



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail: kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

PROFILAKTYKA GRYPY

Sezon 2024/2025

Warszawa, 2024



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) każdego roku na świecie na gripę choruje ok. 5 -10% osób dorosłych i **20-30% dzieci**. W ciągu roku rejestruje się 3 - 5 mln ostrych przypadków choroby, a **umiera 250 000 -500 000 osób**.





Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

Sezon grypowy trwa od
września do kwietnia. Szczyt
zachorowań przypada od
stycznia do marca.



Co roku w Polsce rejestruje się
nawet do kilku milionów
zachorowań na grypę!



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

GRYPA



WYSOKO ZARAŻLIWA CHOROBA
WIRUSOWA. OKRES WYLĘGANIA
WYNOSI 1-4 DNI (ŚREDNIO 1-2 DNI).



OBJAWY (POJAWIAJĄ SIĘ NAGLE)

- kaszel
- ból gardła
- katar
- wysoka gorączka powyżej 38°C
- dreszcze
- ból/szttywność mięśni
- ból głowy
- ból w klatce piersiowej
- złe samopoczucie
- brak łaknienia
- nudności
- wymioty



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

DROGI ZAKAŻENIA WIRUSEM GRYPY:

droga kropelkowa:
kaszel, wydychiwania
nosa, mówienie. W
jednej kropelce może
znaleźć się nawet **1 mln**
wirionów*

kontakt bezpośredni

**pośrednio, przez kontakt
ze skażoną
powierzchnią****

* *Cząstki wirusa grypy*

** *Wirus grypy może przetrwać do 2 dni na powierzchni!*



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

Przeziębienie

Przeziębienie jest wywoływane przez ponad 200 typów wirusów. Najczęściej są to Rhinowirusy (rynowirusy).



GRYPA, PRZEZIĘBIENIE CZY COVID-19?

	OBJAWY	GRYPA	COVID-19	PRZEZIĘBIENIE
→	Temperatura ciała Kaszel Katar Kichanie Ból głowy Ból mięśni Ból gardła Duszności Zaburzenia węchu i smaku Powikłania !	wysoka gorączka suchy, męczący rzadko brak bardzo często bardzo często rzadko brak rzadko występują !	wysoka gorączka suchy, duszący umiarkowanie rzadko często często rzadko bardzo często bardzo często występują	stan podgorączkowy mokry bardzo często bardzo często rzadko, bóle zatok rzadko bardzo często brak rzadko rzadko



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl



Refundacja szczepionek przeciw grypie w sezonie 2024/2025

Wskazanie refundacyjne	Influvac Tetra (we wstrzyknięciu)	Vaxigrip Tetra (we wstrzyknięciu)	Poziom refundacji
Dzieci 6 m.ż. - 18 r.ż.	+	+	bezpłatne
Kobiety w ciąży	+	+	bezpłatne
Osoby w wieku 18 - 64 lata wszyscy	+	+	50%
Osoby w wieku 65 +	+	+	bezpłatne



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

Szczepionki przeciw grypie (podawane we wstrzyknięciu) są bezpłatne:

– dla dzieci i młodzieży do ukończenia 18 lat. Dostępne szczepionki:
Influvac Tetra, Vaxigrip Tetra,

– dla dorosłych w wieku 65+ lat. Dostępne szczepionki:
Influvac Tetra, Vaxigrip Tetra,

– dla kobiet w ciąży. Dostępne szczepionki:
Influvac Tetra, Vaxigrip Tetra,

Szczepionki przeciw grypie w ramach 50% refundacji dostępne są:

– dorosłym w wieku 18-64 lata. Dostępne są szczepionki przeciw grypie: *Influvac Tetra, Vaxigrip Tetra.*



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

SKŁAD SZCZEPIONEK PRZECIW GRYPIE W SEZONIE 2024/2025:

Każdego roku dostępne są szczepionki przeciw grypie o zaktualizowanym składzie, ponieważ **wirus grypy charakteryzuje się wysoką zmiennością.**

A/Victoria/4897/2022 (H1N1)pdm09

A/Darwin/9/2021 (H3N2)

B/Austria/1359417/2021

B/Phuket/3073/2013



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

Kiedy się zaszczepić?

Szczepienia przeciw grypie można realizować w czasie trwania całego sezonu grypowego. Należy pamiętać, że czas potrzebny na wykształcenie odporności to ok. 2-3 tygodnie.



