

Информация для населения: Все о вакцинации против гриппа

Наступает осень и всем, кроме тёплой одежды, зонтиков и крепкой обуви нужна другая, не менее важная защита. С наступлением холодов и мокрой погоды человеку необходима помощь от микроорганизмов, которые нас атакуют с начала осени и до глубокой весны. Самое время принять меры по защите от гриппа.

На сегодня один из предлагаемых врачами методов борьбы с вирусом - это вакцинация. Стоит ли делать прививку от гриппа? Кому она показана? Кто должен воздержаться от данной инъекции? Как правильно подойти к выбору защиты и какие меры предосторожности нужно соблюсти до и после вакцинации?

Как действует вакцина от гриппа

Прививка от одной из самых грозных инфекций, которая ежегодно уносит десятки тысяч людских жизней, не работает как лекарство. Она не спасает уже заболевших, как думают, многие. Любая прививка от гриппа - это средство, которое помогает запустить собственные защитные силы организма, помогает ему бороться с инфекцией, подготавливая его к встрече с вирусом.

Какой состав прививки от гриппа? Он может отличаться, так как вакцины могут быть:

- живые, в состав которых входят либо ослабленные микроорганизмы, либо возбудители не вызывающие заболевания, но способствующие формированию иммунитета против гриппа;
- инактивированные, то есть убитые.

Последние получают путём выращивания вируса гриппа на куриных эмбрионах, после чего их очищают от примесей и обезвреживают физическими или химическими методами (формальдегид, ультрафиолетовое излучение и так далее).

Инактивированные вакцины, в свою очередь, подразделяются:

- на цельновирионные вакцины - в их составе содержатся частицы вируса или вирионы;
- расщеплённые или очищенные, которые не содержат липидов и куриного белка;
- субъединичные, состоящие только из двух вирусных белков, участвующих в формировании иммунного ответа.

Когда делать прививку от гриппа? Зависит от вакцины. Нужно внимательно читать инструкцию, там указывают в течение какого времени вырабатывается иммунная защита. Любая прививка от гриппа способствует выработке антител в организме человека. После чего при встрече с реальным вирусом в жизни эти защитные клетки начинают действовать. Иммунитет человека быстрее справляется с гриппом и значительно легче переносит все симптомы инфекции, в том числе отсутствуют тяжёлые осложнения.

Сколько действует прививка от гриппа? Зависит от вакцины. В основном препараты защищают от вируса в течение 6 месяцев. Но некоторые защитят от гриппа минимум на девять месяцев и до года.

Почему нужна прививка от гриппа

В наше время изобретено так много средств борьбы с гриппом, почему же врачи настаивают на проведении иммунизации против этого вируса? Нужно ли делать прививку и для чего? Какие существуют доводы за и против прививки против гриппа? Чтобы ответить на эти вопросы нужно вспомнить несколько важных фактов о самом вирусе.

1. Все знают о способе передачи гриппа воздушно-капельным путём, но многие забывают, что заразиться можно даже при разговоре с больным человеком.

2. Как распространяется вирус

Инкубационный период вируса очень короткий, всего 1-2 дня, в это время симптомы отсутствуют, а микроорганизм уже активно размножается.

3. Причины повторных эпидемий гриппа - это уникальная изменчивость белков микроорганизма, поэтому люди, переболевшие одним вариантом болезни, могут заболеть практически сразу другим типом гриппа.

4. Вирус размножается молниеносно после попадания на верхние дыхательные пути. Спустя всего 8 часов, его количество увеличивается в тысячи.

5. Оптимальные сроки вакцинации от гриппа - это начало осени (сентябрь и октябрь) так как на выработку защиты нужно как минимум 2-4 недели, в январе вакцинация практически бесполезна, что нужно помнить если появилось желание привиться.

6. Болезнь приводит к многочисленным осложнениям: пневмония, заболевания почек и головного мозга, летальные исходы.

7. Если лечение начато с опозданием - оно в большинстве случаев уже неэффективно.

