

Что такое коронавирус?

Новый коронавирус — респираторный вирус (возбудитель ОРВИ). Он передается главным образом воздушно-капельным путем в результате вдыхания капель, выделяемых из дыхательных путей больного: например, при кашле или чихании, а также капель слюны или выделений из носа. Также он может распространяться, когда больной касается любой загрязненной поверхности, например, дверной ручки. В этом случае заражение происходит при касании рта, носа или глаз грязными руками.

Какие симптомы коронавируса?

К наиболее распространенным симптомам COVID-19 относятся:

- повышение температуры тела;
- сухой кашель;
- утомляемость.

К более редким симптомам относятся боли в суставах и мышцах, заложенность носа, головная боль, конъюнктивит, боль в горле, диарея, потеря вкусовых ощущений или обоняния, сыпь и изменение цвета кожи на пальцах рук и ног.

Немедленно обратитесь к врачу, если у вас повысилась температура, появились одышка, кашель, боль в грудной клетке, нарушения речи или движения.

Насколько опасен COVID-19?

Как правило, коронавирусная инфекция COVID-19 протекает в легкой форме, особенно у детей и здоровых молодых людей. Тем не менее существует тяжелая форма инфекции: примерно в одном из пяти случаев заболевшим необходима госпитализация. Поэтому беспокойство за себя и близких оправдано.

Поэтому очень важно при возможности соблюдать карантинные меры, чтобы сдержать распространение инфекции и предотвратить неконтролируемое ее распространение.

У многих болезнь заканчивается выздоровлением, при этом специфических лечебных мероприятий не требуется. Примерно в одном из шести случаев COVID-19 возникает тяжелая симптоматика с развитием дыхательной недостаточности.

У пожилых людей, а также людей с хроническими заболеваниями, например, артериальной гипертензией, заболеваниями сердца или диабетом, вероятность тяжелого течения заболевания выше.

Как защитить себя и окружающих?

1. При возможности избегайте мест скопления людей.
2. Если погода позволяет, ходите на улицу в перчатках, используйте санитайзер.
3. При кашле и чихании прикрывайте рот и нос салфеткой или сгибом локтя. Сразу выкидывайте салфетку в контейнер для мусора с крышкой и обрабатывайте руки спиртосодержащим антисептиком или мойте их водой с мылом.
4. Не трогайте руками глаза, нос и рот.
5. Держитесь от людей на расстоянии минимум двух метров.
6. Избегайте общественного транспорта.

7. При возможности используйте лифт, чтобы не трогать перила при ходьбе по лестнице, но в лифт с другими людьми не заходите.
8. Перед входом в дом, обработайте руки санитайзером, затем вымойте руки с мылом.
9. Не ходите дома в уличной одежде.
10. Не зовите гостей и не ходите в гости.
11. Следите за влажностью помещения.
12. Пейте больше жидкости — обезвоживание приводит к сухости слизистых и снижает их защитную функцию.
13. Не выезжайте в страны с высоким риском эпидемии.
14. При повышении температуры, появлении кашля и затруднении дыхания как можно быстрее вызывайте скорую (103 с мобильного). Если вы посещали районы с высоким риском заражения — сообщите об этом врачу.
15. Особенно берегите близких старшего возраста. Отправьте бабушек и дедушек на дачи, оберегайте от походов в поликлиники, аптеки и магазины.
16. Запаситесь лекарствами, которые принимаете постоянно — от давления, диабета, астмы, жаропонижающими и так далее, чтобы минимизировать походы в аптеку и обезопасить себя на случай карантина.
17. Организуйте доставку продуктов домой.

И главный способ защиты: ВАКЦИНАЦИЯ.

Вакцинация 60-70% населения – это способ создать в обществе популяционный иммунитет.

Популяционный иммунитет — это эффект сопротивления инфекции в определенной популяции. Речь о нем идет в том случае, когда часть членов этой популяции имеет к данной инфекции личный иммунитет. Так как на фоне личного иммунитета снижается количество каналов передачи возбудителя от человека к человеку, популяционный иммунитет косвенно защищает общество от активного заражения.

То есть защищает даже тех, кому прививка по каким-либо причинам противопоказана: людям с определенными заболеваниями, беременным и кормящим женщинам, детям.

Все вакцины, зарегистрированные в России, эффективны и безопасны. Лучше всего привиться тем препаратом, который есть в доступе. Если у вас есть хронические заболевания или иные особенности здоровья, проконсультируйтесь с врачом по выбору вакцины. Если у вас ранее был COVID-19, то вам тоже следует вакцинироваться. У людей, которые выздоравливают после COVID-19, развивается естественный иммунитет к вирусу, но пока достоверно неизвестно, как долго он длится и насколько хорошо вы защищены. Вакцины обеспечивают более надежную защиту. Рекомендуется привиться через несколько месяцев после перенесенного заболевания.

Вакцинация в общественных местах – это безопасно?

Вакцинация проводится как по записи через Госуслуги в поликлинике, так и в порядке живой очереди в общественных местах.

В торговых центрах – это специально выделенные комнаты, а в парках и скверах работают медицинские передвижные комплексы.

Надо сказать, что абсолютно не важно, где ставить прививку. Существует алгоритм Минздрава России по проведению вакцинации, где есть стандарт – и по критериям помещения, и по самой процедуре вакцинации.

