

ПАМ'ЯТКА З ВАКЦИНАЦІЇ ДЛЯ ПРАЦІВНИКІВ

Війна супроводжується великими скупченнями людей у прихистках, обмеженим доступом до базової гігієни та іноді медицини. У таких умовах захворювання поширюються швидше, тому як ніколи важливо захистити себе та дітей і вакцинуватись.

В Україні існує затверджений [Календар профілактичних щеплень](#), в якому зазначені всі обов'язкові щеплення, які мають робити не тільки діти, а й дорослі.

COVID-19

Усім дорослим варто отримати захист від COVID-19. Вакцинація надзвичайно важлива в умовах поширення нових штамів, тим більше під час війни, коли можливість дотримуватися застережних заходів, як от дистанція, провітрювання чи носіння маски, є не завжди. Якщо у вас є можливість безпечно дістатися до місця, де роблять щеплення від COVID, не відкладайте.

Зазвичай первинна вакцинація від COVID-19 передбачає введення двох доз, і важливо отримати обидві. Усім, у кого пройшло 6 місяців від щеплення другою дозою, слід отримати бустерну дозу, щоб посилити захист.

Людям з онкологією, після трансплантації органів, тим, хто проходить імуносупресивну або імуномодуючу терапію, людям з ВІЛ-інфекцією та низкою інших імунодефіцитних станів, важливо отримати додаткову дозу вакцини від COVID - починаючи з 28 днів після другого щеплення.

Якими вакцинами робити бустер?

Після двох щеплень вакциною CoronaVac - будь-якою вакциною, наявною в Україні: CoronaVac, AstraZeneca або мРНК-вакцинами Pfizer чи Moderna.

Після мРНК-вакцин - на вибір: Pfizer або Moderna.

Після векторної вакцини AstraZeneca - або AstraZeneca, або мРНК-вакцини Pfizer чи Moderna.

Правець та дифтерія

Під час війни ризик отримати травми збільшується: зростає загроза правцю, який передається при потраплянні до рани забрудненого ґрунту, через травмування гострими предметами (наприклад, цвях, арматура тощо) чи уламками деревини.

В умовах скупчення і переміщення великої кількості людей зростає ризик розповсюдження небезпечних інфекцій, включно з дифтерією.

Усім дорослим рекомендуємо перевірити, коли вони востаннє отримували щеплення від дифтерії і правця: якщо минуло 10 років, час пройти ревакцинацію. Якщо ви не пам'ятаєте, коли востаннє вакцинувалися від дифтерії та правця, і не маєте доступу до документа про щеплення, краще вакцинуватись.

Ревакцинація дорослих проводиться кожні 10 років - упродовж всього життя. Щеплення дорослим роблять вакциною зі зменшеним вмістом антигена АДП-М, що закуповується державою і надається безоплатно. Якщо вам час вакцинуватися, зверніться до свого лікаря або у медичний заклад місцевості, де ви зараз перебуваєте: послугу з вакцинації мають надати незалежно від того, чи підписана декларація.

Якщо у вас є можливість вакцинуватися на приватному ринку, ви можете зробити щеплення ацелюлярною вакциною АКДП-М від одразу трьох інфекцій: кашлюка, дифтерії та правця. Захист від кашлюка рекомендується отримати вагітним і всім дорослим у сім'ях з маленькими дітьми, щоб захистити малюка: у дітей першого року життя кашлюк протікає вкрай тяжко, викликає такі ускладнення, як пневмонія, ушкодження головного мозку і може призвести до смерті. Захист від кашлюка буде не зайвим і всім дорослим: захворювання може викликати сильний кашель, що іноді призводить до блювоти і сильної втоми. Напади кашлю частіше стаються вночі і можуть тривати до 10 тижнів і довше.

Гепатит В

Для захисту здоров'я під час війни рекомендуємо перевірити, чи проходили ви імунізацію проти гепатиту В. Зараз будь-хто може опинитися в ситуації, коли потрібно буде хірургічно зашивати рани чи знадобиться переливання крові, тому ризик зараження вірусом гепатиту В зростає.

Більшість дорослих в Україні не отримували цього щеплення в дитинстві: вакцину від гепатиту В додали до національного календаря щеплень у 2000-х роках.

Для дорослих вакцина від гепатиту В в Україні доступна лише на приватному ринку. Іноді вакцину можна придбати в аптеці при медичному закладі, де працює ваш лікар, або звернутися до приватної клініки: тут ціна може включати вакцину і консультацію лікаря.

Ви можете обрати вакцину, яка захищає тільки від гепатиту В, або комбіновану вакцину від гепатиту В та гепатиту А. Отримати захист ще й від гепатиту А - бажано, адже проблеми з водопостачанням цілком вірогідні, а отже, можливі і спалахи гепатиту А.

Зазвичай щеплення проти гепатиту В проводять за схемою 0-1-6 місяців (3 дози). У нинішньому контексті, якщо ви ще не почали вакцинацію,

лікар може порекомендувати вам прискорену схему 0-7-21 день плюс ревакцинація (четверта доза) на 12-му місяці для довгострокового захисту.

Пневмокок

Як COVID-19, так і грип можуть ускладнюватися бактеріальною пневмонією. Її найпоширеніша причина — пневмокок. Тому людям із групи ризику (65+, з хронічними захворюваннями) варто зробити щеплення від пневмококової інфекції.

Це щеплення не входить до календаря щеплень, тому зробити його можна власним коштом.

Дорослим вводять одну дозу вакцини.

Кір

Якщо у вас є сумніви, чи хворіли ви в дитинстві на кір, або чи були вакциновані від кору, вам варто зробити щеплення принаймні однією дозою вакцини від цього високозаразного захворювання.

Дорослі, так само як і діти, можуть захворіти на кір, що має тяжкий перебіг і часто потребує госпіталізації. Інфекція може викликати ускладнення (пневмонію, енцефаліт), призвести до інвалідності чи смерті.

Останній спалах кору тривав в Україні у 2017-2019 роках, і зважаючи на те, що спалахи відбуваються циклічно, новий спалах цілком можливий. Також розповсюдженню кору можуть сприяти великі скупчення людей, які ми спостерігаємо у нинішньому контексті.

Дорослі можуть отримати щеплення від кору лише за власний кошт.

Зазвичай схема імунізації передбачає введення двох доз вакцини КПК (від кору, паротиту та краснухи) із мінімальним інтервалом 28 днів.