

ЧАСТО ВОЗНИКАЮЩИЕ ВОПРОСЫ О ПРИВИВКАХ ОТ ГРИППА

Почему вам следует сделать прививку от гриппа (инфлюэнцы)?

Прививка от гриппа — самое эффективное средство предотвращения заболевания, вызываемого вирусами гриппа (инфлюэнцы), в том числе вирусом H1N1. Прививка (вакцинация) повышает сопротивляемость организма, помогая ему бороться с инфекцией и оставаться здоровым. Прививки от гриппа особенно рекомендуются людям, подвергающимся повышенному риску развития осложнений после гриппа, а также тем, кто часто и близко общается с такими людьми.

У большинства здоровых в других отношениях людей, заразившихся гриппом, эта болезнь протекает легко и продолжается примерно неделю. Тем не менее,

- маленькие дети,
- беременные женщины,
- люди старше 65 лет и
- люди любого возраста, страдающие некоторыми хроническими заболеваниями, подвергаются повышенному риску возникновения серьезных осложнений, которые могут приводить к необходимости госпитализации и даже, в некоторых случаях, к смертельному исходу. Даже в легкой форме грипп может быть очень неприятен, причем в связи с этой болезнью приходится пропускать работу или школу. Чем больше людей делают прививки от гриппа, тем меньше грипп распространяется среди населения. Поэтому прививки полезны всем и каждому, и прежде всего тем, кто подвергается наибольшему риску серьезного заболевания.

Следует ли вам снова сделать прививку, если в прошлом году вам уже сделали прививку от гриппа H1N1?

Национальные центры контроля и профилактики заболеваний (CDC) рекомендуют делать прививку от гриппа ежегодно. Иммуитет, приобретаемый вашим организмом в результате вакцинации, эффективен на протяжении сезона распространения гриппа, но ослабляется с течением времени, в связи с чем ежегодно следует делать дополнительную прививку. В этом году прививка от гриппа предохранит вас от вируса H1N1 и от двух



других наиболее распространенных вирусов гриппа, случаи заболевания которым наблюдаются по всему миру.

Следует ли вам делать прививку, если вы уже переболели гриппом?

Как правило, вирусы гриппа, распространяющиеся среди населения, меняются с каждым годом. Если не производились лабораторные анализы с целью определения конкретного возбудителя гриппа, вы не можете быть уверены в том, какой именно вирус вызвал грипп, которым вы переболели. Сделав прививку от гриппа в этом году, вы предохраните себя и других в том случае, если раньше вы болели не гриппом, а какой-то другой, напоминающей грипп болезнью. И даже если вы переболели гриппом того или иного типа, прививка от сезонного гриппа предохранит вас от других наиболее распространенных штаммов вируса гриппа.

Сколько прививок вам следует сделать в этом году — одну или две?

Если вы не ребенок младше 9 лет, в этом году вам потребуется только одна прививка от гриппа. 2009 год был исключением, а не правилом. В 2009 г. специалисты не успели своевременно идентифицировать вирус пандемического гриппа H1N1 в процессе разработки вакцины против сезонного гриппа, в связи с чем потребовалась разработка дополнительной вакцины, защищающей от гриппа H1N1. В этом году вирус гриппа H1N1 входит в состав комплексной вакцины от сезонного гриппа.

Детям в возрасте от 6 месяцев до 8 лет включительно рекомендуются по 2 прививки от сезонного гриппа 2010-11 гг., за исключением детей, которым сделали

1. как минимум 1 прививку от гриппа H1N1 2009 года на протяжении последнего сезона распространения гриппа, а также
2. как минимум 1 прививку от сезонного гриппа до начала сезона распространения гриппа 2009-10 гг. или 2 прививки от сезонного гриппа на протяжении последнего сезона распространения гриппа.

Кому следует делать прививки от гриппа?

Каждому человеку старше шести месяцев, желающему предохраниться от заражения гриппом, рекомендуется сделать прививку от гриппа. Тем не менее, особенно важно делать прививки от гриппа тем, кто подвергаются повышенному риску развития серьезных осложнений в результате заболевания гриппом (см. ответ на следующий вопрос).

Кто подвергается наибольшему риску в связи с заболеванием гриппом?

