

# Zaštitite se ove zime od COVID-19 i gripe

Zima često donosi više zaraza od respiratornih virusa. Ove zime, zaštitite se tako da ažurirate svoje COVID-19 cijepljenje i primite cjepivo protiv gripe.

## Zašto su važna COVID-19 cjepiva i cjepiva protiv gripe?

Hladnije vrijeme koje stiže sa zimom može olakšati da se zarazite respiratornim virusima, kao što su COVID-19 i gripa.

Ažuriranjem svog COVID-19 cijepljenja povećavate svoju zaštitu protiv COVID-19 zaraze na dulje razdoblje. Cjepivo protiv gripe je najbolji način da se zaštitite od gripe i prenošenja zaraze na druge.

Bezopasno je ako istodobno primite svoje COVID-19 cjepivo i cjepivo protiv gripe.

## Što je zimska doza COVID-19 cjepiva i tko bi je trebao primiti?

Zimska doza COVID-19 cjepiva se preporučuje nekim osobama u Australiji, kojima prijete veći rizik od dobivanja teškog COVID-19 oboljenja.



Svoju zimsku COVID-19 dozu biste trebali primiti ako:

- Imate 65 i više godina
- Stanujete u objektima za njegu starijih ili za invalide
- Imate 16 i više godina, ako ste teško imunokompromitirani
- Ako ste Aboridžanin ili Torres Strait otočanin i imate 50 i više godina.

Svoju zimsku dozu možete primiti ako je prošlo najmanje 4 mjeseca od Vaše prve booster doze.

Ako niste izloženi povećanom riziku od teškog COVID-19 oboljenja, Vaš primarni niz od 2 doze i booster doze pruža izvrsnu COVID-19 zaštitu.

## Što ako sam već imao/la COVID-19?

Ako Vam je test na COVID-19 bio pozitivan, preporučuje se da pričekate 3 mjeseca prije nego što primite sljedeću dozu COVID-19 cjepiva.

## Što se savjetuje trudnicama?

Zaraza COVID-19 virusom i gripom može biti opasna za žene koje su trudne i za njihove nerođene bebe.

Primanje COVID-19 cjepiva i cjepiva protiv gripe u trudnoći je najbolji način da se novorođenčad i trudnice zaštite od gripe, COVID-19 i drugih komplikacija koje im mogu naškoditi.

## Cjepivo protiv gripe je besplatno za:

- Djecu od 6 mjeseci do ispod 5 godina
- Trudnice u bilo kojem stupnju trudnoće
- Osobe od 65 i više godina
- Osobe od 6 mjeseci i više, koje imaju neke bolesti koje znače da im prijete veći rizik od teškog oboljenja
- Aboridžane i Torres Strait otočane od 6 mjeseci i više.

## Budite sigurni ove zime

Možete pomoći u zaustavljanju širenja virusa ove zime time što redovito perete ruke i prekrijete usta kad kašljete i kišete. Možete odlučiti i da nosite masku kad se ne možete fizički udaljiti od drugih.

Možete pomoći u zaustavljanju širenja virusa ove zime i time da ostanete kod kuće kad ste bolesni.

## Zakažite odmah

Zakažite svoje COVID-19 booster cijepljenje ili cijepljenje protiv gripe već danas, kod svog liječnika ili u participirajućim ljekarnama.

Za više informacija, posjetite [health.gov.au](https://health.gov.au) ili nazovite Nacionalni broj za koronavirus pomoć (National Coronavirus Helpline) na **1800 020 080**. Izaberite opciju 8 za besplatne usluge tumača.



Australian Government

**COVID-19**  
VACCINATION