

**Статья в газету**

**Вакцинация против гриппа и Covid-19**

Полным ходом идет ежегодная кампания по вакцинации против гриппа. Сентябрь-ноябрь - оптимальное время для вакцинации, поскольку на выработку защитных антител уходит до четырех недель, а стремительный рост заболеваемости происходит, как правило, в конце осени, когда наступает похолодание и погода окончательно портится.

В 2020 и 2021 годах заболеваемость гриппом была очень низкой. Ученые объясняют это тем, что COVID-19 «вытеснил» многие вирусы. Однако в 2023–2024 годах ожидают возвращение этой инфекции, что вызывает тревогу у медработников. За два года сформировалась большая популяция людей без иммунитета к гриппу — встреча с вирусом может привести к тяжелому течению заболевания и осложнениям.

[Согласно Постановления главного государственного санитарного врача Российской Федерации №9 от 21.06.2023 запланирована](https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fe.gp-practice.ru%2Fnpd-doc%3Fnpmid%3D99%26npid%3D1302244398%26anchor%3DZAP28GM3D5%23ZAP28GM3D5&cc_key=) вакцинация от гриппа — не менее 60% населения, а для людей из групп риска — 75%.

 Чтобы избежать эпидемии, должно быть привито три четверти населения - только такой охват обеспечивает популяционный (коллективный) иммунитет. В первую очередь подумать о прививке нужно пожилым людям. Их иммунитет в силу возраста и сопутствующих заболеваний снижен, они легче "цепляют" инфекцию и тяжелее ее переносят. В зоне риска те, кто имеет хронические заболевания, например, сахарный диабет, заболевания органов дыхания, сердечно-сосудистые. Есть данные, что вирус гриппа повреждает стенки сосудов, нарушает свертываемость крови, это увеличивает риск инсульта или инфаркта. Кроме того, вакцинация необходима детям, школьникам, студентам. Они тесно общаются между собой, и именно отсюда зачастую и начинается цепочка гриппозных заболеваний.

Также обязали проводить иммунопрофилактику работникам свиноводства и птицеводства, занимающимся разведением животных, сотрудникам зоопарков, контактирующим с птицами и свиньями. Эксперты ВОЗ разработали критерии групп риска. Этой категории пациентов прививка от гриппа не просто желательна, она необходима.

На сегодняшний день обязательной вакцинации от COVID-19 в России нет. Ее отменили в связи с улучшением эпидемиологической ситуации. Тем не менее Минздрав рекомендует ревакцинацию один раз в 6 месяцев. По новым правилам иммунизацию против гриппа и новой коронавирусной инфекции можно проводить в один день. Такие изменения внесли в инструкцию к препарату «Гам-КОВИД-Вак» («Спутник»). Эксперты пришли к выводу, что при одновременном введении препараты не снижают иммуногенность друг друга. Некоторый рост заболеваемости коронавирусом связан с тем, что ковид переходит в разряд сезонных заболеваний. Это значит, что в осенне-весенний период будет регистрироваться заболеваемость им наряду с гриппом и другими ОРВИ. Несмотря на то, что сейчас ковид протекает легче по сравнению с первыми месяцами пандемии, и обязательную вакцинацию от коронавируса ВОЗ отменил, сделать прививку рекомендуется тем, у кого есть риск тяжело заболеть. В группу риска входят люди с заболеваниями сердечно-сосудистой системы, органов дыхания, нервной системы, с метаболическими нарушениями, а также люди пожилого возраста. Вакцинация у таких людей позволит предотвратить тяжелое течение COVID-19.

Сделанные вовремя прививки от гриппа и Covid-19 позволят чувствовать себя в безопасности. Берегите себя и будьте здоровы!

Главный специалист-эксперт ТО Управления Роспотребнадзора по Воронежской области в Семилукском, Нижнедевицком, Репьевском, Хохольском районах

Литвинова Надежда Ивановна