



Koppseting fyri vetrarbeinkrím

Mælt verður til, at fólk við varandi sjúku – ella av øðrum orsøkum eru í vanda fyri at gerast álvarsliga sjúk av beinkrími, lata seg koppseta fyri vetrarbeinkrím skjótast til ber

Set teg í samband við tín egna lækna og spyr, um tú eigur at koppsetast, um tú hoyrir til ein av hesum bólkum:

Tú hevur eina av hesum varandi sjúkum:

- Niðursett lungnavirkni
astma
- Hjartasjúku
- Sukursjúku
- Niðursetta immunverju
- Livur- og nýrasvignan
- Ovurfiti (vegleiðandi BMI yvir 40)
- Barnakonur frá 13. barnsurðarviku
- Húsfólk hjá sjúklingum við nógv niðursettari immunverju
- Aðrar varandi sjúkur, har støðan eftir meting frá læknanum viðførir, at beinkrím hevur við sær álvarsligan heilsuvanda

Koppsetingin verjir tey flestu

Koppsetingin verjir bæði fyri vanligum beinkrími og fyri nýggjari influensu A (H1N1).

Koppsetingin fyri beinkrími verjir tey flestu, men ikki øll.

Tað ber til at fáa beinkrím, hóast tú er koppsett/-ur, men sjúkugongdin verður oftast mildari.

Góð ráð

Beinkrím smittar gjøgnum smáar dropar frá hosta, njósa og tílíkum. Sjúkan spjaðir seg, um tú andar inn droparnar og síðan nemur við eygu, nøs ella munn.

- Hosta og njósa í einnýtis-lummaturriklaði, savna tey í einum afturlatnum posa, til tey verða burturbeind. Ella hosta og njósa í ermuna – ikki í hendurnar.
- Vaska hendurnar gjølla
- Verð heima, um tú ert sjúk/-ur – til tú hevur verið fepurfrí/-ur í eitt samdøgur.

Meiri kunning fæst við á heimasíðunum hjá Heilsumálaráðnum (www.hmr.fo), danska Heilsustýrinum og Statens Serum Institut (www.ssi.dk).