



## 7 ВАЖНЫХ ВОПРОСОВ И ОТВЕТОВ НА НИХ

Вся информация о вакцинации от гриппа и новой коронавирусной инфекции

Грипп является быстро распространяющимся вирусом. Входящие в его состав белки составляют различные комбинации и могут муттировать. Из-за этого часто образуются новые штаммы. Максимально эффективным и при этом достаточно безопасным способом защиты от заболевания является вакцинация. Как работает прививка от гриппа? Сколько раз, как часто и в какой период ее нужно ставить? Давайте разберемся в этих вопросах.

### – Как работает прививка от гриппа?

Чтобы ответить на этот вопрос, нужно понять, а как, собственно, ее состав разрабатывается. Разработкой вакцин занимаются вирусологи. Эти специалисты исследуют кровь людей, которые уже переболели. Вирусологи определяют тип гриппа и его штамм (универсальный код с информацией о месте возникновения, где появления, переносчиках и др.). Два раза в год на научных конференциях, которые проводятся в разных странах мира, эпидемиологи обмениваются опытом. Специалисты определяют, какие штаммы будут активны в предстоящем сезоне. Полученная информация передается фармакологическим компаниям. Они и занимаются производством вакцин.

Любой препарат от гриппа содержит в себе

ослабленный или убитый вирус. После его введения в организм он способствует выработке антител и специальных иммунных клеток, защищающих от последствий заражения. На это уходит в среднем 14 дней.

Положительный эффект вакцин заключается в том, что они формируют иммунитет и тем самым предотвращают риски тяжелого течения заболевания. Благодаря этому снижается количество летальных исходов и серьезных осложнений. Даже если человек заражается гриппом, он достаточно легко его перенесет.

### – Когда нужно и можно делать прививку от гриппа?

– Все врачи отмечают важность регулярности вакцинации. Как определить время, когда провести иммунизацию?

Следует помнить, что вирус обычно атакует поздней осенью, зимой и ранней весной. Поэтому ставиться прививка должна осенью. До начала сезона простудных заболеваний от вакцинации должно пройти 3 – 4 недели. Эффект от прививки при этом сохранится примерно на 12 месяцев. В следующем году вакцинацию повторяют. Это связано с тем, что, как мы уже отмечали, вирус мутирует и иммунитет человека не способен спрятаться с заболеванием.

В нашей стране иммунизация стартует обычно с первых чисел сентября. Иногда сроки массовых прививочных кампаний немного сдвигаются.

График вакцинации от гриппа лучше согласовать с врачом. Особенно важно это в том случае, если вы планируете или уже поставили другое прививки. Между введением различных препаратов должно пройти некоторое время. Его также определят врач, который ориентируется на информацию, предоставляемую разработчиками и производителями вакцин.

### – Можно ли делать прививку от гриппа летом?

Вакцинироваться летом не имеет смысла. Обусловлено это тем, что такая иммунизация будет слишком ранней. При этом, скорее всего, вы не получите нового препарата от актуального в конкретном сезоне штамма заболевания.

### – Можно ли делать прививку от гриппа зимой?

– Да! Такая иммунизация приветствуется врачами. Привиться можно зимой и даже весной. Особенно актуальной иммунизация будет для тех, кто планирует путешествия в южное полушарие мира. Здесь вирус гриппа активен в период с апреля по сентябрь.

Актуальной вакцинацией зимой будет и для

ряда уязвимых лиц, в числе которых: ВИЧ-инфицированные; онкологические больные; беременные; люди с хроническими заболеваниями (диабетом, астмой, патологиями легких, сердечно-сосудистой системы и др.). Процедура позволит получить необходимый иммунитет.

### – Сколько прививок от гриппа ставят?

Препараты вводятся однократно. При этом иммунитет сохраняется на протяжении примерно года. Более частая вакцинация от гриппа, введение разных препаратов нецелесообразны. Нужно лишь не пропускать срок иммунизации.

Важно! Специалистам известно о накопительном эффекте препаратов. Если ставить прививку регулярно, иммунитет человека способен выработать коллекцию антител. В дальнейшем она позволит противостоять различным типам вирусов.

### – Какие имеются противопоказания?

– Вакцинация против гриппа является относительно безопасной. Тем не менее существует ряд ограничений. Они делятся на две группы: абсолютные и относительные. Первые действуют на протяжении всей жизни. Вторые ограничения являются временными.

