

La **GRIP** i el **REFREDAT** estan causats per **VIRUS DIFERENTS**, tot i que circulen durant la **MATEIXA ÈPOCA DE L'ANY** i que tots dos afecten a les **VIES RESPIRATÒRIES**.

### refredat

- » Poca febre, mal de cap (a vegades), congestió i secreció nasal, mal de gola, esternuts, tos freqüent i irritant, ulls plorosos, cansament.
- » No causa complicacions greus.
- » Alguns símptomes es poden allargar unes setmanes

### grip

- » Inici brusc, febre alta (39 - 40 °C) durant 3 - 5 dies, mal de cap, dolor muscular/articular intens, esgarrifances, pèrdua de la gana, esgotament, tos seca, ulls irritats.
- » Infants: a més, poden tenir diarrea, nàusees i vòmits.

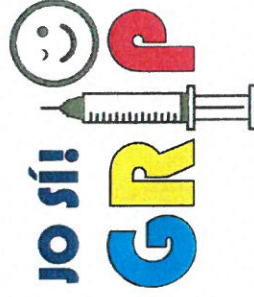
### a qui afecten les complicacions greus?

- » Persones grans,
- » Persones de qualsevol edat que pateixen malalties cròniques (cardiovascular, diabetis, respiratòries...),
- » Embarassades.

### quines són les complicacions clíniques greus?

- » Pneumònia (infecció dels pulmons).
- » Coinfecció bacteriana (infecció del virus de la grip i d'un bacteri al mateix temps).
- » Fracàs multiorgànic (es veu afectat el funcionament de dos o més òrgans del cos).
- » En l'epidèmia de grip de 2017-18:
  - A Catalunya es van atendre **144.294 persones** amb diagnòstic de grip.
  - Es van hospitalitzar **1.298 persones** per complicacions greus relacionades amb la grip.
  - A l'Estat espanyol, van morir **961 persones** per complicacions greus relacionades amb la grip.

hi participen



**PER MI I PER TOTS**



Servei Català de la Salut  
Regió Sanitària  
Catalunya Central



Insititut Català de la Salut  
Gerència Territorial  
Catalunya Central

[ics.gencat.cat](http://ics.gencat.cat)

Gerència Territorial Catalunya Central

teniu la informació  
adequada?

Malaltia i  
vacuna  
contra la  
grip

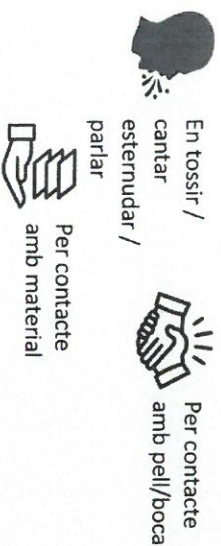


Generalitat de Catalunya  
Departament de Salut

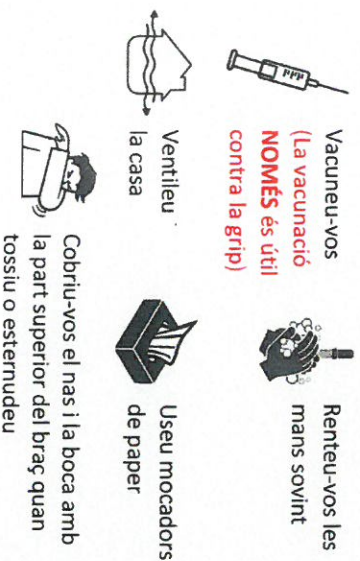
Insititut Català  
de la Salut



## com es contagien la grip i el refredat?



## com podeu evitar el contagi?



## què podeu fer?

- » **NO** prengueu antibiòtics.
- » Feu repòs i beveu molts líquids. Els analgèsics i antitèrmics (**paracetamol**), us ajuden a alleujar les molèsties.
- » Si teniu algun d'aquests símptomes: la febre alta us dura més de 4 dies, us ofeguen, teniu vòmits o us supuren les orelles, consulteu-los amb els professionals del vostre centre d'atenció primària o truquen al 061.

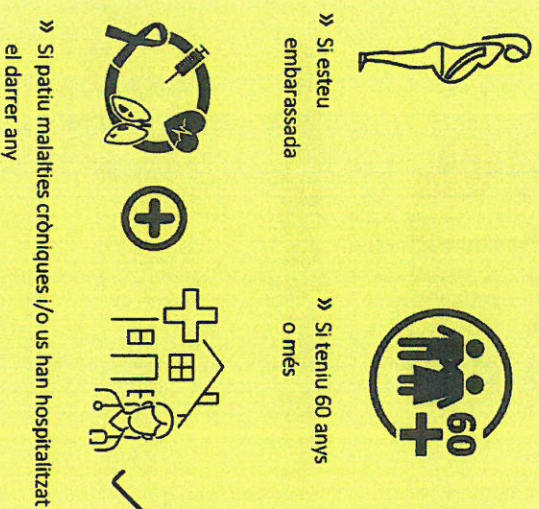
» Més informació:

<http://canalsalut.gencat.cat/ca/salut-a-z/B/grip/grip/>

## la vacuna contra la grip

- » La vacuna NO us pot causar la grip.
- » La vacuna és com una "entrenadora personal" del sistema immunitari. Si us vacuneu, entreneu el cos (fabriqueu anticossos) per lluitar ràpidament contra els virus quan us infecten.
- » El risc d'infecció es pot reduir entre un 70 i un 20%.
- » En conseqüència, pot evitar que emmalalti o que si agafeu la grip sigui més fluixa.
- » La vacuna es posa a la tardor, abans que comenci la temporada de grip, i la protecció de la vacuna dura tot el període.

## us recomanem la vacuna



La grip pot arribar a ser una malaltia greu. En canvi, els símptomes de la vacuna són lleus.

Símptomes adversos i complicacions

Durada

### VACUNA

- » Habituals: dolor, vermellor i inflor en el punt d'injecció.
- » Ocasionalment: febre (que pot ser alta en infants), fatiga, dolor muscular.

» 1-2 dies

### GRIP

- » Febre alta (39-40°C), mal de cap, dolor muscular/articular intens, esgarrifances, pèrdua de la gana, esgotament, tos seca, ulls irritats, inflamació dels bronquïols (en infants).
- » Pneumònia, infecció orel·la/sinus, inflamació del cor, empitjorament de malaltia crònica, hospitalització, mort.

» 3 setmanes