Поэтому она везде проводится одинаково. Медработник осуществляет необходимый осмотр, измеряет основные показатели организма, проводит опрос. После постановки прививки рекомендуется остаться под наблюдением медиков в течение получаса. Если возникнет какая-то реакция, к примеру аллергическая – вам абсолютно одинаково везде окажут медицинскую помощь. Вне стен поликлиники у медиков также есть все необходимое.

Какая реакция на прививку допустима?

После вакцинации в 1-3 сутки могут развиваться кратковременные общие (непродолжительный гриппоподобный синдром, характеризующийся ознобом, повышением температуры тела, артралгией, миалгией, астенией, общим недомоганием, головной болью) и местные (болезненность в месте инъекции, гиперемия, отечность) реакции. Реже отмечаются тошнота, диспепсия, снижение аппетита, иногда - увеличение регионарных лимфоузлов.

После прививки возможны индивидуальные поствакцинальные реакции организма, которые от возраста не зависят. Допускаются повышение температуры в первые три дня после введения вакцины, слабость, снижение аппетита. При сохранении высокой температуры и плохого самочувствия необходимо обращаться в медицинские организации по месту жительства.

Рекомендуется

В течение трех дней после вакцинации не мочить место инъекции, не посещать сауну, баню, не принимать алкоголь, избегать чрезмерных физических нагрузок. При покраснении, отёчности, болезненности места вакцинации принять антигистаминные средства. При повышении температуры тела после вакцинации – нестероидные противовоспалительные средства.

Нужно ли делать анализ на антитела к SARS-CoV-2 или ПЦР-тест перед вакцинацией?

При подготовке к вакцинации против COVID-19 проведение лабораторных исследований на наличие иммуноглобулинов классов G и M к вирусу SARS-CoV-2 не является обязательным.

Не рекомендовано вакцинироваться лицам, имеющим положительные результаты исследования на наличие иммуноглобулинов классов G и M к вирусу SARS-CoV-2, полученные вне рамок подготовки к иммунизации.

Исследование биоматериала из носо- и ротоглотки методом ПЦР (или экспресс-тестом) на наличие коронавируса назначается бесплатно врачом только при наличии какого-либо симптома заболевания в течение последних 14 дней.

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.

Можно ли после вакцинации ходить без маски?

Вакцина против COVID-19 в настоящее время не отменяет для привитого пациента необходимость пользоваться средствами индивидуальной защиты органов дыхания и соблюдать социальную дистанцию. Так как все же вакцинация не исключает заболевание на 100%. Более того, особенно осторожным надо быть между постановкой двух компонентов прививки, а также спустя 21 после второго компонента – в это время формируется иммунитет. Но даже если человек заболит – заболевание будет перенесено в легкой форме. Особенно это важно для тех, у кого есть хронические заболевания, входящие в группу риска – для них опасность в том, что более вероятно именно тяжелое течение коронавируса.

Несколько ответов на самые распространенные мифы:

Вакцины от COVID-19 могут встраиваться в ДНК?

Нет, ни одна из вакцин против COVID-19 никак не влияет на вашу ДНК и не взаимодействует с ней. Вакцины знакомят иммунные клетки организма с фрагментами генетического материала коронавируса, они их запоминают и начинают вырабатывать антитела, направленные на защиту от вируса.

Могут ли вакцины против COVID-19 негативно повлиять на способность иметь детей?

Нет никаких доказательств того, что какая-либо вакцина, включая вакцину против коронавируса, может повлиять на фертильность у женщин или мужчин.

Российские вакцины от коронавируса прошли необходимые испытания по оценке влияния на потомство, прежде всего на лабораторных животных. Негативных последствий не выявлено.

Если вы в настоящее время пытаетесь забеременеть, вам не нужно избегать беременности после вакцинации от COVID-19.

Вирус мутирует. Будут ли вакцины работать против новых вариантов?

Эксперты по всему миру постоянно изучают, как новые варианты влияют на поведение вируса, включая любое потенциальное влияние на эффективность вакцин от COVID-19. Пока значимых изменений патогенов, способных влиять на течение болезни или эпидемический процесс не выявлено.

Если будет доказано, что какая-либо из вакцин менее эффективна против одного или нескольких из этих вариантов, можно будет изменить состав вакцин для защиты от них.

Но в то же время важно сделать прививку и продолжить меры по сокращению распространения вируса. Все это помогает снизить вероятность мутации вируса. Важно соблюдать социальную дистанцию, носить маски, мыть руки и своевременно обращаться за медицинской помощью.

В Роспотребнадзоре ведется постоянное наблюдение за изменчивостью вируса.

Может ли вакцина против COVID-19 вызвать положительный результат теста на заболевание, например, ПЦР-теста или антигенного теста?

Нет, вакцина против COVID-19 не может дать положительный результат ПЦР-теста или лабораторного теста на антиген. Это объясняется тем, что при тестировании проверяется наличие активного заболевания, а не иммунитет человека.

Могу ли я заболеть после прививки?

После прививки от коронавируса (не из-за нее, а при последующем заражении вирусом) можно заболеть, описаны такие случаи. Они редки и в основном возникают у людей, не завершивших полный курс вакцинации и не соблюдавших рекомендованные меры предосторожности. При этом люди, которые заболевают после вакцинации, переносят инфекцию легко, не имеют осложнений.