Нужно ли делать прививку от гриппа взрослому человеку, ведь его организм по сравнению с ребёнком легче переносит многие заболевания? Прививка нужна всем, особенно определённым категориям населения, относящимся к группе риска:

- категория часто длительно болеющих;
- люди независимо от возраста с хроническими заболеваниями внутренних органов;
- лица пожилого возраста;
- медицинские работники;
- работники детских домов, школ и садиков;
- можно ли делать прививку от гриппа при онкологии? - да, всем людям со сниженным иммунитетом она показана;
- все люди, длительно находящиеся в организованных коллективах (проживающие в общежитии, домах престарелых).

Как и где делают прививку от гриппа

Где можно сделать прививку от гриппа? Вакцинацию проводят чаще в поликлинике. Но дополнительно прививку можно сделать и в других учреждениях, где есть специальное оборудованное помещение и разрешение на проведение таких процедур:

- в медицинском кабинете детского садика или школы;
- в оборудованных кабинетах на предприятиях;
- в больницах;
- на платной основе прививку от гриппа делают в медицинских коммерческих организациях.

Как в поликлинике сделать прививку от гриппа? Если человек относится к группе риска - вакцинация планироваться должна заранее. В этом случае участковая медсестра составляет списки нуждающихся и приглашает их на прививку от гриппа во время начала сезона простуды. Человек приходит на приём, его осматривает врач, направляет на обследования, после которых если человек здоров - он направляется в процедурный кабинет на прививку.

Другой вариант, если человек обратился к врачу, чтобы сделать прививку на платной основе (то есть он не входит в группу риска). Тогда вакцину нужно приобрести за свой счёт (можно выбрать из имеющихся в поликлинике или заказать в другом медицинском учреждении), записаться на приём к врачу, который и направит на вакцинацию.

Куда делают прививку от гриппа? Введение вакцины делается подкожно или внутримышечно в дельтовидную мышцу. Подкожно вводится препарат в плечо или в подлопаточную область. Живые вакцины можно вводить интраназально.

Можно ли делать беременным прививку от гриппа

Один из важных вопросов, связанный с вакцинацией против гриппа - можно ли прививать беременных? Эта особая категория пациентов, лечение которых проводится под наблюдением. Им запрещены практически все препараты от гриппа, а прививки под запретом, ведь никто не знает, как вакцина отразится на здоровье будущего ребёнка.

Так можно ли делать беременным женщинам прививку от гриппа? На большинстве аннотаций к препаратам написана строка, что беременным можно использовать его в случае, если польза превышает предполагаемый вред будущему ребёнку. И это понятно, ведь все лекарственные и профилактические препараты не тестируются на беременных женщинах. **Что касается прививки от гриппа - её разрешено делать беременным женщинам, но выбирать нужно качественную инактивированную вакцину.**

Можно ли кормящей маме делать прививку от гриппа? - да, можно и необходимо. Ослабленный после родов организм женщины крайне восприимчив к инфекциям, а грипп может привести к тяжёлым последствиям, если иммунитет слаб (кормящие мамы плохо спят и много нервничают). Кроме этого, такие прививки ещё один способ защитить малыша, ведь все защитные клетки передаются ребёнку с маминым молоком.

Можно ли делать прививку от гриппа при планировании беременности? - не только можно, но и нужно. В период подготовки женщины к беременности нужно максимально защитить организм от возможных инфекций. Грипп во время беременности не только может привести

к нарушению развития плода, но и к выкидышу. Поэтому прививка спасёт маму от инфекции и будущего малыша.

Прививка от гриппа в детском возрасте

Стоит ли ребёнку делать прививку от гриппа? Зачем малыша вакцинировать? **Из-за распространённости и тяжести заболевания, которое грозит многочисленными осложнениями, прививка показана всем детям, особенно ослабленным и с хроническими заболеваниями.** Дети тоже входят в категорию нуждающихся, поэтому их прививают бесплатно.

Но у вакцинации от гриппа совсем маленьких детей есть свои особенности, а именно:

- детей практически не прививают с рождения;
- возраст, оптимальный для проведения прививки от гриппа - начиная с 6 месяцев;
- большинство вакцин вводят малышам двукратно;
- прививку от гриппа делают в область бедра.

Этому есть объяснения. Мамин иммунитет действует приблизительно 6 месяцев - поэтому ребёнка прививают с полугода. Вакцину делают дважды вторую спустя месяц, чтобы иммунитет лучше сработал. Дело в том, что взрослые встречались с вирусом в естественных условиях, у них срабатывает иммунная память. У большинства маленьких детей её нет.

