

1) Ποια είναι τα οφέλη του εμβολιασμού;

Τα εμβόλια κατά της COVID-19 μάς προστατεύουν επειδή προκαλούν ανοσιακή απόκριση στον ιό SARS-CoV-2, στον οποίο οφείλεται η νόσος COVID-19. Αυτή η ανοσία βοηθά τον οργανισμό σας να καταπολεμήσει τον ιό, εάν εκτεθείτε σε αυτόν, πράγμα που σημαίνει επίσης ότι προστατεύετε τους γύρω σας. Εάν έχετε εμβολιαστεί, μειώνεται σημαντικά ο κίνδυνος να μολύνετε άλλους. Αυτό είναι ιδιαίτερα σημαντικό για όσους διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να νοσήσουν σοβαρά με COVID-19, όπως είναι οι υγειονομικοί, τα άτομα μεγάλης ηλικίας και τα άτομα με υποκείμενα νοσήματα¹.

Με βάση τα όσα γνωρίζουμε σήμερα, η ανοσία κατά της COVID-19 διαρκεί τουλάχιστον 6-8 μήνες μετά τον εμβολιασμό. Ακόμη κι αν έχετε εμβολιαστεί απομένει μια μικρή πιθανότητα να κολλήσετε COVID-19, αφού κανένα εμβόλιο δεν παρέχει 100% προστασία. Έτσι, είναι σημαντικό να συνεχίσετε να λαμβάνετε όλα τα μέτρα δημόσιας υγείας, όπως η τήρηση αποστάσεων στις κοινωνικές επαφές, η χρήση μάσκας και το συχνό πλύσιμο των χεριών. Όταν εμβολιαστεί μεγάλο μέρος του πληθυσμού (περίπου 70-85%), θα αναπτυχθεί ανοσία κατά της COVID-19 στην κοινότητα².

2) Ποιοι πρέπει/δεν πρέπει να εμβολιαστούν;

Προς το παρόν, ο στόχος της Ελληνικής Εθνικής Εκστρατείας για τον εμβολιασμό κατά της νόσου COVID-19 είναι να εμβολιαστούν όλα τα άτομα ηλικίας άνω των 18 ετών. Οι επαγγελματίες της υγείας μπορούν να συμβουλευθούν καλύτερα τους πολίτες σχετικά με το αν θα πρέπει ή όχι να λάβουν το εμβόλιο της COVID-19. Άτομα με ιστορικό θρόμβωσης ή σοβαρών αλλεργιών θα πρέπει πρώτα να συμβουλευτούν ιατρό.

Δεν υπάρχουν στοιχεία που να υποδεικνύουν ότι το εμβόλιο της COVID-19 έχει οποιαδήποτε επίδραση στην πιθανότητα να μείνετε έγκυος. Δεν υπάρχει ανάγκη να αποφύγετε την εγκυμοσύνη μετά τον εμβολιασμό.

Με βάση τα διαθέσιμα στοιχεία, τα άτομα με σοβαρές αλλεργικές αντιδράσεις σε οποιοδήποτε συστατικό του εμβολίου της COVID-19 θα πρέπει γενικά να αποκλείονται από τον εμβολιασμό κατά της COVID-19 για την αποφυγή πιθανών ανεπιθύμητων ενεργειών. Σε περίπτωση που έχετε οποιαδήποτε αλλεργία σε φάρμακα, αναφέρετέ το στο ιατρικό προσωπικό προτού εμβολιαστείτε. Εάν νοσήτε τώρα από COVID-19, ή εμφανίζετε συμπτώματά της, μπορείτε να εμβολιαστείτε μόλις τα πρωτογενή σας συμπτώματα εξαφανιστούν.

Πρέπει να εμβολιαστώ, εάν έχω νοσήσει από COVID-19;

Ακόμη και αν έχετε ήδη περάσει COVID-19, θα έπρεπε να εμβολιαστείτε όταν σας προταθεί. Η προστασία που αποκτάται μετά τη νόσηση από COVID-19 διαφέρει από άτομο σε άτομο και δεν είναι σαφές πόσο μπορεί να διαρκέσει η ανοσία μετά τη φυσική μόλυνση³.

