



## Influenssakausi alkaa – nyt on aika ottaa rokote!

### MIKSI KANNATTAA OTTAA ROKOTE?

- Suojaan itseäni vakavalta influenssamuodolta.
- Suojaan työ- ja toimintakykyäni.
- Suojaan riskiryhmäläisiä kuten alle kouluikäisiä lapsia ja raskaana olevia.

### Työterveyteesi kuuluu influenssarokote

Ajanvaraukseen pääset helposti joko [verkkoajanvarauksesta](#) tai Terveyssovelluksesta. Influenssarokotusajat ovat varattavissa verkkoajanvarauksessa, vaikka verkkoajanvaraus ei muilta osin olisi yrityksenne käytössä. Influenssarokote pitää ottaa joka vuosi ja se kannattaa ottaa hyvissä ajoin ennen influenssakauden alkua marras-joulukuussa, jotta rokotteen antama suoja ehtii kehittyä.

Terve työikäinen saattaa selvitä influenssasta viikossa, mutta perussairauksia sairastaville tauti voi olla vaarallinen. Rokote on paras keino torjua influenssaa ja sen jälkitauteja. Influenssa tarttuu toiseen jo silloin, kun sairastunut on vielä oireeton. Ota rokote ja pidetään huolta toisistamme!

### TIETOA ROKOTTEESTA

Rokote antaa kattavan suojan influenssaa vastaan. Influenssarokote on tehokas ja hyvin siedetty. Se on täsmärokote kunakin influenssakautena ja suoja kestää noin vuoden ajan. Rokote ei suojaa muilta virusinfektioilta. Rokotuksen jälkeen elimistön luontainen puolustusjärjestelmä tuottaa vasta-aineita tautia vastaan. Käytössämme on ns. nelivalenttinen rokote Fluarix Tetra, joka suojaa neljää rokotteen sisältämää viruskantaa vastaan noin 2–3 viikon kuluttua rokotuksen jälkeen. Kuten kaikki rokotteet, myös influenssarokote saattaa aiheuttaa sivuvaikutuksia, joista yleisimpiä ovat päänsärky, lihaskipu, huonovointisuus ja kipu pistoskohdassa. Joskus voi nousta myös lievä kuume. Oireet häviävät noin vuorokaudessa. Tarvittaessa niitä voi hoitaa tavallisilla kipu- ja kuumelääkkeillä.

Influenssarokotetta ei pistetä, jos on meneillään kuumeinen infektio. Rokotukseen ei voi tulla, mikäli on flunssan oireita. Kerro ennen rokotusta terveydenhoitajalle mahdollisista allergioistasi, perussairauksistasi ja aiemmista rokotteista saamistasi voimakkaita oireista. Rokotuksen jälkeen on hyvä pysytellä rokotuspaikalla tai sen lähistöllä 15 min mahdollisten sivuvaikutusten varalta. [Lue lisää rokotteesta.](#)