С какого возраста можно делать прививку от гриппа ребёнку? Большинство вакцин от гриппа детям можно делать только спустя 6 месяцев после рождения ребёнка. В редких случаях вакцинацию делают до шести месяцев, по строгим показаниям.

Почему малышей прививают, вводя препарат в область бедра? Это оптимальное место для вакцинации, если вдруг разовьётся реакция на вакцину, легче проводить реанимационные мероприятия (наложение жгута).

Важный вопрос, заботящий родителей - делать ли ребёнку прививку от гриппа в детском саду? Дети как никто нуждаются в дополнительной защите от гриппа. В скученном коллективе вероятность заболеть намного выше. Поэтому детей относят к категории часто болеющих. Как правильно защитить детсадовского малыша от болезни?

1. В идеале должны быть привиты все дети в коллективе.
2. Взрослых, проживающих на одной территории с ребёнком тоже нужно провакцинировать.
3. За три дня до предполагаемой вакцинации нужно максимально исключить контакты малыша с другими людьми, особенно, болеющими.
4. Три дня после прививки, его нельзя выводить в места с большим количеством людей (там могут оказаться больные гриппом).

Лучше если ребёнок после прививки побудет дома в течение недели. Так, снизится вероятность заболеть во время проведения вакцинации от гриппа, когда иммунитет ослаблен.

Противопоказания к прививке от гриппа

Каждая вакцина имеет строгие ограничения, список тех заболеваний и случаев, когда её вводить не стоит из-за возможного развития тяжёлых осложнений.

Какой категории людей прививка от гриппа абсолютно противопоказана?

1. Всем, у кого есть аллергия на куриный белок. Нельзя вводить только те вакцины, которые сделаны с использованием куриного белка и содержат его частицы. **Об аллергии нужно предупредить врача.**
2. Детский возраст до шести месяцев.
3. Если ранее были реакции на один из компонентов препарата - вакцинацию лучше не проводить.
4. Временный медотвод от прививки против гриппа получают все, кто заболел острой инфекцией или если обострилось хроническое заболевание. В этом случае нужно подождать до полного выздоровления как минимум 2-4 недели.

Онкологические заболевания, беременность, иммунодефицитные состояния не являются противопоказанием к проведению прививки. Всем, кто страдает данными заболеваниями, вакцинация, наоборот, нужна, ведь у них повышена вероятность перенести инфекцию и её осложнения в сезон простуды.

Кому нельзя делать прививку от гриппа? Ещё одна категория - это люди с начинающимися симптомами. Головная боль, лёгкая заложенность носа и ощущения болей в суставах могут быть начальными признаками гриппа. Любое незнакомое или малозначительное, на первый взгляд, проявление заболевания, является противопоказанием к проведению прививки.

Возможные реакции и осложнения

Несмотря на широкую пропаганду против проведения прививок от гриппа - это простая и надёжная защита, если правильно выполнить все условия:

- максимальный всеобщий охват прививками окружающих;
- изолировать больных, если таковые есть в доме;
- нужно постараться не сталкиваться с больными людьми, ведь на прививку нередко приходят уже заражённые сами о том не догадываясь;
- нужно узнать больше о самой прививке у медработников.

Почему может болеть рука после прививки от гриппа? Расщеплённые и субъединичные вакцины иногда дают такие реакции, но недолго. Кроме этого, болезненность в месте введения вакцины испытывают чаще впечатлительные люди. В течение 1-2 дней эта реакция проходит.

Реактогенность у прививок от гриппа (способность препарата привести к каким-либо осложнениям у человека) практически отсутствует. Но как человек отреагирует на препарат всегда зависит от индивидуальных особенностей организма.

Что может случиться после введения вакцины:

- одна из возможных реакций на прививку от гриппа - это аллергия на куриный белок или какой-либо компонент вакцины;
- от инактивированных вакцин иногда появляется местная реакция в виде инфильтрата (болезненность и покраснение в месте введения);
- одним из побочных эффектов прививки от гриппа является незначительное повышение температуры не более чем на 0,5°C, покраснение горла, что напоминает острую вирусную инфекцию и чаще характерно для живых вакцин, но все симптомы проходят самостоятельно, спустя 1-2 дня.

