Зачем нужна прививка от гриппа?

Вакцинация — единственный надёжный способ защититься от гриппа.

Грипп — это острая вирусная инфекция, которая быстро передаётся от человека к человеку. Болезнь протекает тяжело: температура тела поднимается выше 38 °C, ноют мышцы и суставы, появляется сильная головная боль, слабость, потом кашель и насморк.

Против гриппа нет специфических лекарств: на вирусы не действуют антибиотики, противовирусные средства не всегда эффективны. При этом высок риск развития осложнений: от гриппа и связанных с ним заболеваний ежегодно умирает до полумиллиона человек.

Грипп быстро распространяется, поэтому каждый год случаются его эпидемии. Ни одна мера профилактики не бывает настолько эффективной, как прививка.

Как она работает?

Любой вирус или бактерия содержит в себе белки. Для нас они являются антигенами. Когда эти белки попадают в организм, иммунная система начинает вырабатывать в ответ антитела — свои белки, которые должны уничтожить инфекцию.

В состав вакцины входят ослабленные или мёртвые возбудители инфекции (или вообще их части). Они не способны вызвать болезнь, но иммунитет реагирует на них и формирует антитела.

Если потом вас атакует вирус, то иммунная система ответит быстро: антитела уже наготове. Поэтому болезнь не начнётся или пройдёт в лёгкой форме.

Прививка от гриппа всегда помогает?

Эффективность вакцин против гриппа в среднем 70-80%. Относительно невысокая цифра, и у этого есть свои причины:

- У вируса гриппа много разновидностей, он быстро мутирует. Прививка не защищает от вируса, который не участвует в эпидемии текущего года, но вы можете заболеть именно непопулярной разновидностью.
- Вакцины работают с разной эффективностью, у современных препаратов она выше.

У тех, кто получил прививку и всё же заболел, грипп протекает легче и не приводит к осложнениям.

Прививка защищает только от гриппа, но вы можете подхватить другую вирусную инфекцию с похожими симптомами.

Кому нужно прививаться?

Сделать прививку рекомендуют всем, но особенно:

- Детям (после полугода) и пожилым людям, потому что грипп для них особенно опасен.
- Школьникам и студентам, потому что они контактируют с большим количеством людей.
- Взрослым, которым приходится работать с людьми: медработникам, учителям, продавцам и так далее.
- Людям с хроническими заболеваниями, потому что грипп в сочетании с другими болезнями приводит к тяжёлым последствиям.

ВОЗ рекомендует прививаться беременным женщинам, потому что грипп, в отличие от прививок, может серьёзно навредить плоду.

Прививки безопасны?

Да, насколько это возможно. У любого препарата есть противопоказания, они зависят от конкретной вакцины.

Наиболее безопасные — расщеплённые (сплит-вакцины), субъединичные и цельновирусные. Они не содержат живого вируса, их вводят с помощью укола.

Живые вакцины выпускают в форме спрея, у них больше противопоказаний.

Какие могут быть последствия?

Главная опасность — аллергическая реакция, например, на куриный белок или другие компоненты вакцины. Если у вас когда-то были проблемы с прививками, либо выбирайте вакцины, в которых нет аллергена, либо откажитесь от иммунизации вообще.

Другие тяжёлые последствия, например поражение нервной системы, встречаются крайне редко, причём прививки от гриппа в этом смысле наиболее безопасны.

Повышение температуры до 37,5 °C, покраснение и небольшая припухлость в месте укола — это нормальная реакция, которая говорит о формировании иммунного ответа. Это неприятно, но такие симптомы проходят за пару дней.

Кому нельзя делать прививку?

Абсолютные противопоказания к прививкам — это уже упомянутая аллергия и тяжёлые иммунодефициты. При таких состояниях никакие прививки делать нельзя.

Откажитесь от вакцинации, если вы плохо себя чувствуете или если у вас обострение хронического заболевания. Отложите прививку до выздоровления или ремиссии.

В любом случае перед прививкой вас или вашего ребёнка обязан осмотреть доктор, который перенесёт или запретит вакцинацию при наличии противопоказаний.

Когда делать прививку от гриппа?

Лучше всего сделать прививку до середины ноября. После вакцинации иммунитет к гриппу вырабатывается за 2 недели, так что нужно успеть привиться до начала эпидемии.

Но риск заболеть гриппом сохраняется обычно до весны, так что даже зимой есть смысл сделать прививку.

Где лучше делать прививку и какую именно?

Это зависит от того, какую вакцину вы хотите выбрать. В государственных клиниках, как правило, есть отечественные препараты. В этом году это «Совигрипп», «Гриппол», «Ультрикс» и их разновидности для детей. Это вакцины нового поколения, безопасные и эффективные, но они содержат куриный белок, который можно не всем.

В некоторых поликлиниках и частных клиниках можно приобрести вакцины из других стран, у которых меньше противопоказаний. Обязательно проверьте, чтобы у медицинского учреждения была лицензия, и уточните, что вакцина выпущена в этом году: в инструкции должно быть написано, что штаммы обновлены в соответствии с рекомендациями ВОЗ.