3) Πώς μπορώ να εμβολιαστώ, αν το επιθυμώ;

Το εθνικό σχέδιο εμβολιασμού προβλέπει τον εμβολιασμό όλων των ατόμων ηλικίας άνω των 18 ετών. Τα εμβόλια είναι δωρεάν για όλους. Οι εμβολιασμοί οργανώνονται ανάλογα με την ηλικιακή ομάδα, το επάγγελμα (λ.χ. εργαζόμενοι πρώτης γραμμής στο σύστημα υγείας), ή την ένταξη σε ομάδα με συγκεκριμένα υποκείμενα προβλήματα υγείας. Σταδιακά ανακοινώνονται νέες ομάδες, επιλέξιμες για εμβολιασμό. Μπορείτε να κλείσετε ραντεβού

¹ ΠΟΥ Οφέλη του εμβολιασμού, [https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-\(covid-19\)-vaccines](https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-(covid-19)-vaccines)

² Βλ. <https://emvolio.gov.gr/syxnes-erotiseis>

³ ΠΟΥ Θα έπρεπε να εμβολιαστώ αν κολλήσω COVID-19 [https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-\(covid-19\)-vaccines](https://www.who.int/news-room/q-a-detail/coronavirus-disease-(covid-19)-vaccines)

για εμβολιασμό μόνο όταν η ηλικιακή σας ομάδα έχει ανακοινωθεί ως επιλέξιμη. Επί του παρόντος, επιλέξιμοι είναι όλοι όσοι έχουν ηλικία άνω των 30 ετών. Θα έχετε τη δυνατότητα να επιλέξετε την ώρα και την ημερομηνία για το(τα) ραντεβού εμβολιασμού. Θα λάβετε ένα γραπτό μήνυμα επιβεβαίωσης μόλις κλείσετε το ραντεβού.

Μπορείτε να ελέγξετε αν ανήκετε στις ομάδες που είναι ήδη επιλέξιμες για εμβολιασμό:

- Πληκτρολογώντας τον ΑΜΚΑ (Αριθμός Μητρώου Κοινωνικής Ασφάλισης) και τον ΑΦΜ (Αριθμός Φορολογικού Μητρώου) ή το επώνυμό σας σε αυτόν τον σύνδεσμο.
- Μπορείτε επίσης να επικοινωνήσετε με το πλησιέστερο ΚΕΠ ή φαρμακείο για να ελέγξετε αν είστε επιλέξιμος(η) για εμβολιασμό.
- Μπορείτε να ελέγξετε μέσω SMS αν ανήκετε στην πληθυσμιακή ομάδα που μπορεί να εμβολιαστεί αυτή τη στιγμή, στέλνοντας ένα γραπτό μήνυμα (SMS) στο 13034, με τη μορφή: ΑΜΚΑ [διάστημα] Επώνυμο.

Για να προγραμματίσετε ραντεβού:

Ο κυριότερος τρόπος για να εμβολιαστείτε στην Ελλάδα είναι να προγραμματίσετε ραντεβού, είτε σε ένα Κέντρο Εξυπηρέτησης Πολιτών (ΚΕΠ), ή σε ένα φαρμακείο, ή μέσω της κρατικής πλατφόρμας εμβολιασμού εδώ: <https://emvolio.gov.gr/>. Δεν θα χρειαστεί να πληρώσετε, καθώς το εμβόλιο της COVID-19 είναι δωρεάν για όλους στην Ελλάδα.

