

Zeven misverstanden over de griepprik

1. **Ik krijg griep van de prik.** Er zit geen levend virus in het vaccin dus u kunt er geen griep van krijgen. Soms treedt er een kortdurende reactie op met spierpijn en lichte verhoging.
2. **Ik krijg toch nooit griep.** Iedereen kan griep krijgen. De kans om griep te krijgen is gemiddeld 10%. Na de griepprik is de kans gemiddeld 2%.
3. **Griep is niet zo erg, dat overleef ik wel.** Echte griep is een forse virusinfectie. Bij ouderen en mensen met een chronische ziekte kan de griep tot ernstige complicaties leiden. Bij milde symptomen is er vaak sprake van een ander virus. Er wordt dan gesproken van 'een griepje' terwijl het geen griep is.
4. **Het helpt toch niet.** Elk jaar wordt er zo goed mogelijk ingeschat welke griepvirus-mix er in het vaccin komt. Het ene jaar zal het vaccin dus effectiever zijn dan het andere. Gemiddeld wordt de kans dat u ziek wordt fors verminderd wanneer u een griepprik neemt.
5. **Het vaccin is niet veilig.** Dit is onzin. De wetenschappelijke literatuur hierover is duidelijk. Het vaccin is veilig. Natuurlijk komen overgevoelighedsreacties voor en milde reacties. Dat geldt voor elk vaccin. Er zijn nog nooit schadelijke effecten voor de lang termijn gevonden.
6. **Ik geloof niet in het griepvaccin.** Geloof is er voor die situaties waarbij er geen bewijs is. Het is inmiddels voldoende wetenschappelijk bewijs dat het griepvaccin veilig is en de kans op griep verkleint.
7. **Ik werk in de zorg maar ben gezond. Dan hoeft het dus niet.** De gezondheidsraad adviseert werkers in de zorg die met kwetsbare patiënten in aanraking (kunnen) komen om een griepprik te nemen. Het gaat dus niet alleen om je eigen gezondheid maar ook om die van de patiënt.
 - a. De kans op besmetting als je met patiënten werkt (die mogelijk griep hebben) is niet ondenkbeeldig
 - b. Als je het zelf ergens anders oploopt kun je patiënten en collega's besmetten; je kunt besmettelijk zijn terwijl je (nog) geen symptomen hebt
 - c. Griep kan leiden tot aanzienlijk ziekteverzuim