



Maе Brechu yn аchub
bywydau **Вакцинация спасает**
ЖИЗНИ



COVID-19

Вакцинация

**Объяснение для
взрослых**

Пересмотрено в январе 2021 г - Russian



GIG
CYMRU
NHS
WALES



DIOGELU CYMRU
KEEP WALES SAFE

Что такое COVID-19 или Коронавирус?

COVID-19 вызывается новым коронавирусом, известным как SARS-CoV-2. Впервые он был выявлен в конце 2019 года.

Он имеет очень высокий уровень распространения и может привести к тяжелым респираторным заболеваниям.

Многие инфицированные люди могут не иметь никаких симптомов или иметь только легкие симптомы. Они обычно начинаются с кашля, высокой температуры, головной боли и потери вкуса или запаха.

Некоторые люди будут чувствовать себя очень уставшими, иметь боль в мышцах, боль в горле, диарею и рвоту, высокую температуру и спутанность сознания. Небольшое количество людей могут также иметь тяжелое заболевание, которое может потребовать госпитализации или поступления в реанимацию.

В целом от COVID-19 погибнет менее 1 из 100 инфицированных, но это ближе к 1 из 10 в людей старше 75 лет. Нет лекарства от COVID-19, хотя некоторые недавно протестированные методы лечения действительно помогают снизить риск осложнений.

Какую вакцину я получу?

В Великобритании мы будем использовать только COVID-19 вакцины, которые соответствуют требуемым стандартам безопасности и эффективности. Все лекарства, включая вакцины, проверяются на безопасность и эффективность, прежде чем их можно будет использовать.

Каждая вакцина была протестирована на десятках тысяч людей в нескольких различных странах и показала свою безопасность и эффективность. Вам дадут одну из этих вакцин в зависимости от того, какая из них доступна. Эти вакцины могут еще не иметь полной британской лицензии, но будут санкционированы Агентством по регулированию лекарственных средств и продуктов здравоохранения (MHRA) на основе полной оценки их безопасности и эффективности.

MHRA одобряет вакцину для поставок в Великобритании, только если соблюдаются ожидаемые стандарты безопасности, качества и эффективности.

Доступные в настоящее время вакцины требуют двух доз, чтобы обеспечить наилучшую долгосрочную защиту.

Кто должен получить COVID-19 вакцину?

Объединенный комитет по вакцинации и иммунизации (JCVI), независимая группа экспертов, рекомендовала NHS предложить эти вакцины тем, кто подвержен наибольшему риску заболеванию, страдать серьезными осложнениями.

Это включает пожилых людей и передовых медицинских и социальных работников. Когда появится больше вакцины, вакцины будут предложены другим группам риска как можно скорее.

Любой может быть заражен коронавирусом. Если Вы пожилой человек и Вы долго болеете, COVID-19 может быть очень серьезным и в некоторых случаях смертельным.

Вы должны получить COVID-19 вакцину первыми, если Вы:

- живете или работаете в доме престарелых
- приоритетный медицинский работник
- приоритетный социальный работник
- домашний опекун, обеспечивающий личный уход
- лица в возрасте от 65 лет и старше
- в клинически крайне уязвимой группе

Все, кто входит в клинически крайне уязвимую группу, будут иметь право на COVID-19 вакцину. Когда Вам предложат вакцину, может зависеть от тяжести Вашего состояния. Ваш врач может сообщить Вам о Ваших правах

Вакцина также будет предложена лицам в возрасте от 16 лет и старше с такими заболеваниями, как:

- **рак крови (например, лейкемия, лимфома или миелома)**
- **диабет**
- **проблема с сердцем**
- **жалоба на затруднения дыхания, включая бронхит, эмфизему или тяжелую астму**
- **заболевания почек**
- **заболевания печени**
- **снижение иммунитета вследствие заболевания или лечения (например, ВИЧ-инфекции, стероидных препаратов, химиотерапии или лучевой терапии)**
- **после пересадки органов**
- **перенесший инсульт или транзиторную ишемическую атаку (ТИА)**
- **неврологическое или мышечное состояние, включая эпилепсию и деменцию**
- **тяжелая или глубокая учебная инвалидность**
- **Синдром Дауна**
- **проблема с селезенкой, например, серп камеры болезнь, или удаление селезенки**
- **быть серьезно избыточный вес (ИМТ 40 и выше)**
- **тяжелые психические заболевания**

Некоторые из людей в этих группах, возможно, клинически чрезвычайно уязвимы и, возможно, им предложат вакцину ранее в составе этой группы.