К абсолютным противопоказаниям относят:



наличие аллергии на белок яйца. Противопоказание актуально, так как при изготовлении целого ряда препаратов (в том числе всех российских) применяются куриные эмбрионы. Если во время вакцинации от гриппа вы планируете посещение другой страны и у вас будет возможность поставить прививку там, воспользуйтесь этим; выраженная аллергическая реакция на введение вакцины в предыдущий раз.

Относительными противопоказаниями являются обострения хронических заболеваний. При кишечных инфекциях и ОРВИ вакцинация возможна только после снижения температуры тела до нормальных значений. Если пациент страдает от сезонной аллергии, дожидаются, когда патология перейдет в ремиссию. Если человек с гипертонией планирует поставить прививку от гриппа в ближайшее время, ему нужно следить за артериальным давлением и дождаться снижения его показателей.

Обо всех противопоказаниях расскажет врач. Он же определит их наличие. При необходимости вакцинация будет отложена или отменена. Также терапевт может направить пациента на комплексное обследование и консультации со специалистами узкого профиля.

### – Какие еще имеет особенности вакцинация?

– Одновременно вводить препараты от гриппа и COVID-19 не следует. Между прививками должно пройти не менее 2 недель. Отдельного внимания сегодня заслуживает коронавирусная инфекция. Если пациент перенес ее, можно прививаться. Запрещена иммунизация только непосредственно во время болезни.

Кабинет вакцинации Государственного автономного учреждения здравоохранения Свердловской области «Арамильская городская больница» работает ежедневно с 08.00 до 15.30, а также в субботу с 09.00 до 13.00 по адресу: г. Арамиль, ул. Садовая, 10.



## Чем опасен гололед

**Несколько простых правил управления транспортным средством в зимний период**

В зимний период у водителей транспортных средств возникает множество неприятных ситуаций, таких как: сложный запуск двигателя, промерзший салон, ограниченная обзорность, изменение погодных условий в течение дня. Однако, пожалуй, самой неприятной ситуацией является движение в гололед.

Опытные водители начинают подготовку своего автомобиля к зимнему сезону заранее, но даже подготовленный автомобиль не может уберечь от непредвиденной ситуации, ведь управляет им именно водитель.

Наиболее опасным явлением является гололедица. Гололедица – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате

похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

Как правило, МЧС России заблаговременно оповещает население о возможности образования гололедицы, но, к сожалению, не все прислушиваются, и водители не являются исключением, надеясь на свой опыт.

Управление транспортным средством в зимний период времени требует от водителя повышенного внимания и концентрации.

Необходимо соблюдать ряд простых правил, которые позволяют Вам избежать критических ситуаций на дороге: руководствоваться пословицами – «Тише едешь – дальше будешь»; освежить (ознакомиться) навыки управления, которые обеспечива-

ют безопасное управление транспортным средством; необходимо существенно поменять свой стиль управления и не поддаваться на провокации других водителей на дороге; осуществлять управление транспортным средством плавными поворотами руля, без резких движений; если после поворота руля автомобиль продолжает свое движение по прежней траектории (не реагирует на руль), необходимо плавно выровнять руль и повторить движение снова, а не пытаться поворачивать руль еще круче; грамотно использовать тормоза, особенно на загородных дорогах, кругих поворотах и резких спусках – использовать торможение двигателем, и ножной тормоз; использовать резину по сезону с достаточной глубиной протектора; обеспечить плавное трогание с места без пробуксовки и плавное

торможение; держать дистанцию до впереди идущего транспортного средства, обеспечивающую безопасное торможение; подъемы и спуски нужно преодолевать на пониженных передачах и без их переключения, с постоянной скоростью. Включать надо такую передачу, чтобы не было чрезмерного тягового усилия на колесах, чтобы они не начали проскальзывать; исключить движение накатом на нейтральной передаче или с выключенным сцеплением; особое внимание уделять проезду искусственных сооружений, где возможно образование гололедицы, перекрестков, пешеходных переходов, движению в зоне остановочных пунктов, местах массового скопления пешеходов; стоит отказаться от поездки в случае начала обильного снегопада, неблагоприятного прогноза погоды.



**МЧС предупреждает: выход на тонкий лед опасен для жизни**

Безопасной для человека считаетсятолщина льда не менее 7 сантиметров

Выходить на лед можно только при соблюдении определенных правил, однако многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лед, подвергая свою жизнь смертельной опасности. В целях предупреждения возможных чрезвычайных ситуаций МЧС России рекомендует перед выходом на лед определить его прочность. Безопасной для человека считается толщина льда не менее 7 сантиметров. Каток соружается при толщине 12 и более сантиметров. Пешеходные переправы – не менее 15 сантиметров. Легковые автомобили могут выезжать на лед при его толщине 30 и более сантиметров.