К числу людей, подвергающихся наибольшему риску появления опасных симптомов и развития серьезных осложнений в связи с заболеванием гриппом, относятся:

- дети младше пяти лет;
- беременные женщины;
- люди любого возраста, страдающие хроническими заболеваниями (такими, как астма, болезни легких, болезни сердца, диабет и заболевания мозга и нервной системы);
- люди старше 65 лет.

Кроме того, прививки следует делать тем, кто ухаживает за пациентами и престарелыми или часто и близко общается с людьми, подвергающимися риску развития серьезных осложнений в связи с заболеванием гриппом.

Безопасны ли прививки от гриппа?

Безопасность прививок от сезонного гриппа продемонстрирована на практике. На протяжении многих лет сотням миллионов американцев и миллионам людей в других странах мира безопасно делали прививки от сезонного гриппа. Серьезные проблемы, связанные с вакциной инфлюэнцы (гриппа), наблюдаются очень редко. Вирусы, содержащиеся в инактивированной вакцине инфлюэнцы, убиты, и вы не можете заболеть гриппом, сделав прививку такой вакцины. Неприятные ощущения и серьезные осложнения, возможные в связи с заболеванием гриппом, создают гораздо больший риск, чем прививки от гриппа.

Следует ли беременным женщинам делать прививки от гриппа?

Да, для беременных женщин очень важно делать прививки от гриппа. Беременной женщине, заразившейся гриппом любого типа, угрожают серьезные осложнения, госпитализация и даже смертельный исход. Беременные женщины, инфицированные вирусом гриппа, гораздо чаще нуждаются в госпитализации, чем другие больные гриппом.



Мытье рук и прекращение общения с больными людьми помогает беременным женщинам не заболеть гриппом, но прививка — самое эффективное средство профилактики гриппа.

Исследования показывают также, что более 60% беременных женщин, сделавших прививки от гриппа, передают новорожденным иммунитет, предохраняющий их от гриппа, что очень важно, так как маленьким детям нельзя делать прививки от гриппа, пока им не исполнится 6 месяцев. Таким образом, прививка от гриппа защищает от этой болезни и мать, и ребенка.

Существует ли какая-либо специальная вакцина для беременных женщин?

Применяются два типа прививок от гриппа. Беременным женщинам рекомендуется инъекция вакцины («укол»), как правило в предплечье. Прививки-инъекции безопасны для беременных женщин. Вакцина другого типа, впрыскиваемая в нос (FluMist), содержит ослабленный живой вирус гриппа и, как правило, не рекомендуется беременным женщинам.

В большинство вакцин, предохраняющих от гриппа, которые вводятся посредством инъекции («укола»), добавляется консервант тимерозал, содержащий очень небольшое количество ртути. Нет никаких свидетельств того, что тимерозал вреден беременным женщинам или еще не родившимся детям. Тем не менее, так как некоторые женщины выражают беспокойство по поводу возможных последствий воздействия консервантов во время беременности, поставщики предлагают вакцину для прививок от гриппа, не содержащую консервантов. Центры контроля и профилактики заболеваний (CDC) рекомендуют беременным женщинам делать прививки от гриппа с использованием вакцины, содержащей или не содержащей тимерозал, причем беременные женщины могут заранее сообщать работникам обслуживающих их медицинских учреждений о том, какого типа вакцину они предпочитают.

Существует ли какая-либо специальная вакцина для людей старше 65 лет?

Новая вакцина, которая вводится посредством инъекции, Fluzone® High-Dose, рекомендуется людям в возрасте 65 лет и старше. Эта вакцина, содержащая увеличенные



дозы инактивированных вирусов, рассчитана на дополнительное повышение сопротивляемости организма гриппу. Тем не менее, использование этой вакцины людьми старше 65 лет не обязательно — по желанию, они всегда могут делать обычные прививки от гриппа. Дополнительные сведения о вакцине Fluzone® HD можно найти на [этом](#) сайте министерства сельского хозяйства США.

Сколько прививок требуется детям?

Детям в возрасте от 6 месяцев до 8 лет включительно рекомендуются по 2 прививки от сезонного гриппа 2010-11 гг., за исключением детей, которым сделали

1. как минимум 1 прививку от гриппа H1N1 2009 года на протяжении последнего сезона распространения гриппа, а также
2. как минимум 1 прививку от сезонного гриппа до начала сезона распространения гриппа 2009-10 гг. или 2 прививки от сезонного гриппа на протяжении последнего сезона распространения гриппа.

