

i Goed om te weten

Is vaccinatie nog nuttig als je vroeger al gevaccineerd werd?

De covid- en griepvaccins beschermen je heel goed tegen de ziektes. Maar die **bescherming vermindert** na enkele maanden. Griep- en covidvaccins worden regelmatig aangepast aan de nieuwste virusvarianten die in omloop zijn. Daarom is het goed om je opnieuw te laten vaccineren in de herfst, nog voor covid en griep de ronde doen.

Hebben de vaccins bijwerkingen?

Omdat vaccins geneesmiddelen zijn, kunnen ze lichte bijwerkingen hebben:

- Op de plaats van de prik kun je **wat pijn, roodheid of een kleine zwelling** krijgen. Dat verdwijnt snel.
- Hoofdpijn en koorts kunnen soms voorkomen, maar duren maar een paar dagen.
- Laat je het griep- en het corona-vaccin op hetzelfde moment zetten? Dan kan het zijn dat je wat meer koorts of spierpijn hebt.

Heel zelden zijn er ernstigere bijwerkingen. Het risico daarop is veel kleiner dan het risico dat jij of iemand dicht bij jou ernstig ziek wordt omdat je niet gevaccineerd bent.

Is vaccinatie nog nuttig als je al griep of covid had, zelfs als je daar niet heel ziek van werd?

Hoewel je immuniteit door een eerdere infectie een boost heeft gekregen, blijft die bescherming niet voor altijd duren en kan deze onvoldoende zijn. En ook al werd je vroeger misschien niet heel ziek, toch kun je bij een volgende besmetting wel ernstig ziek worden. Daarom is het, vooral als je kwetsbaar bent of met kwetsbare mensen werkt, aanbevolen om je opnieuw te laten vaccineren.



Bescherm je extra met goede gewoontes

Je beschermt jezelf en je patiënten niet alleen door vaccinaties. Ook met een paar goede gewoontes vermijd je besmetting met griep of covid.



Was regelmatig je handen met water en zeep.



Hoest en nies je? Doe dat in een papieren zakdoek en werp die meteen weg. Geen zakdoek? Nies in je elleboog.



Ventileer de plaatsen waar je met veel mensen samen bent.



Ben je ziek? Blijf thuis. Moet je toch het openbaar vervoer nemen of op drukke plaatsen zijn? Draag dan een mondkapje.

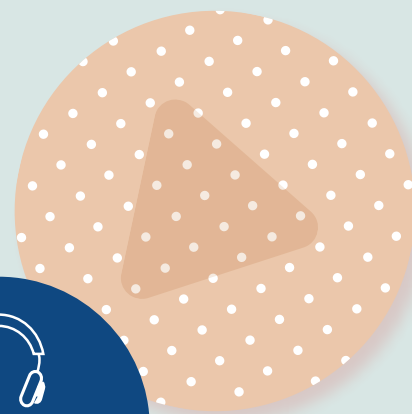
Beluister nu onze podcast 'Doorprikt - twijfels en vragen over vaccinaties beantwoord'

In deze podcast beantwoorden experts en dokters vragen zoals:

- Zijn vaccins wel veilig?
- Is het niet beter om een ziekte te krijgen dan je ertegen te vaccineren?
- Is vaccinatie alleen nodig bij verre reizen?



Luister naar Doorprikt via jouw favoriete podcast-app



v.l. Karine Moykens, Secretaris-Generaal, Departement Zorg, Simon Bolivarlaan 17, 1000 Brussel – juli 2024

Omdat virussen geen plaats hebben in jouw team.



Vlaanderen
is zorgzaam en gezond samenleven



Vaccineren? **Jij** weet waarom.

MEER WETEN OVER VACCINATIES?

Je arts is je beste raadgever.

www.allesovervaccineren.be

DEPARTEMENT
ZORG

MEER INFO OP
allesovervaccineren.be

Als zorgverlener heb je 4 goede redenen om je elke herfst tegen griep en covid te laten vaccineren.

1 Omdat je je patiënten wil beschermen

De patiënten die je verzorgt en met wie je in contact komt, zijn vaak extra kwetsbaar voor griep en covid. Door je te laten vaccineren, verklein je de kans dat je ze besmet en zwaar ziek maakt.

2 Omdat je jezelf wil beschermen

Ben je gezond? Dan genees je meestal vanzelf van griep of covid. Maar soms kun je toch zwaar ziek worden. Vaccinaties beschermen je daartegen.

3 Omdat je er wil staan voor je patiënten en collega's

Word je in het herfst- of winterseizoen ziek door griep of covid? Dan kan het zijn dat je een tijd niet kunt komen werken. Je collega's worden dan extra belast en je patiënten moeten je goede zorgen missen.

4 Omdat je je familie en collega's wil beschermen*

Met deze vaccinaties bescherm je ook je eigen omgeving.

* Voor het griepvaccin zijn de bewijzen duidelijk: **door je te laten vaccineren, verklein je het risico dat je andere mensen besmet.** Bij het covidvaccin neemt de bescherming tegen besmetting en overdracht snel af. Toch raden we ook dat vaccin aan, omdat je zo het risico zo klein mogelijk houdt dat je het virus overdraagt op de kwetsbaarste mensen.

Wie is het gevoeligst voor griep en covid?

Behoren jouw patiënten tot een van de volgende doelgroepen? Informeer hen dan over het belang van een vaccinatie.

GRIEP- ÉN COVIDVACCINATIE

- Mensen van 65 jaar of ouder.
- Mensen die lang in een zorgvoorziening zoals een woonzorgcentrum verblijven.
- Mensen met een onderliggend gezondheidsprobleem zoals een long-, hart-, lever- of nieraandoening of met een metabole aandoening zoals diabetes.
- Mensen met een immuunstoornis of die samenwonen met iemand met een immuunstoornis.
- Mensen met obesitas (BMI \geq 40).

GRIEPVACCINATIE

- Mensen die samenwonen met kinderen jonger dan 6 maanden van wie de moeder niet gevaccineerd is tegen griep tijdens haar zwangerschap.
- Mensen die samenwonen met iemand met een onderliggend gezondheidsprobleem.
- Zwangere vrouwen.



Voor zwangere vrouwen kan ook een covidvaccinatie nuttig zijn in overleg met de arts of gynaecoloog.

Ook wie niet tot die groepen behoort, kan zich laten vaccineren.

Praktisch



Wanneer laat je je vaccineren?



Waar laat je je vaccineren?

Het is belangrijk dat je je in de herfst **op tijd** laat vaccineren.

- **covidvaccinatie:** het best vóór eind oktober
- **griepvaccinatie:** vanaf midden oktober.

Er bestaat nog geen vaccin dat je beschermt tegen griep én covid. Je moet 2 vaccins laten zetten, maar dat kan **op hetzelfde moment**. Je arts of apotheker zet ze wel op verschillende plaatsen. Bijvoorbeeld in elke arm 1 vaccin.

Werk je in een ziekenhuis of zorgvoorziening? Dan kun je de griep- en covidvaccins laten toedienen op de **arbeidsgeneeskundige dienst van je werk**.

Je kunt ook een afspraak maken bij je **huisarts of apotheker**.

