



С 10 января по 19 января
проходит городской декадник
на тему:

**«ПРИВИВКА - САМЫЙ
НАДЕЖНЫЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ
НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ
ИНФЕКЦИИ COVID-19».**

«ПРИВИВКА - САМЫЙ НАДЕЖНЫЙ СПОСОБ ЗАЩИТЫ ОТ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ COVID-19».

Памятка для населения

Прививка - самый надежный способ защитить себя и своих близких от тяжелого течения Covid-19. Учитывая динамику распространения коронавируса, рано или поздно инфекцию подхватит каждый, так что лучше заранее подготовить к ней свой организм и обеспечить себе иммунную защиту - хотя бы частично.

Известно, что коронавирус особенно опасен для людей, уже имеющих какое-либо хроническое заболевание: у них может начаться аутоиммунная реакция (когда вместо чужеродного вируса организм начинает атаковать собственные здоровые клетки) и высок риск развития осложнений.

Поэтому особенно настойчиво рекомендуют как можно скорее привиться тем, у кого есть проблемы с легкими или бронхами, сердечно-сосудистые заболевания и диабет - однако предварительно нужно в обязательном порядке проконсультироваться с врачом.

Вопреки расхожему мнению, заболеть от укола вакцины нельзя: в ней нет вирусных частиц, способных к размножению. В зависимости от типа препарата там содержится либо инактивированный вирус (самая традиционная технология прививки), либо фрагмент его генетического кода (векторные вакцины), либо искусственно созданные белки (пептидные).

В любом случае они не в состоянии проникнуть внутрь клеток и спровоцировать развитие инфекции. Люди, утверждающие, что заболели в результате прививки, могли заразиться в процессе вакцинации (в транспорте по дороге, в очереди на укол и т.п.), но не в результате введения вакцины.

Не нужно забывать, что даже здоровые люди, переболевшие Covid-19, могут переносить и распространять вирус. Поэтому меры предосторожности - прежде всего ношение маски и дистанцирование - нужно соблюдать не только до и вовремя, но и после прививки.

Есть, но - если не считать противопоказаний - их сравнительно немного.

Прививку не рекомендуется делать людям, у которых есть любые хронические заболевания, находящиеся в стадии обострения (включая онкобольных), или любая другая острая инфекция в активной форме (повышенная температура - достаточный, но не обязательный признак наличия в организме воспаления).

Прием некоторых гормональных препаратов снижает эффективность вакцинации, но не препятствует ей.

Если накануне или за пару дней до дня вакцинации вы почувствовали себя неважно - по любой причине, - прививку лучше отложить.

В случае обострения хронических заболеваний вакцинироваться рекомендуют не раньше, чем через две недели после выздоровления или ремиссии. Если есть



возможность, лучше выждать месяц. А еще лучше проконсультироваться по этому поводу с лечащим врачом.

Что нужно делать после прививки?

Что можно, а что нельзя?

После введения вакцины какое-то время нужно провести под наблюдением врачей - на всякий случай, чтобы исключить возможность опасной аллергической реакции. Однако даже после этого лучше не садиться за руль до конца дня.

Остальные рекомендации также практически не отличаются от тех, что врачи дают после любой прививки. Один-два дня лучше не мочить и не тереть место инъекции, на несколько дней нужно снизить физические (а по возможности и эмоциональные) нагрузки. И в целом не забывать о том, что временно ваш организм может быть немного ослаблен: избегать переохлаждения или перегревания (скажем, в бане или сауне), а также продуктов, которые могут вызвать аллергическую реакцию.

Какие побочные эффекты возможны?

Большинство людей переносят прививку без особых симптомов: возможна легкая слабость, боль, покраснение или припухлость в месте укола, легкий дискомфорт в мышцах, иногда повышение температуры, гораздо реже - легкий озноб, тошнота, возможно небольшое увеличение лимфоузлов.

Всё это - абсолютно нормальные реакции при формировании иммунитета. Опасности для окружающих в это время вакцинированный не представляет.

Температуру до 38 градусов советуют не сбивать. Если она поднялась выше, можно принять жаропонижающее, которое вы обычно используете при простуде, лучше всего парацетамол. В редких случаях лихорадка может продолжаться два-три дня.



Единственная эффективная защита от COVID-19 — вакцинация. Защитите себя и своих близких — сделайте прививку!