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

szczepienia 

Jak prowadzone są szczepienia przeciw grypie w sezonie 2024/2025?



- Szczepionki będą dostępne **w ramach refundacji:**
 - bezpłatnie osobom w wieku **65+**, dla **dzieci** w wieku **6 miesięcy-18 lat** oraz **kobietom w ciąży**,
 - z **50% refundacją** wszystkim dorosłym w wieku **18-64 lat**,
 - niektóre samorządy będą realizowały **bezpłatne programy szczepień seniorów**.
- Szczepienia będą wykonywane **w podmiotach leczniczych** (szczepienia dzieci i dorosłych) i **ogólnodostępnych aptekach** (szczepienia dorosłych).
- Badanie kwalifikacyjne przed szczepieniem osoby dorosłej może przeprowadzić: **lekarz, felczer, lekarz dentysta, pielęgniarka, położna, ratownik medyczny, fizjoterapeuta, diagnosta laboratoryjny oraz farmaceuta**.
- **Badanie kwalifikacyjne przed szczepieniem dziecka prowadzi: lekarz.**
- W każdej sytuacji przed wykonaniem szczepienia potrzebna jest **recepta**.
- Wykonanie szczepienia będzie odnotowane **w elektronicznej Karcie Szczepień**.

<https://szczepienia.pzh.gov.pl/szczepionki/grypa/?strona=9#jak-refundowane-sa-szczepionki-przeciw-grypie-w-sezonie-2024/2025>



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl



Grupy ryzyka



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

POWIKŁANIA GRYPY



zapalenie oskrzeli lub
zapalenie płuc



zapalenie zatok



zapalenie ucha
środkowego



niewydolność
krążenia



zapalenie opon
mózgowo-
rdzeniowych i mózgu



ZASZCZEP SIĘ
JUŻ DZIŚ

Szczepienia przeciw grypie

OSOBY POWYŻSZEJ 65 ROKU ŻYCIA JAKO GRUPA RYZYKA



1

dużo przypadków
zachorowań ze względu
na spadek odporności
z wiekiem

2

u 1/3 pacjentów w tej grupie
wiekowej dochodzi do trwałych
niepełnosprawności

3

nawet 80 % zgonów
z powodu grypy dotyczy
osób w wieku 65+



ZASZCZEP SIĘ
JUŻ DZIŚ

Szczepienia przeciw grypie

OSOBY Z CHOROBYMI PRZEWKLEKŁYMI



1

osoby z chorobami układu sercowo-
naczyniowego są narażone
3- krotnie bardziej na wystąpienie
zawału mięśnia sercowego
z powodu grypy

2

osoba z cukrzycą 6-krotnie
częściej wymaga hospitalizacji
z powodu grypy w porównaniu
z osobą zdrową

3

cukrzyca 3-krotnie
zwiększa ryzyko zgonu
z powodu grypy

NIE CZĘKAJ



ZASZCZEP SIĘ
JUŻ DZIŚ

Szczepienia przeciw grypie

KOBIETY W CIĄŻY I PLANUJĄCE CIĄŻĘ



1

Okolo 30% ciężarnych
chorych na grypę
wymaga hospitalizacji

2

prawie 10% hospitalizowanych
z powodu grypy kobiet w ciąży
wymaga leczenia na
oddziałach intensywnej opieki
medycznej

3

grypa może być przyczyną
ciężkich powikłań u płodu
i ciężarnej

NIE CZĘKAJ



ZASZCZEP SIĘ
JUŻ DZIŚ

Szczepienia przeciw grypie

DZIECI POWYŻEJ 6 MIESIĄCA ŻYCIA



1

Według WHO nawet 30 %
dzieci choruje w każdym
sezonie na gripę

2

niemowlęta tak samo jak
przewlekłe chore osoby starsze
wymagają hospitalizacji
z powody grypy