Одновременно с теми, кто в возрасте от 16-64 лет с долгосрочными заболеваниями, вакцина также будет предложена:

- тем, кто являются основным опекуном пожилого человека или инвалида, чье здоровья может оказаться под угрозой, если опекун заболеет
- молодые люди в домах и интернатах длительного пребывания, а также персонал

Людам в возрасте от 50-64 лет будет предложена вакцинация после этих групп.

Когда в 2021 году вакцина станет более доступна, мы будем предлагать ее большему количеству групп.

Я беременна, могу ли я получить вакцину?

COVID-19 вакцины еще не были протестированы на беременных, поэтому, пока нет дополнительной информации, беременные не должны получать эту вакцину.

Объединенный комитет по вакцинации и иммунизации (JCVI) признал потенциальные преимущества вакцинации особенно важны для некоторых беременных женщин. Это включает тех, кто подвержен высокому риску инфекцией, или тех, кто при заболевании находятся в группе высокого риска серьезных COVID-19

В этих обстоятельствах Вы должны обсудить вакцинацию с врачом или медсестрой. Вы можете решить, что хотите получить вакцину. Если Вы беременны, Вы не должны быть вакцинированы, если Вы не подвергаетесь высокому риску. Вы можете быть вакцинированы после окончания беременности. Если у Вы получили первую дозу, а затем Вы забеременели, Вы должны отложить вторую дозу до окончания беременности, если только Вы не подвергаетесь высокому риску.

Нет советов избегать беременности после COVID-19 вакцинации.

Я кормлю грудью, что мне делать?

Нет данных о эффектах COVID-19 вакцин на кормящих матерей или на грудного ребенка. Тем не менее, COVID-19 вакцины не считаются риском для грудного ребенка, и преимущества грудного вскармливания хорошо известны. Из-за этого JCVI посоветовал, что вакцину можно давать во время грудного вскармливания. Если Вы кормите грудью, Вы можете решить подождать, пока Вы закончите кормление грудью, а затем сделать прививку.

Кому нельзя делать прививку от COVID-19?

Очень небольшое число людей не может иметь COVID-19 вакцины. Это включает людей, у которых была тяжелая аллергическая реакция на любой ингредиент в вакцине или к предыдущей дозе той же вакцины. Поговорите с врачом или медсестрой, если у вас когда-либо была тяжелая аллергическая реакция, так как альтернативная вакцина может быть доступна для вас.

Если у Вас высокая температура в настоящее время или у Вас был положительный тест на COVID-19 в последние 28 дней, Вам следует перенести день авкцинации.

Защитит ли меня вакцина?

Прививка от COVID-19 уменьшит вероятность заболевания от COVID-19. Исследования показали высокий уровень краткосрочной защиты от двух до трех недель после одной дозы вакцины, но для долгосрочной защиты требуется вторая доза.

Вакцины не содержат живых организмов, и поэтому безопасны для людей с нарушениями иммунной системы. Эти люди могут плохо реагировать на вакцину.

Как и все лекарства, ни одна вакцина не является 100% эффективной. Некоторые люди все еще могут получить COVID-19 после вакцинации, но с менее серьезными симптомами

Будет ли вакцина иметь побочные эффекты?

Как и все лекарства, вакцины могут вызывать побочные эффекты. Обычно они несерьезные и длятся всего несколько дней, и не все их получают.

Даже если у Вас есть некоторые побочные эффекты после первой дозы, все равно важно получить вторую дозу.

Распространенные побочные эффекты включают:

- болезненное, тяжелое чувство и чувствительность в руке, где Вам сделали инъекцию в течение нескольких дней после вакцины
- чувство усталости
- головная боль
- боли в теле, или симптомы легкого гриппа

В течение первых двух или трех дней после вакцинации у Вас может подняться температура, но это очень редко и может быть признаком COVID-19 или другой инфекции. Вы можете принять нормальную дозу парацетамола (следуйте совету на упаковке) и отдохнуть, что поможет Вашему самочувствию. Редким побочным эффектом является отек желез.

Симптомы после вакцинации обычно длятся менее недели. Если Ваши симптомы ухудшаются или если Вы обеспокоены, посмотрите на 111.wales.nhs.uk, и при необходимости звоните NHS 111 Wales 111 или Вашему врачу. Если 111 недоступно в вашем регионе, позвоните 0845 46 47. Звонки на NHS 111 Уэльса бесплатны с домашних и мобильных телефонов. Звонки на 0845 46 47 стоят 2р в минуту плюс обычная плата за доступ вашего телефонного провайдера.