Можно ли заболеть от прививки против гриппа? - нет, такое практически исключено. Есть только предположения, что живой вирус в исключительных случаях может мутировать и вызвать заболевание, но таких фактов не было.

Неоднократно можно услышать истории, что после вакцинации человек переболел или перенёс её очень плохо. Во время проведения прививок никто не застрахован от введения некачественной вакцины (к сожалению, об этом узнают только после вакцинации) или от встречи с уже болеющим человеком, после чего можно заболеть гриппом. Многие забывают рассказать врачу про обострение хронического заболевания.

Осложнения от прививки против гриппа официально не зарегистрированы. Любой случай тяжёлой реакции должен быть разобран. При проявлении какой-либо реакции лечение симптоматическое.

О чём нужно помнить после прививки

Справиться с последствиями помогает информированность о препарате. Кроме этого, никто не знает, как отреагирует организм на введение нового вещества. Поэтому не помешает запастись самыми необходимыми лекарствами:

- жаропонижающее;
- противоаллергическое;
- обезболивающее;
- успокоительное на случай головных болей или слишком выраженной реакции со стороны нервной системы.

Как вести себя после вакцинации?

1. Можно ли пить алкоголь после прививки от гриппа? Нет, любая нагрузка на печень запрещена (а алкоголь, острая пища и вирусные инфекции проходят через нашу главную пищеварительную железу). Лёгкое, но сбалансированное питание и отсутствие алкогольных напитков поможет легче перенести вакцинацию.

2. Не нужно есть экзотические продукты. Никто не знает, чем это окончится. Ошибочно аллергию на кусочек незнакомого фрукта можно посчитать за реакцию на прививку.
3. Старайтесь избегать людных мест и не посещайте больницы и поликлиники без особой надобности. Такое простое правило снизит вероятность встретиться с инфицированными вирусом людьми.
4. Можно ли мыться после прививки от гриппа? Это не запрещено. Но первые дни после вакцинации ванна, плавание в бассейне и в природных водоёмах временно под запретом. Длительное нахождение в ванной может привести к раздражению места введения вакцины. А в общественных местах после прививки легко заразиться. Лучше принять душ, при этом место введения инъекции нельзя растирать губкой.

Не все знают или помнят об этих правилах, но они помогают легче перенести возможные реакции.

Выбор вакцин для прививки

Сейчас поликлиники напоминают аптеки, в которых много различных препаратов одного вида, а при необходимости по желанию клиента можно заказать другие. Как не заблудиться в этом изобилии вакцин для прививок от гриппа? Самый простой выход - это проконсультироваться со специалистом о том, какая из вакцин лучше переносится. Как уже было сказано, есть несколько вариантов защиты. Какая вакцина от гриппа лучше? Все они формируют иммунную защиту от болезни. Выбирать нужно исходя из того есть ли у вас аллергия на куриный белок или уже была реакция на компоненты какого-то препарата.

1. Живые содержат ослабленный вирус гриппа: «Вакцина гриппозная аллантоисная живая» (Россия), её детям назначают только после трёх лет. Она эффективна, в неё входит защита сразу от трёх штаммов вируса.
2. Цельновирсионные вакцины: «Грипповак» (Россия), её нельзя назначать детям до 7 лет и тому, у кого есть аллергия на куриный белок и антибиотики аминогликозиды.
3. К расщеплённым вакцинам относятся «Ваксигрип» (Франция), «Бегривак» (Германия), «Флюарикс» (Англия), в них отсутствует куриный белок, что хорошо для людей с аллергией на него.
4. Субъединичные вакцины: «Инфлювак» (Голландия), «Гриппол» и «Гриппол Плюс» (Россия).

В большинстве случаев непереносимость препарата обусловлена нарушением правил вакцинации и поведения самого человека. В идеальных условиях все вакцины переносятся неплохо.

Нужна ли прививка от гриппа? Да нужна, особенно тем категориям населения, которые входят в группу риска. Вакцинация важна для тех, кто не хочет находиться долго на больничном. Как справиться с последствиями прививки от гриппа? Лучше всего не допустить их, о чём нужно побеспокоиться заранее, пообщавшись с лечащим врачом.

Разъяснения подготовлены с использованием материалов <http://privivku.ru>.