



Вестник здорового образа жизни



Информационный бюллетень отдела общественного здоровья

Время прививаться

С наступлением осени активизировалась циркуляция негриппозных респираторных вирусов (аденовирусы, риновирусы, вирусы парагриппа, респираторно-синтициальные вирусы, бокавирусы, сезонные коронавирусы, метапневмовирусы). По прогнозам специалистов в текущем эпидсезоне ожидается одновременная циркуляция негриппозных респираторных вирусов, вирусов гриппа и SARS-CoV-2. Эпидемиологическая ситуация по острым респираторным инфекциям характерная для данного времени года.



Основная цель вакцинации против гриппа и COVID-19 – это предотвращение развития тяжелого течения заболеваний и неблагоприятного исхода.

Для формирования полноценной иммунной защиты важно сделать прививки до начала активной циркуляции вирусов и подъема заболеваемости гриппом и COVID-19.

Не следует откладывать вакцинацию на конец кампании, а целесообразно привиться, как только препараты поступят в организации здравоохранения.

Лицам, относящимся к группам высокого риска заболевания, тяжелого течения и неблагоприятных последствий гриппа будет предложена бесплатная вакцинация («Гриппол Плюс», производства Российской Федерации), доступная с начала октября.

Особенно важно сделать прививку против гриппа следующим контингентам населения: детям в возрасте от 6 месяцев до 3-х лет; детям от 3-х лет и взрослым с хроническими заболеваниями и иммунодефицитными состояниями; лицам в возрасте старше 65 лет; беременным женщинам; медицинским и фармацевтическим работникам; детям и взрослым, находящимся в учреждениях с круглосуточным режимом пребывания; работникам государственных органов, обеспечивающих безопасность государства и жизнедеятельность населения.

О желании вакцинироваться лучше сообщить заранее в поликлинику по месту жительства.

Традиционно имеется возможность защититься от гриппа, сделав прививку за счет собственных средств.

В сезоне 2026–2027 гг. **состав вакцин** против гриппа **обновлен полностью** по всем трем компонентам в соответствии с рекомендациями ВОЗ.

Для вакцинации против COVID-19 будет доступна бесплатная вакцина «Конвасэл» (производства Российской Федерации).

К категории лиц, которым целесообразно сделать прививку против COVID-19 относятся: взрослые с иммуносупрессией (иммунодефицитами, включая ВИЧ-инфекцию, аутоиммунными заболеваниями, онкологическими и онкогематологическими заболеваниями); лица в возрасте 60 лет и старше; взрослые лица, находящиеся и работающие в учреждениях с круглосуточным режимом пребывания.

Специальная подготовка к прививке не требуется. Важно, чтобы в день вакцинации не было острого заболевания или обострения хронической болезни. Одновременно можно вакцинироваться против гриппа и COVID-19. Перед процедурой пациент в обязательном порядке проходит врачебный осмотр.

Необходимо помнить о следующих мерах профилактики ОРВИ:

- соблюдать правила личной гигиены и «респираторного этикета» (кашлять и чихать в салфетку или при отсутствии салфетки – в изгиб локтя);
- регулярно проветривать помещения и проводить влажную уборку;
- вести здоровый образ жизни: полноценно спать, рационально питаться, поддерживать физическую активность;
- избегать контакта с лицами, имеющими признаки респираторного заболевания.

Вакцинируйтесь и будьте здоровы!