

**Sei sicuro di fare il possibile per difenderti?**



**Hai pensato alla vaccinazione?**

**È una malattia seria**

Ogni anno l'influenza colpisce tra il 5 e il 15% della popolazione. La maggior parte dei casi si risolve senza complicazioni ma per alcune persone può diventare una malattia grave

**Le persone a più alto rischio sono gli anziani e le persone di qualsiasi età che presentano una delle seguenti condizioni:**

- Asma e altre malattie respiratorie
- Diabete
- Malattie cardiache
- Malattie renali
- Malattie epatiche
- Malattie metaboliche
- Diminuite difese immunitarie (da malattie o terapie)

**Quali sono le complicazioni dell'influenza?**

Polmonite, otite, sinusite, disidratazione e peggioramento di malattie croniche preesistenti come asma o diabete.

Nelle persone anziane la malattia potrebbe contribuire all'insorgenza di attacchi cardiaci o ictus.

## Cosa si può fare per proteggersi dall'influenza?



La vaccinazione riduce il rischio di ammalarsi di influenza. L'efficacia del vaccino varia da un anno all'altro a seconda di quali virus circolano durante l'inverno



Lavarsi frequentemente le mani



Coprirsi bocca e naso quando si tossisce o starnutisce



Utilizzare fazzoletti usa e getta



Stare a casa se si presentano i sintomi dell'influenza

### Quando vaccinarsi?

A partire dal mese di novembre presso il medico di famiglia o il Servizio vaccinale della ASL di competenza

### Perché è necessaria la vaccinazione ogni anno?

I virus influenzali cambiano frequentemente e ogni anno possono comparire virus nuovi

**Vaccinarsi ogni anno è la misura preventiva più efficace contro l'influenza**