3

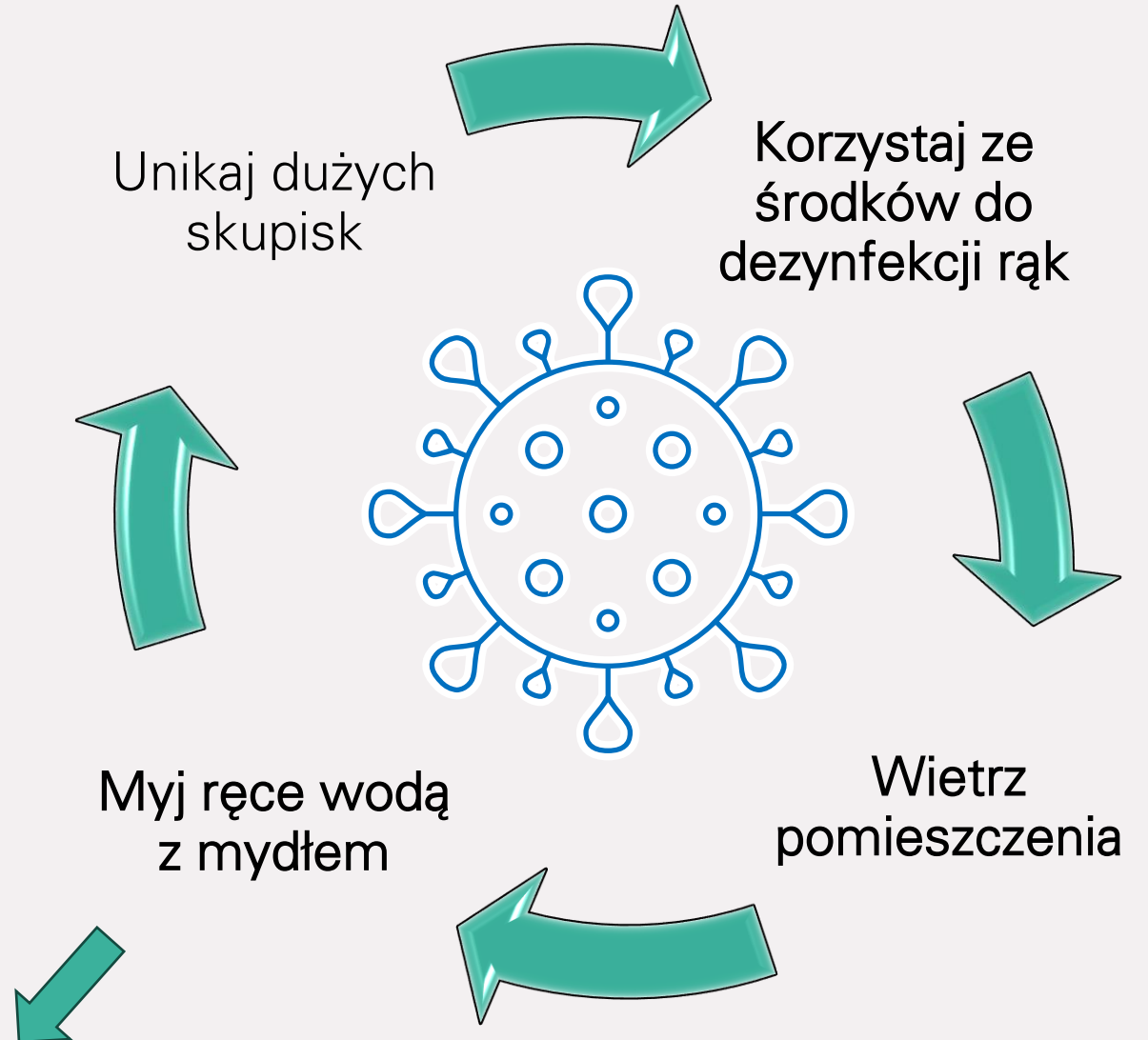
okres zakaźności u dziecka
jest 2-krotnie dłuższy niż
u osoby dorosłej

NIE CZEKAJ



Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

SEZON GRYPOWY:





Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl

REGULARNE MYCIE RĄK

- ✓ Zmniejsza ryzyko przeziębień o 21 %
- ✓ Zmniejsza liczbę infekcji powodujących biegunki o 31 %





Powiatowa Stacja Sanitarno-Epidemiologiczna w m.st. Warszawie
ul. Kochanowskiego 21, 01-864 Warszawa; tel: 22 310 79 00; e-mail:
kancelaria.psse.warszawa@sanepid.gov.pl.
Oddział Promocji Zdrowia, ul. Cyrulików 35;
Tel: 22 311-80 07-09; e-mail: ozp.psse.warszawa@sanepid.gov.pl



Dziękuję za uwagę

Katarzyna Pawłowska