



National Institute for Public Health
and the Environment
Ministry of Health, Welfare and Sport

Jesienna seria szczepień przeciwko COVID-19

Szczepienie przeciw COVID-19 zapewnia dodatkową ochronę przed ciężkim przebiegiem choroby

**Od 15 września do 5 grudnia
możesz otrzymać szczepienie
przeciw COVID-19**



Osoby narażone na ciężki przebieg choroby wywołanej koronawirusem mogą tej jesieni skorzystać ze szczepienia przeciw COVID-19. Pomaga ono lepiej chronić przed ciężkim przebiegiem COVID-19, który mógłby prowadzić do hospitalizacji lub śmierci. Jest to ważne, ponieważ wirus nadal występuje i może ponownie się rozprzestrzeniać.

Osoby, które mogą otrzymać szczepienie przeciw COVID-19

- osoby w wieku 60 lat i starsze;
- osoby od 50. do 59. roku życia, które co roku otrzymują zaproszenie na szczepienie przeciw grypie;
- dorośli i dzieci z grup wysokiego ryzyka (np. osoby z poważnymi zaburzeniami odporności);
- pracownicy opieki zdrowotnej mający bezpośredni kontakt z pacjentami z grup wysokiego ryzyka.

Szczepienie przeciw COVID-19 jest również dostępne dla niektórych osób spoza wyżej wymienionych grup, na przykład dla członków rodzin osób z grup wysokiego ryzyka lub dla osób, którym lekarz zalecił szczepienie.

Zaproszenie lub umówienie się na wizytę

- Jeśli masz 60 lat lub więcej, od 25 sierpnia możesz spodziewać się listu z zaproszeniem od RIVM (Narodowy Instytut Zdrowia i Środowiska).
- Jeśli jesteś w wieku od 50 lat do 59 lat i co roku otrzymujesz zaproszenie na szczepienie przeciw grypie albo pracujesz w opiece zdrowotnej, nie otrzymasz listu z zaproszeniem. Możesz samodzielnie umówić się na wizytę w GGD (gminnej placówce służby zdrowia) przez stronę planjeprik.nl lub w godzinach pracy pod numerem telefonu **0800 7070**.

Szczepienie przeciw COVID-19 będzie dostępne w GGD od 15 września 2025 r. do 5 grudnia 2025 r.

Dlaczego należy ponownie szczepić się przeciw COVID-19?

Koronawirus nadal istnieje i może ponownie się rozprzestrzenić. Szczepienie przeciw COVID-19 zapewnia lepszą ochronę przed ciężkim przebiegiem choroby wywołanej tym wirusem.

Warto wiedzieć

- Otrzymasz szczepionkę mRNA firmy BioNTech/Pfizer. Szczepionka jest bezpieczna i dobrze chroni przed poważnym zachorowaniem na COVID.
- Szczepienie jest bezpłatne.
- To Ty decydujesz, czy chcesz się zaszczepić.

Szczepienie może powodować działania niepożądane

Również po szczepieniu przeciw COVID-19 mogą wystąpić działania niepożądane. Są one normalną reakcją organizmu na szczepionkę. Oznacza to, że Twoje ciało buduje odporność przeciw koronawirusowi.

Najczęściej występujące dolegliwości to:

- ból w miejscu wstrzyknięcia;
- ból głowy;
- zmęczenie;
- ból mięśni;
- gorączka.

Objawy te utrzymują się zazwyczaj od 1 do 3 dni. Poważne działania niepożądane są bardzo rzadkie. W przypadku jakichkolwiek obaw dotyczących zdrowia zawsze kontaktuj się z lekarzem prowadzącym lub lekarzem rodzinnym.

Jeśli po szczepieniu odczuwasz dolegliwości, które nie należą do łagodnych czy krótkotrwałych działań niepożądanych, zgłoś to w Lareb na stronie www.lareb.nl.



Chroń osoby, których zdrowie jest najbardziej narażone

Infekcje dróg oddechowych są często wywoływane przez wirusa grypy, koronawirusa lub wirus przeziębienia. Dlatego jeśli przechodzisz infekcję dróg oddechowych, zachowaj szczególną ostrożność w kontakcie z osobami, których zdrowie jest najbardziej narażone. Masz objawy typowe dla infekcji dróg oddechowych, takie jak kaszel, kichanie, ból gardła i katar?

- Lepiej pozostań w domu w czasie choroby.
- W przypadku łagodnego zachorowania ustal z pracodawcą, czy możesz pracować z domu.
- Jeśli odczuwasz dolegliwości, unikaj kontaktu fizycznego z osobami, które mogą poważnie zachorować wskutek infekcji dróg oddechowych. Jeśli kontakt fizyczny jest konieczny, zakładaj масечkę. Tak może być podczas opieki nad kimś.
- Kiedy kaszlesz i kichasz, zakryj twarz w zgięciu łokcia oraz często i dokładnie myj ręce wodą i mydłem, nawet jeśli nie masz objawów.
- Zadbaj o odpowiednią wentylację pomieszczeń.



Chcesz wiedzieć więcej?



Wejdź na:
rivm.nl/coronaprik

Published by:

**National Institute for Public Health
and the Environment, RIVM**

P.O. Box 1 | 3720 BA Bilthoven The Netherlands
www.rivm.nl/en

August 2025

Committed to health and sustainability