

## **Акция «Гомельщина – за здоровый образ жизни. Пришло время побороть COVID-19».**



С 26 апреля по 7 мая 2021 года в Гомельской области пройдет XVIII областная профилактическая информационно-пропагандистская акция «Гомельщина - за здоровый образ жизни. Пришло время побороть COVID-19», направленная на проведение массовой прививочной кампании против

коронавирусной инфекции.

В Республике Беларусь стартовала кампания по массовой вакцинации от коронавируса. Все желающие старше 18 лет, в том числе 65+, не имеющие противопоказаний, могут привиться от вируса COVID-19 бесплатно. Ставить прививку от новой коронавирусной инфекции или нет каждый решает для себя сам – это абсолютно добровольно.

### **О вакцинации против инфекции COVID-19 в вопросах и ответах:**

#### **1. Почему нужно прививаться от COVID-19?**

Те, кто еще не переболел COVID-19, вакцинируясь, имеют все шансы этого избежать — пусть и на некоторый ограниченный срок. Наблюдения за людьми, болеющими COVID-19, показывают, что заболевание может протекать по-разному. Вы можете перенести инфекцию легко или без клинических проявлений, но при этом способствовать заражению других людей, включая тех, которым прививка противопоказана или которые по определенным причинам еще ее не поставили. Среди них могут быть друзья, близкие, знакомые. Вакцинируясь, вы прерываете цепочку передачи коронавируса и тем самым защищаете других людей. Достаточно надежный коллективный иммунитет сформируется, когда вакцинации подвергнутся не менее 60% населения.

#### **2. Какая вакцина используется в Гомельской области?**

На сегодняшний день для вакцинации используется российская вакцина Гам-КОВИД-Вак (торговая марка «Спутник V»), разработанная Национальным исследовательским центром эпидемиологии и микробиологии имени Н.Ф. Гамалеи Минздрава России. Речь идет о двухкомпонентном векторном препарате. Технология производства заключается во встраивании в геном вирусного вектора гена, кодирующего целевой белок опасного вируса.

Вакцина Vero Cell, производства КНР, создана на основе инактивированного («убитого») коронавируса. Этот способ создания вакцин хорошо изучен и используется уже долгие годы.

### **3. Какова эффективность и безопасность вакцины на сегодня?**

Результаты испытаний вакцины Гам-КОВИД-Вак против COVID-19 показывают устойчивый сильный защитный эффект во всех возрастных группах участников. Эффективность составила 91,6%, а против тяжелых форм болезни – на 100%. Производитель вакцины Спутник V утверждает, что двукратная схема введения позволяет сформировать длительный иммунитет (до 2-х лет). Но на сегодняшний день это лишь прогнозы, так как период наблюдения привитых пока не длительный. Со временем появятся данные и мы узнаем о длительности иммунитета. Даже если он будет не достаточно длительным, этот вопрос решаем введением дополнительных доз вакцин.

Клинические испытания вакцины Vero Cell (Sinopharm) показали безопасность вакцины «без серьезной неблагоприятной реакции». По данным Sinopharm, эффективность вакцины достигает 79%.

### **4. Кто может записаться на прививку?**

Вакцинацию могут пройти люди, не имеющие медицинских противопоказаний.

В приоритетном порядке вакцинации подлежат следующие категории граждан:

- лица старше 60 лет;
- работники социальной сферы и другие лица, работающие с большим количеством людей;
- люди с хроническими заболеваниями.

### **5. Как пройти вакцинацию?**

Пройти вакцинацию можно в амбулаторно-поликлиническом учреждении по месту медицинского обслуживания. Записаться на прививку против инфекции COVID-19 возможно on line на интернет-сайтах амбулаторно-поликлинических учреждений здравоохранения, по телефону либо при непосредственном посещении учреждения здравоохранения.

### **6. Какие показания к вакцинированию?**

Вакцинацию следует пройти всем людям старше 18 лет, не имеющих противопоказаний. Это позволит снизить риск заражения.

### **7. Какие есть противопоказания к вакцинации?**

- гиперчувствительность к какому-либо компоненту вакцины или к вакцине, содержащей аналогичные компоненты;
- тяжелые аллергические реакции в анамнезе;
- острые инфекционные и неинфекционные заболевания;

- обострение хронических заболеваний. Вакцинацию проводят не ранее, чем через 2–4 недели после выздоровления или ремиссии;
- беременность и период грудного вскармливания;
- возраст до 18 лет.

