

# Griepvaccinaties: zin en onzin

**Oktober en november zijn de maanden waarin de uitnodiging voor de grieprik weer bij velen op de deurmat valt. Voor het 3<sup>e</sup> jaar wordt ook het pneumokokkenvaccin aangeboden, dit jaar aan mensen die geboren zijn in de periode van 1953 t/m 1956. De prikken kunnen apart of tegelijkertijd worden gegeven. Weet u dat vaccineren in Nederland een keuze én een eigen verantwoordelijkheid is? De farmaceutische industrie geeft geen garantie en wijst elke verantwoordelijkheid bij vaccinatieschade af. Lees daarom altijd de bijsluiter(s) voordat u een keuze maakt!**

Griep is een virusinfectie die in vele varianten voorkomt. De klassieke vorm van griep wordt veroorzaakt door het influenzavirus. Maar er zijn meer dan 200 stammen van meer dan 20 verschillende virussoorten, die ook allemaal griepachtige verschijnselen kunnen geven. Bij veel mensen worden griepklachten niet veroorzaakt door het influenzavirus.

Griep is een veel voorkomende en meestal mild verlopende infectieziekte voor mensen met een goed afweersysteem.

Het op een natuurlijke wijze doormaken van de griep is voor de meeste mensen niet risicovol. Een natuurlijk doorgemaakte ziekte versterkt het eigen immuunsysteem. Ook op de lange termijn.

Daarom is voor mensen met een goed afweersysteem de grieprik onnodig. De effectiviteit van de grieprik is voor deze groep niet bewezen terwijl de bijwerkingen mogelijk erger zijn dan op een natuurlijke wijze de griep doormaken. Voor iedereen en met name bij verminderde weerstand vormen gezonde voeding, leefstijl en eventueel aanvullende supplementen als vitamine C en D een belangrijke ondersteuning van de afweer. Hierdoor neemt de kans op complicaties bij een infectie of na vaccinatie af.

Op de website van het RIVM is te lezen dat: *"Meestal genezen mensen binnen een paar dagen vanzelf. De winst van behandeling is dus maar klein."* <https://www.rivm.nl/griep-grieprik/zorg>

De onderstaande studie toont aan dat de grieprik het risico op aandoening veroorzaakt door het Coronavirus met 36% doet toenemen: [Pentagon Study: Flu Shot Raises Risk of Coronavirus by 36% \(and Other Supporting Studies\)](#) • [Children's Health Defense \(childrenshealthdefense.org\)](#)

Er zijn meer alternatieven voorhanden om de weerstand te versterken en om mogelijke bijwerkingen van een grieprik te verminderen, of terug te draaien.

Op de website van de NVKP vindt u uitgebreide informatie én de bijsluiters in het griepdossier. <https://www.nvkp.nl/ziekten-en-vaccins/overzicht/griep/> en het pneumokokkenn-dossier: <https://www.nvkp.nl/ziekten-en-vaccins/overzicht/pneumokokken/>

*'Voor permanente bescherming tegen griep neemt u vitamine C, voor een acute aanval vitamine A.'*

- Dr. Linus Pauling -

## Griepvaccin

Ook dit jaar is gebruik gemaakt van vier meest waarschijnlijk voorkomende influenzavirus-stammen. Dit blijft een gok; het circulerende virus kan ook ontbreken in het griepvaccin.

## Gebruikte vaccins 2022/2023

- Influvac Tetra 2022/2023
- Vaxigrip Tetra 2022

## Lees altijd eerst de bijsluiter!

### Inhoudsstoffen Influvac en Vaxigrip

kaliumchloride, kaliumdiwaterstoffosfaat, dinatriumfosfaatdihydraat, natriumchloride, calciumchloridedihydraat, magnesiumchloride-hexahydraat en water voor injecties.

Sporen van: kippeneieren (ovalbumine, kippeneiwitten), formaldehyde (kankerverwekkend), cetyltrimethylammonium bromide, polysorbaat 80 en/of gentamicine.

### Pneumokokkenvaccin

Er zijn meer dan 90 typen pneumokokken. In het pneumokokkenvaccin zitten de 23 meest voorkomende typen pneumokokken.

Het vaccin, als dit al zou beschermen, bestrijkt dus niet alle varianten.

## Lees de bijsluiter van Pneumovac23

\* Het vermelden in de bijsluiter van alle adjuvants (toegevoegde stoffen) is niet langer verplicht!

Meldt bijwerkingen bij Bijwerkingencentrum Lareb: [www.lareb.nl](http://www.lareb.nl)