



## **Mae Brechu yn achub bywydau** **Vaccination saves lives**

### **Должны ли Вы проходить бесплатную вакцинацию от гриппа предоставляемую Национальной службой здравоохранения Великобритании (NHS)?**

Грипп может быть очень серьёзным заболеванием, и этой зимой мы ожидаем циркуляцию как гриппа, так и COVID-19. Ежегодное проведение вакцинации против гриппа - один из лучших способов защиты от него. Вот почему люди, которые больше всего подвержены риску заболеть гриппом, должны проходить иммунизацию, даже если они чувствуют себя здоровыми.

**Вакцина против гриппа бесплатна (для людей в возрасте от шести месяцев), если у Вас есть:**

- проблемы с сердцем
- жалобы на боли в грудной клетке или затрудненное дыхание, включая астму, при которой требуются регулярные стероидные ингаляторы или таблетки
- заболевания почек
- пониженный иммунитет из-за болезни или лечения (такого как лечение стероидами или лечение раковых заболеваний) или находятся в тесном контакте или живут в одном доме с кем-либо из этой группы пациентов
- заболевания печени
- диабет
- перенесли инсульт (или мини-инсульт)
- нарушение обучаемости
- неврологическое заболевание, такое как рассеянный склероз (РС), детский церебральный паралич или синдром после заболевания полиомиелитом
- проблема с вашей селезёнкой, такая как серповидноклеточная анемия, или вам удалили селезёнку
- завышенная масса тела (индекс массы тела (ИМТ) от 40 или более) (и в возрасте от 16 лет и старше)

**Это также рекомендуется и бесплатно, если Вы:**

- беременна
- в возрасте 50 лет и старше (считая от 31 марта 2022 года)
- проживаете в приюте для престарелых или в доме престарелых с медицинским обслуживанием
- лицо, осуществляющее уход / сиделка
- основной респондер общины жилого комплекса
- член признанной добровольной организации ии оказывающий плановую первую помощь

**Работникам здравоохранения и социальной сферы**, имеющим непосредственный контакт с пациентами или клиентами, настоятельно рекомендуется сделать прививку от гриппа. Это делается для того, чтобы защитить себя и тех, о ком они заботятся.

## **Russian**

Если Вы работаете в доме престарелых или ухаживаете за людьми в их собственном доме, вы можете получить бесплатную вакцину от гриппа в местной аптеке.

**Дети** в возрасте двух или трех лет (с 31 августа 2021 года) должны получить вакцину от гриппа в виде назального спрея. Они могут получать это от своих терапевтов/семейных врачей. В этом году все дети начальной школы, а также средней школы до 11 лет имеют право на вакцину против гриппа в виде назального спрея и обычно это предоставляется в школе.

**Вакцина против гриппа - один из лучших способов защиты от заражения им или распространения гриппа.**

**Если Вы не уверены, можете ли Вы получить бесплатную вакцину от гриппа, обратитесь за советом к своему терапевту или в местную аптеку.**

Узнайте больше о гриппе и вакцинах против гриппа на сайте [phw.nhs.wales/flu vaccine](https://phw.nhs.wales/flu vaccine)