Если Вы обращаетесь за консультацией к врачу или медсестре, убедитесь, что Вы рассказали им о своей вакцинации (покажите им свою карту вакцинации, если это возможно), чтобы они могли дать Вам точный диагноз.

Вы можете сообщить о любых побочных эффектах по адресу: coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/ или через приложение Yellow Card.

Редко у людей возникает аллергическая реакция вскоре после вакцинации. Это может проявиться как сыпь или зуд, проявившихся на часть или по всему телу. Еще реже люди могут проявить тяжелую реакцию вскоре после вакцинации, что вызывает трудности с дыханием и может вызвать их коллапс. Это называется анафилаксией и может произойти после применения и других лекарств и еды. Эти реакции редки и медсестры обучены как справляться с ими. Люди, у которых есть анафилактическая реакция, могут успешно лечиться и обычно выздоравливать в течение нескольких часов.

Можно ли потхватить COVID-19 от вакцины?

Вакцина не может заразить Вас инфекцией COVID-19. Вы можете иметь COVID-19 и не осознавать, что у Вас есть симптомы, которые могут совпасть с временем вакцинации

Наиболее важными симптомами COVID-19 являются недавние появления любого из следующих:

- новый непрерывный кашель
- высокая температура
- потеря или изменение нормального чувства вкуса или запаха
- некоторые люди также имеют боль в горле, головную боль, заложенность носа, диарею, тошноту и рвоту

Если у Вас есть какой-либо из выше указанных симптомов, оставайтесь дома и сделайте тест.

Если Вам нужна дополнительная информация о симптомах, посетите 111.wales.nhs.uk

Что делать дальше?

Вы получите информацию о том, когда и где сделать прививку. В день встречи оденьте практичную одежду, чтобы было легко получить доступ к верхней части руки. Если Вы боитесь иголок или испытываете беспокойство, расскажите об этом человеку, вводящему инъекцию. Они смогут поддержать Вас. После того, как вы получили первую дозу, Вы должны планировать получить вторую дозу.

Важно иметь обе дозы вакцины, чтобы дать Вам лучшую долгосрочную защиту. Держите карту вакцинации в безопасности и убедитесь, что Вы получили вторую дозу.

Что мне делать, если мне плохо, когда пришло время для вакцинации?

Если у Вас очень высокая температура, лучше подождать, пока Вы выздоровеете. Позвоните, чтобы перенести встречу и попытаться получить вакцинацию как можно скорее. Не выходите из дома, если Вы самоизолируетесь, ждете теста или результата COVID-19. Позвоните, чтобы перенести встречу



Могу ли я передать COVID-19 кому-нибудь, после вакцинации?

Вакцина уменьшит Ваши риск серьезно заболеть. Мы пока не знаем, помешает ли это Вам потхватить и передать вирус. Важно, чтобы Вы продолжали следовать COVID-19 указаниям, чтобы защитить окружающих.

Чтобы защитить себя и свою семью, друзей и коллег, Вам все еще нужно:

- **практиковать социальную дистанцию**
- **носить защитную маску**
- **тщательно и часто мыть руки**
- **следовать действующему совету: gov.wales/coronavirus**

Помните :

COVID-19 распространяется через капли, выдыхаемые из носа или рта, особенно при разговоре или кашле. Его также можно подхватить, прикоснувшись к глазам, носу и рту после контакта с загрязненными предметами и поверхностями.

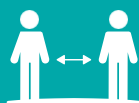
Три правила, чтобы
**ОБЕСПЕЧИТЬ БЕЗОПАСНОСТЬ
УЭЛЬСА**



Мойте руки



Прикрывайте лицо



2 м друг
от друга

Дополнительная информация

Вы можете узнать больше о COVID-19 вакцинах, включая их содержание и возможные побочные эффекты по адресу [**111.wales.nhs.uk/coronavirus\(2019ncov\)**](https://111.wales.nhs.uk/coronavirus(2019ncov)) **and** [**coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation**](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/productinformation)

Вы можете сообщить о предполагаемых побочных эффектах в Интернете по адресу [**coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk**](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk) или путем загрузки приложения Yellow Card.

Чтобы узнать, как NHS использует вашу информацию, посетите [**111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights**](https://111.wales.nhs.uk/lifestylewellbeing/yourinfoyourrights)

Чтобы заказать больше копий этой брошюры, посетите [**phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/**](https://phw.nhs.wales/services-and-teams/health-information-resources/)

© Public Health Wales, January 2021
(with acknowledgement to Public Health England)

Version 2
ISBN 978-1-78986-154-224

