



Skal jeg vaccineres?

Er du i øget risiko for et alvorligt forløb med covid-19 og influenza, anbefaler Sundhedsstyrelsen, at du bliver vaccineret.

Hvorfor anbefaler Sundhedsstyrelsen vaccination?

Vi går en efterårs- og vintersæson i møde, hvor vi forventer, at smitten med covid-19 og influenza igen vil stige.

Risikoen for alvorlig sygdom og indlæggelse med covid-19 og influenza stiger med alderen. Derfor anbefaler Sundhedsstyrelsen, at alle personer på 50 år og derover bliver vaccineret mod covid-19, og alle personer på 65 år og derover bliver vaccineret mod influenza. Langt de fleste yngre personer vil ikke være i risiko for et alvorligt sygdomsforløb. Der vil dog være nogle få yngre personer, som grundet sygdom eller særlige tilstande er i øget risiko. Derfor anbefaler Sundhedsstyrelsen vaccination fra 1. oktober til personer, der er i risiko for at få et alvorligt sygdomsforløb for at beskytte dem mod alvorlig sygdom, indlæggelse og død.

Anbefales du vaccination på grund af sygdom eller tilstand?

Mange, der lever med en sygdom, vil vide, at de er i øget risiko for et alvorligt forløb med covid-19 eller influenza, og at de derfor anbefales vaccination. Hvis du er i tvivl, kan nedenstående skema hjælpe dig. Du kan også tale med den læge, der behandler dig på sygehus, eller med din praktiserende læge.

Sygdom eller tilstand	Vaccination mod covid-19	Vaccination mod influenza
Kronisk lungesygdom eller påvirket respiration på grund af nedsat muskelkraft	●	●
Hjerte- og karsygdom undtagen velreguleret forhøjet blodtryk	●	●
Diabetes 1 eller 2 (sukkersyge)	●	●
Medfødt eller erhvervet immundefekt, inkl. organ- eller stamcelletransplantation	●	●
Kronisk nyre- eller leversygdom	●	●
Andre alvorlige sygdomme, hvor tilstanden ifølge lægens vurdering medfører en alvorlig sundhedsrisiko	●	●
Svær overvægt (BMI over 35)	●	●
Gravide	● hele graviditeten	● 2. og 3. trimester
Personer i samme husstand som personer med medfødt eller erhvervet immundefekt	●	●
Anbefaling kun for vaccination mod covid-19		
I behandling for kræftsygdom	●	
Svære mave-/tarmlidelser med påvirket almentilstand og betydelig nedsat ernæringstilstand	●	
Alvorlige neurologiske sygdomme	●	
Alvorlige reumatologiske sygdomme	●	
Svær psykisk sygdom og/eller svært misbrug	●	
Downs syndrom	●	
Anbefaling kun for vaccination mod influenza		
Førtidspensionister		●

Børn med visse alvorlige kroniske sygdomme kan også blive vaccineret. Er du forældre til et barn med en alvorlig kronisk sygdom, kan du tale med jeres læge om eventuel vaccination.

Hvordan bliver du vaccineret?

Du kan blive vaccineret fra 1. oktober. Hvis du tilbydes vaccination på baggrund af din sygdom eller tilstand og ikke din alder, modtager du **ikke** en invitation til vaccination. Du kan i stedet gøre følgende for at få en tid til vaccination:



1. Gå ind på www.vacciner.dk

- Bekræft, at du er i målgruppen for vaccination
- Book tid til vaccination

Hvis du er i tvivl, om du tilhører en gruppe, der anbefales vaccination, kan du udfylde et vejledende spørgeskema på www.vacciner.dk. Spørgeskemaet hjælper dig med at finde ud af, om vaccination er en god idé for dig.



2. Tal med din læge, som kan oprette et vaccinationsforløb til dig på www.vacciner.dk

- Herefter kan du selv bestille tid.
- I nogle tilfælde vil lægen kunne vaccinere med det samme.

Du kan altid få hjælp til at bestille tid til vaccination ved at ringe til din region. Du kan finde numrene **her**.

Afhængigt af hvor du bor, kan der også være andre steder, du kan blive vaccineret. Det kan fx være hos nogle praktiserende læger eller på udvalgte apoteker.

Har du spørgsmål?

Du kan også læse mere om efterårets vaccinationer på www.sst.dk/vaccination.

Selvom du er vaccineret, er der stadig en risiko for, at du kan bære smitte videre til andre. Vaccination og smitteforebyggende adfærd er det, der skal få os gennem vinteren. Derfor skal du fortsat følge Sundhedsstyrelsens smitteforebyggende råd.

Gode råd – gode vaner



1. Bliv hjemme

- Hvis du er syg eller har symptomer på sygdom



2. Vask hænder

- Eller brug håndsprit



3. Gør rent

- Særligt overflader som mange rører ved



4. Luft ud

- Og skab gennemtræk



5. Host og nys i ærmet