- Εάν διαθέτετε ΑΜΚΑ ή ΠΑΑΥΠΑ και έχετε επιβεβαιώσει ότι ανήκετε στις ομάδες που έχουν πρόσβαση στον εμβολιασμό, μπορείτε να κλείσετε ραντεβού σε **φαρμακείο** ή σε **ΚΕΠ**. Το μόνο που χρειάζεται, είναι να έχετε μαζί σας τον ΑΜΚΑ ή τον ΠΑΑΥΠΑ.
- Εάν διαθέτετε ΑΜΚΑ ή ΠΑΑΥΠΑ, καθώς επίσης και Αριθμό Φορολογικού Μητρώου (ΑΦΜ) με όνομα χρήστη και κωδικό πρόσβασης στο TAXISnet, μπορείτε να προγραμματίσετε το ραντεβού σας για εμβολιασμό μέσω της πλατφόρμας <https://emvolio.gov.gr/>.
- Εάν δεν διαθέτετε ΑΜΚΑ ή ΠΑΑΥΠΑ θα μπορείτε να αποκτήσετε προσωρινό αριθμό ΑΜΚΑ (ΠΑΜΚΑ), προκειμένου να εμβολιαστείτε. Σύντομα θα δοθούν περισσότερες πληροφορίες από την κυβέρνηση, που θα εξηγούν πώς μπορείτε να αποκτήσετε ΠΑΜΚΑ. Εάν χρειάζεστε βοήθεια, μπορείτε να στείλετε μήνυμα στη [σελίδα του Refugee Info στο Facebook](#).

***** Η κυβέρνηση ανακοίνωσε ότι θα υπάρξει ειδικό σχέδιο εμβολιασμού για τους αιτούντες άσυλο που διαμένουν στα Κέντρα Υποδοχής και Ταυτοποίησης (ΚΥΤ) στα νησιά, καθώς και στα Κέντρα Υποδοχής στην ηπειρωτική χώρα. Περισσότερες πληροφορίες αναμένονται τις επόμενες ημέρες. *****

4) Δεν διαθέτω ΑΜΚΑ/ΠΑΑΥΠΑ ή/και ΑΦΜ, μπορώ να εμβολιαστώ;

Ναι! Περισσότερες πληροφορίες για το πώς μπορείτε να εμβολιαστείτε χωρίς ΑΜΚΑ ή ΠΑΑΥΠΑ θα δοθούν σύντομα. Παρακαλούμε ρωτήστε έναν κοινωνικό λειτουργό, ή στείλτε μήνυμα στη [σελίδα του Refugee Info στο Facebook](#).

5) Τα εμβόλια κατά της COVID-19, είναι ασφαλή;

Τα εμβόλια κατά της COVID-19 είναι ασφαλή και θα σας βοηθήσουν να αποφύγετε την εκδήλωση σοβαρής νόσου COVID-19, που συμπεριλαμβάνει τη νοσηλεία και τον θάνατο. Υπάρχουν αυστηρές προστατευτικές διατάξεις που συμβάλλουν στη διασφάλιση της ασφάλειας όλων των εμβολίων κατά της COVID-19. Οι απαιτήσεις ασφαλείας για τα

εμβόλια της COVID-19 είναι οι ίδιες με εκείνες που ισχύουν για οποιοδήποτε άλλο εμβόλιο στην Ευρωπαϊκή Ένωση. Οι διαδικασίες διαπίστωσης της ασφάλειας και της αποτελεσματικότητας δεν παρακάμφθηκαν με την ταχεία διανομή των εμβολίων της COVID-19. Προτού εγκριθεί από τις διεθνείς ιατρικές αρχές, αυτές της Ευρωπαϊκής Ένωσης (ΕΕ) καθώς και τις εθνικές αντίστοιχες, το εμβόλιο κάθε τύπου που σας παρέχεται θα έχει υποβληθεί σε πολύ αυστηρές κλινικές μελέτες για να είναι βέβαιο ότι είναι **ασφαλές και αποτελεσματικό, καθώς και κατάλληλο για τον εμβολιασμό όλων.**

Μέχρι στιγμής, περισσότερα από τρία εκατομμύρια άνθρωποι έχουν λάβει εμβόλιο COVID-19 στην Ελλάδα και ένα δισεκατομμύριο έχουν λάβει την πρώτη δόση παγκοσμίως, οι δε αναφορές σοβαρών παρενεργειών, όπως για αλλεργικές αντιδράσεις ή προβλήματα πήκτικότητας του αίματος, ήταν πολύ σπάνιες. Όλοι μας διατρέχουμε κίνδυνο μόλυνσης από τον κορωνοϊό, κι αυτός ο κίνδυνος είναι μεγαλύτερος από τον κίνδυνο αυτών των πολύ σπάνιων συμβάντων. Όπως συμβαίνει με όλα τα εμβόλια, η χρήση των εμβολίων COVID-19 εξακολουθεί να παρακολουθείται στενά, ώστε να παραμένει ασφαλής για όλους όσοι τα λαμβάνουν.

