych z gripą.

**10-20% Amerykanów** zaraża się gripą w sezonie grypowym, trwającym zazwyczaj od października do maja.

Każdego roku w związku z gripą w USA hospitalizowanych jest **ponad 200 tys.** osób.

### Objawy grypy to:

- Gorączka
- Bóle głowy
- Ekstremalne zmęczenie
- Suchy kaszel
- Ból gardła
- Katar
- Bóle mięśni
- Mogą również występować dolegliwości żołądkowe, takie jak: nudności, wymioty i biegunka, choć są bardziej powszechne u dzieci niż u dorosłych.

### Nadzwyczajne symptomy ostrzegawcze

Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z poniższych symptomów.

**U dzieci** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Przyspieszony oddech lub problemy z oddychaniem
- Sinienie skóry
- Odmawianie picia dostatecznej ilości płynów
- Ospałość lub braku interakcji
- Rozdrażnienie do tego stopnia, że dziecko nie chce być trzymane na rękach
- Gorączka z wysypką

**Poszukaj natychmiastowej opieki medycznej, jeśli u Ciebie lub kogoś, kogo znasz pojawi się któryś z powyższych symptomów.**

**U dorosłych** symptomami ostrzegawczymi wymagającymi natychmiastowej pomocy medycznej są:

- Trudności w oddychaniu lub duszności
- Ból lub ucisk w klatce piersiowej lub brzuchu
- Nagłe zawroty głowy
- Dezorientacja
- Silne lub długotrwałe wymioty