### **8. Можно ли заболеть от прививки?**

Вакцина не содержит коронавируса, вызывающий COVID-19, поэтому заболеть из-за прививки невозможно.

### **9. Нужно ли делать анализ на антитела или ПЦР на наличие коронавируса перед вакцинированием?**

При подготовке к вакцинации не обязательно делать тест на антитела. Однако если человек знает, что у него есть антитела, то вакцинация ему не показана: сопротивляемость к инфекции уже выработана. Обычно такое случается после перенесенной болезни.

Делать ПЦР на наличие коронавируса необходимо при наличии симптомов или контактов с зараженными в течение последних 14 дней.

### **10. Как проходит вакцинация?**

Чтобы сделать прививку, необходимо явиться в поликлинику дважды. I этап. Введение первого компонента вакцины: - Осмотр врачом-специалистом (врач проведет общий осмотр, измерит температуру, предложит заполнить анкету о состоянии здоровья, возьмет согласие на прививку, проинформирует о возможных побочных реакциях и даст рекомендации о действиях после вакцинации). - Вакцинация (вакцина вводится сидя или лежа, строго внутримышечно в верхнюю треть плеча – в дельтовидную мышцу или бедро). - Наблюдение после процедуры в течение 30 мин (нужно оставаться в поликлинике в течение получаса после процедуры для своевременного оказания специализированной медицинской помощи в случае необходимости). Первая доза вакцины не является защитой от инфицирования и заболевания COVID-19. II этап. Введение второго компонента вакцины: На 21 день (без учёта дня вакцинации) необходимо повторно явиться к врачу для введения второго компонента. Процедура проходит аналогично первому этапу вакцинации.

### **11. Что делать, если после вакцинации поднялась высокая температура?**

После прививки возможны индивидуальные реакции организма. Допускается повышение температуры в первые три дня после введения вакцины. При сохранении высокой температуры и плохого самочувствия нужно обратиться к врачу.

### **12. Необходимо ли соблюдать самоизоляцию после вакцинации?**

Самоизоляция после прививки не требуется. Вакцина не содержит патогенный для человека вирус, вызывающий COVID-19, поэтому заболеть и заразить окружающих после прививки невозможно.

### **13. Как подготовиться к вакцинации?**

Никакой специальной подготовки не требуется. На вакцинацию нужно идти здоровым, в хорошем расположении духа и с настроением на то, что всё будет хорошо. Единственная рекомендация – нежелательно употреблять алкоголь за три дня до прививки и три дня после неё. А после вакцинации нужно поберечь (не мочить, не травмировать и т. д.) место инъекции в течение трех суток.

#### **14. Почему даже после полного курса вакцинации рекомендуется носить маску?**

Дело в том, что защищённый от коронавирусной инфекции человек – привитый или переболевший и имеющий антитела – может быть переносчиком возбудителя инфекции. Соответственно, он может принести возбудителя домой или в рабочий коллектив. Он сам не заболеет после контакта с заражённым, но вирус может осесть у него в органах дыхания или на руках и таким образом будет доставлен незащищённым людям.

Поэтому – да, привитым людям всё равно необходимо продолжать пользоваться индивидуальными средствами защиты, в том числе носить маски.

#### **15. Как защитить себя и окружающих от заражения?**

Ученые сходятся во мнении: вакцинация – наиболее эффективный и безопасный метод предотвращения инфекционных заболеваний и вызываемых ими эпидемий и пандемий. Альтернатива прививке пока одна, и отнюдь не самая приятная — переболеть.

Для профилактики заражения соблюдайте следующие правила: избегайте людных мест; сократите контакты; носите маску; пользуйтесь антисептиками с содержанием спирта не менее 70%; мойте руки после посещения общественных мест и не касайтесь ими лица; протирайте смартфоны спиртовыми салфетками.

Чтобы снизить риск заражения также рекомендуется вести здоровый образ жизни. Занимайтесь спортом, употребляйте продукты богатые белками, витаминами и минеральными веществами и не забывайте про полноценный сон.

В рамках акции будут организованы ежедневные «горячие» линии с консультацией специалистов ГУ «Гомельский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»: с 8.00-13.00 и с 14.00-17.00 (кроме выходных) по телефону +37544 575 56 99.

*Анастасия Демьянцева, врач-гигиенист  
отдела общественного здоровья  
Гомельского областного ЦГЭ и ОЗ*