Одна прививка не обеспечивает достаточную защиту ребенка от гриппа. По возможности, первую прививку ребенку следует делать сразу после того, как становится доступной вакцина. Вторую прививку следует делать по прошествии не менее чем 28 дней после первой прививки. Маленьким детям в возрасте до шести месяцев прививки от гриппа делать нельзя.

Почему детям требуются дополнительные прививки?

По сведениям [центров контроля и профилактики заболеваний \(CDC\)](#), первая прививка «подготавливает» иммунную систему ребенка, а вторая обеспечивает защиту ребенка от возбудителя болезни. Если вашему ребенку требуются две прививки, сделайте ему первую прививку как можно раньше для того, чтобы он успел приобрести иммунитет до того, как грипп распространится среди населения вашего района. Не забудьте сделать вашему ребенку вторую прививку, если она ему требуется. Как правило, эффективный иммунитет вырабатывается у ребенка через две недели после второй прививки.

Можете ли вы заболеть гриппом из-за того, что вам сделают прививку от гриппа?

Нет, прививки от гриппа не могут вызывать заболевание гриппом. Вирусы гриппа, содержащиеся в вакцине, которая вводится посредством инъекции, инаktivированы (убиты), то есть не могут вызвать инфекцию. Строго контролировавшиеся научные исследования, в ходе которых одним людям вводили шприцем вакцину гриппа, а другим — соленую воду, показали, что единственными признаками, отличавшими людей, которым сделали прививку от гриппа, были болезненное ощущение в предплечье и покраснение в месте укола. Между двумя группами людей, участвовавшими в этих исследованиях, не наблюдалось никаких различий, относившихся к мышечным болям, повышенной температуре, кашлю, насморку или воспалению горла.

Вакцина гриппа, впрыскиваемая в нос, содержит ослабленный живой вирус гриппа, не вызывающий серьезных симптомов, часто связанных с заболеванием гриппом; этот вирус сам по себе не может вызвать заболевание гриппом. У детей впрыскивание в нос такой вакцины может приводить к возникновению незначительных побочных эффектов, в том числе насморка, головной боли, свистящего дыхания, рвоты, мышечных болей и повышенной температуры. У взрослых людей к числу побочных эффектов могут относиться насморк, головная боль, воспаление горла и кашель. Как правило, впрыскиваемая в нос вакцина гриппа не приводит к повышению температуры у взрослых людей. Побочные эффекты впрыскивания вакцины обычно исчезают через один-два дня, в то время как грипп может продолжаться дольше недели.

Могут ли объясняться напоминающие грипп симптомы тем, что вам сделали прививку от гриппа?

Нет. Но напоминающие грипп симптомы могут наблюдаться после того, как человеку сделали прививку от гриппа, по нескольким различным причинам.

- Человек может заразиться гриппом вскоре после того, как ему сделали прививку от гриппа, на протяжении двух недель после прививки, когда его организм еще не приобрел полный иммунитет. Например, такой человек может заразиться, общаясь с больным гриппом до того, как вакцина начнет оказывать защитное действие.

- Человек может заразиться каким-либо другим вирусом, распространяющимся в то же время, что и грипп, и вызывающим напоминающие грипп симптомы (например, риновирусом, вызывающим обычную простуду). Заражаясь такими вирусами, люди могут болеть, но не так серьезно, как в случае заражения гриппом.
- Человек может заразиться вирусом гриппа, не входящим в состав вакцины, использовавшейся, когда ему делали прививку от гриппа. Существует множество различных вирусов гриппа, и прививки от гриппа защищают лишь от самых распространенных разновидностей.
- Прививка от сезонного гриппа предотвращает заражение штаммами вируса гриппа, которые, как ожидают специалисты, будут распространяться на протяжении предстоящего сезона, но вакцина сезонного гриппа может не содержать все штаммы вируса гриппа, которые фактически будут распространяться среди населения, так как вакцину необходимо готовить за несколько месяцев до начала сезона гриппа.
- Ни один медицинский препарат не эффективен на 100%. К сожалению, прививки не защищают от гриппа некоторых людей. Чаще всего гриппом болеют, несмотря на прививки, люди с ослабленной иммунной системой. Тем не менее, даже людям с ослабленной иммунной системой прививка от гриппа часто помогает быстрее выздороветь и, что еще важнее, избегать серьезных осложнений, вызываемых гриппом.

Как долго действует прививка от гриппа?