6) Τα εμβόλια κατά της COVID-19, προκαλούν παρενέργειες;

Όπως κάθε εμβόλιο, έτσι και τα εμβόλια κατά της COVID-19 μπορεί να προκαλέσουν παρενέργειες, οι περισσότερες των οποίων είναι ήπιες ή μέτριες και υποχωρούν μέσα σε λίγες ημέρες. Κάποιοι δεν εμφανίζουν καμία παρενέργεια. Άλλοι έχουν αναφέρει κοινές παρενέργειες όπως: οίδημα, ερυθρότητα και πόνο γύρω από το σημείο της ένεσης, πυρετό, πονοκέφαλο, κόπωση, μυϊκό πόνο, ρίγη και ναυτία. Το ιατρικό προσωπικό θα σας ζητήσει να περιμένετε 15-30 λεπτά μετά τον εμβολιασμό, προκειμένου να ελεγχθεί η αντίδρασή σας.

Η εμφάνιση παρενεργειών μετά τον εμβολιασμό σημαίνει ότι το εμβόλιο δημιουργεί προστασία στον οργανισμό σας (ανοσία) και λειτουργεί. Εάν τα συμπτώματα επιδεινωθούν ή έχετε ανησυχία, συνιστάται να συμβουλευτείτε ιατρό ή υγειονομικό προσωπικό, ώστε να τα αξιολογήσουν. Οι αντιδράσεις των εμβολίων ελέγχονται διαρκώς από τις αρμόδιες αρχές εμπειρογνομόνων παγκοσμίως για τον εντοπισμό τυχόν επαναλαμβανόμενων ή νέων παρενεργειών. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ο πολύ χαμηλός κίνδυνος παρενεργειών έναντι του οφέλους της προστασίας από τον ιό της COVID-19.

Μακροπρόθεσμες παρενέργειες

Οι ανεπιθύμητες ενέργειες εμφανίζονται συνήθως εντός των πρώτων ημερών από τη λήψη του εμβολίου της COVID-19. Σοβαρές παρενέργειες που προκαλούν μακροχρόνια προβλήματα υγείας είναι πολύ απίθανες. Όλα τα εμβόλια, συμπεριλαμβανομένου κάθε εμβολίου της COVID-19, ελέγχονται κλινικά για παρενέργειες για μια παρατεταμένη περίοδο, προτού το εμβόλιο ελεγχθεί περαιτέρω και εγκριθεί για ευρύτερη διανομή.

Ποιο εμβόλιο πρέπει να κάνω;

Θα πρέπει να κάνετε το εμβόλιο που σας προσφέρεται. Κάθε εμβόλιο που διανέμεται πληροί τα πρότυπα ασφάλειας και αποτελεσματικότητας.

7) Μπορούμε να σταματήσουμε να λαμβάνουμε προφυλάξεις μετά τον εμβολιασμό;

Η πλήρης προστασία από τη νόσο COVID-19 μέσω του εμβολίου παρέχεται περίπου 21 ημέρες μετά τη δεύτερη δόση (για τα περισσότερα εμβόλια) ή την εφάπαξ δόση (μόνο για το εμβόλιο Johnson & Johnson). Προτού παρέλθει αυτό το διάστημα, είναι ακόμη δυνατόν

να κολλήσετε τον ιό, επομένως είναι σημαντικό να τηρείτε τα μέτρα απόστασης στις κοινωνικές επαφές, τόσο μεταξύ των δόσεων του εμβολίου, όσο και μετά τον εμβολιασμό σας.

Ακόμη και μετά τις 21 ημέρες, το εμβόλιο της COVID-19 θα πρέπει να σας προστατεύει από το να νοσήσετε, αλλά δεν θα σας εμποδίζει απαραίτητα να μολύνετε άλλους. Μπορεί να απαιτηθεί κάποιο χρονικό διάστημα μέχρι να εμβολιαστούν όλοι, επομένως, είναι σημαντικό να συνεχίσετε να τηρείτε τα προληπτικά μέτρα κατά της COVID-19 (μάσκες, υγιεινή, αποστάσεις). Κατά τη διάρκεια του χειμώνα, οπότε οι άνθρωποι έχουν την τάση να περνούν περισσότερο χρόνο σε εσωτερικούς χώρους, είναι καλό να υπάρχει ροή αέρα, για παράδειγμα ανοίγοντας συχνά τα παράθυρα.

