

## «Поставьте гриппу барьер!»

(типовая статья о противогриппозной вакцинации)

Наступает осень. Обычно, с приходом похолодания и дождливой погоды, в конце осени начинается сезонный подъем заболеваемости ОРВИ, гриппом.

В предстоящем эпидемическом сезоне, по информации Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), прогнозируется подъем заболеваемости гриппом и ОРВИ средней (умеренной) интенсивности. Будет преобладать циркуляция вирусов гриппа А (H<sub>3</sub>N<sub>2</sub>) и пандемического H<sub>1</sub>N<sub>1</sub>), а также В, преимущественно Викторианской разновидности.

Подъем заболеваемости прогнозируется в конце ноября. Вакцинация от гриппа – это наиболее эффективная мера борьбы с гриппом. Вакцинация позволяет снизить риск заболеваний и осложнений, а также заболеваемость в обществе в целом.

Современные противогриппозные вакцины инактивированные, субъединичные, не содержат «живой» вирус и относятся к наиболее безопасным и эффективным.

Конец сентября – начало октября – идеальный момент, чтобы привиться от гриппа. Главное – успеть сделать прививку до начала эпидемии: для выработки иммунитета организму потребуется 2 недели. Пик активности иммунитета против вирусов гриппа достигается к четвертой неделе после прививки, а дальше он постепенно начинает снижаться.

### Что нужно знать о вакцине?

- Вакцины стимулируют образование в организме человека антител против вируса гриппа.
- Вирусы все время мутируют (меняются). Имеет смысл прививаться каждый год.
- Вакцина должна быть изготовлена в 2011г. и содержать штаммы, рекомендованные ВОЗ. Это штаммы вирусов А (H<sub>3</sub> N<sub>2</sub>), А(H<sub>1</sub>N<sub>1</sub>) и вируса В. Что касается цены, то импортные вакцины – дороже, а отечественные – дешевле.
- Весь спектр противогриппозных вакцин прошел регистрацию в России и разрешен к применению.
- Чтобы избежать аллергии, за день до вакцинации, посоветовавшись с врачом, начните принимать противоаллергический препарат.
- Прививка снижает вероятность заражения гриппом на 80-95%.
- Сама по себе вакцинация полезна всем, вне зависимости от возраста. Среди пожилых людей она сокращает заболеваемость гриппом на 60%, а смертность от гриппа – на 70-80%.
- При высокой противогриппозной эффективности (85-95%) введение вакцины может снизить как затраты на лечение, так и потери производительности труда из-за заболеваемости гриппом.

Если после вакцинации человек все же заболеет, болезнь пройдет быстрее и легче, без тяжелых осложнений на легкие, сердце, сосуды, суставы и почки.

### Кому нельзя делать прививку?

- Тем, у кого есть аллергия на куриный белок (вакцина выращивается на куриных эмбрионах).
- Перенесшим в прошлом тяжелую аллергическую реакцию на вакцинацию.
- Страдающим обострением какого-либо хронического заболевания перед прививкой следует проконсультироваться у своего лечащего врача. Обычно прививаться можно через 2 недели после обострения.

### Где можно сделать прививку?

- В прививочных кабинетах поликлиник.
- В рамках Национального календаря профилактических прививок бесплатно вакцинируются: дети с 6 мес., учащиеся 1-11 классов, студенты высших и средних профессиональных учебных заведений; взрослые, работающие по отдельным профессиям и должностям (работники медицинских и образовательных учреждений, транспорта, коммунальной сферы); взрослые старше 60 лет.
- Если Вы не входите в перечень лиц для бесплатной вакцинации против гриппа – приобретите вакцину в аптеке (это недорого) и сделайте прививку после консультации с врачом.

**Будьте внимательны к своему здоровью! Своевременно сделанная профилактическая прививка против вирусов – не даст гриппу ни одного шанса.**