Прививка оказывает защитное действие только на протяжении одного сезона гриппа. Следующая вакцина гриппа приготавливается с учетом тех разновидностей вируса гриппа, которые будут больше всего угрожать населению в следующем году.

Каковы возможные побочные эффекты прививки от гриппа?

У большинства людей прививка от гриппа не вызывает никаких побочных эффектов. Даже если такие побочные эффекты наблюдаются, они, как правило, незначительны. У взрослых людей наиболее распространенными побочными эффектами прививок от гриппа являются болезненное ощущение в предплечье, покраснение в месте укола или опухание в месте



укола. У детей, которым сделали прививки от гриппа, изредка наблюдаются некоторое повышение температуры и (или) мышечные боли. Такие побочные эффекты возникают, как правило, вскоре после того, как делается прививка, и исчезают через 1–2 дня.

Так же, как любой другой медицинский препарат, в некоторых случаях вакцина может оказывать неожиданное воздействие или вызывать сильную аллергическую реакцию, но серьезные проблемы, связанные с прививками от гриппа, наблюдаются чрезвычайно редко. Риск, связанный с прививкой, гораздо меньше риска, связанного с заболеванием. Тем не менее, если у вас наблюдается сильная (опасная для жизни) аллергическая реакция на яичный белок или какое-либо другое вещество, содержащееся в вакцине, вам не следует делать прививки.

Безопасен ли тимерозал, содержащийся в вакцине?

Тимерозал — содержащий ртуть консервант, который добавляют во многие вакцины. Тимерозал предотвращает бактериальное загрязнение вакцин. Несмотря на то, что некоторые люди выражают беспокойство, считая, что тимерозал вреден для здоровья, не было зарегистрировано ни одного случая возникновения медицинских проблем, вызванных этим консервантом. Исчерпывающий [отчет, опубликованный в 2004 г.](#) Медицинским институтом Национальной академии наук США, подтвердил, что тимерозал не приводит к возникновению медицинских проблем — и к такому же заключению пришли специалисты, проводившие исследования в других странах мира. Американская педиатрическая академия, Центры контроля и профилактики заболеваний в США и Медицинский институт заключили, на основе научных данных, что содержащие тимерозал вакцины безопасны.

Можете ли вы сделать прививку от гриппа с использованием вакцины, не содержащей тимерозал?

Предлагаются некоторые вакцины гриппа, в том числе вакцины, впрыскиваемые в нос, не содержащие тимерозал. Тем не менее, большинство вакцин гриппа содержит небольшое количество тимерозала, используемого в качестве консерванта, предотвращающего бактериальное загрязнение препарата.

Где вы можете сделать прививку от гриппа?

- В кабинете вашего врача или в обслуживающей вас клинике – Если за вами закреплены врач или регулярно обслуживающее вас медицинское учреждение, вы можете сделать прививку от гриппа в кабинете этого врача или в этом учреждении. Как правило, работники системы здравоохранения сообщают участникам программ медицинского страхования, где и когда они могут сделать прививки от гриппа. Если вы не знаете, делают ли прививки от гриппа обслуживающая вас клиника или ваш врач, позвоните им и узнайте наверняка.
- Розничные аптеки – Многие независимые аптеки, а также аптеки, расположенные в продуктовых и универсальных магазинах, теперь предлагают впрыскиваемую в нос вакцину, предохраняющую от гриппа. Спросите у работника местной аптеки, предлагается ли этой аптекой вакцина против гриппа.
- Районная иммунизационная клиника – Если за вами не закреплено регулярно обслуживающее вас медицинское учреждение, вы можете сделать удешевленную или бесплатную прививку от гриппа в районной иммунизационной клинике. Прививки от гриппа делаются пациентам этой клиники в предварительно назначенное время. 426 SW Stark St, 3rd Floor, Portland | 503-988-3828 [КАРТА](#)

Сколько стоит прививка?

Во многих медицинских учреждениях предлагаются удешевленные прививки или прививки без доплаты. Розничные аптеки взимают плату в различных размерах. В зависимости от того, где вам будут делать прививку и какого типа вакцина будет при этом использоваться, прививка от гриппа может стоить от 0 до 60 долларов. Некоторые планы медицинского страхования предусматривают полное или частичное страхование стоимости прививок от гриппа. Звоните заранее, чтобы узнать, сколько будет стоить прививка.