8) Πού μπορώ να βρω περισσότερες πληροφορίες/βοήθεια;

Πληροφορίες σχετικά με τη νόσο COVID-19 και τους εμβολιασμούς διατίθενται από διάφορες πηγές, οι περισσότερες από τις οποίες παρατίθενται παρακάτω:

- Ιστότοποι:
 - Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας <https://eody.gov.gr/en/covid-19/> | Ιστότοπος διαθέσιμος στα Ελληνικά και στα Αγγλικά
 - Εθνική εκστρατεία εμβολιασμού <https://emvolio.gov.gr/>
 - Ιστότοπος παροχής βοήθειας της Ύπατης Αρμοστείας του ΟΗΕ για τους Πρόσφυγες: <https://help.unhcr.org/greece/>
 - Refugee.Info: <https://www.refugee.info/greece> | Ιστότοπος διαθέσιμος στα Αγγλικά, Γαλλικά, Αραβικά, Φαρσί, Ουρντού
- Γραμμές βοήθειας:
 - Εθνικός Οργανισμός Δημόσιας Υγείας (ΕΟΔΥ): +30 2105212000, ή 1135 | Διαθέσιμη στα Ελληνικά και στα Αγγλικά 24/7.
 - Refugee.Info Facebook Messenger <https://www.refugee.info/greece> | Διαθέσιμη στα Αγγλικά, Γαλλικά, Αραβικά, Φαρσί, Ουρντού
 - Ελληνικός Ερυθρός Σταυρός (ΕΕΣ) - Πολυδύναμο Κέντρο (MFC): +302105140440 (σταθερό) ή +306934724893 (WhatsApp/Viber), Δευτ. - Παρ., 9 π.μ. - 8 μ.μ. | Διαθέσιμη στα Ελληνικά, Αγγλικά, Αραβικά, Φαρσί/Νταρί, Παστού, Ρωσικά, Γαλλικά, Σουαχίλι, Κινιάρουάντα, Κιρούντι, Τουρκικά, Ουρντού, Μαντίνγκο, Μαλίνκε, Σουσού, Φούλα και Κισί.
 - Γραμμή Βοήθειας του Ελληνικού Συμβουλίου για τους Πρόσφυγες (GCR): δείτε τα ωράρια λειτουργίας εδώ: https://www.gcr.gr/media/k2/attachments/GCR_HELPLINE_ENGLISH.pdf
- Με προσωπική παρουσία⁴:
 - Ανοικτά κέντρα φιλοξενίας και ΚΥΤ: προσωπικό πεδίου του ΕΟΔΥ.

9) Πώς αντιμετωπίζονται η παραπληροφόρηση και οι φήμες;

Υπάρχουν πολλές φήμες και μύθοι γύρω από τα εμβόλια και την COVID-19. Προτού αξιολογήσετε πληροφορίες για τα εμβόλια στο Διαδίκτυο, ελέγξτε ότι οι πληροφορίες αυτές προέρχονται από αξιόπιστη πηγή και ότι ενημερώνονται τακτικά. Για να σας βοηθήσει να τις εντοπίσετε, ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) έχει εξετάσει και πιστοποιήσει διάφορους ιστοτόπους διεθνώς, οι οποίοι παρέχουν μόνο πληροφορίες βασισμένες σε αξιόπιστα επιστημονικά στοιχεία και σε ανεξάρτητες αξιολογήσεις από κορυφαίους τεχνικούς εμπειρογνώμονες. Όλοι αυτοί οι ιστοτόποι είναι μέλη του [Δικτύου Ασφαλείας Εμβολίων \(Vaccine Safety Net\)](#).

⁴ Μπορείτε να απευθυνθείτε στον ιατρό σας ή σε οποιονδήποτε εξειδικευμένο ιατρό διαθέσιμο κοντά στον τόπο διαμονής σας.