

Уколотся и пошел: в России началась осенняя вакцинация от гриппа



Роспотребнадзор начал прививочную кампанию против гриппа. Болеющие россияне наносят вред себе и миллиардный ущерб стране, уверены в ведомстве.

О старте прививочной кампании объявила глава Роспотребнадзора Анна Попова на IX Восточном экономическом форуме. Глава ведомства напомнила, что вакцинация — самый эффективный метод профилактики гриппа, который помогает иммунной системе человека приобрести защитные антитела. Это способствует предотвращению тяжелых последствий заболевания и развитию внебольничных пневмоний. Об этом пишут [«Новые Известия»](#).

В чем важность вакцинации от гриппа

В состав российской вакцины включены наиболее актуальные в этом эпидемическом сезоне штаммы вирусов гриппа. Так, например, сохранились антигены вирусов гриппа А (H1N1) и вирусов гриппа В. При этом заменен один компонент для варианта гриппа А H3N2.

Вакцина уже доставлена в российские регионы. Количество россиян, готовых привиться от гриппа, достаточно высокое, отметила Анна Попова.



В планах медиков привить около 60% населения страны и не менее 75% представителей групп риска. Власти регионов должны до конца сентября оценить готовность своих медицинских учреждений к работе во время сезонной эпидемии гриппа.

В аптеках и клиниках должен быть создан неснижаемый запас противовирусных препаратов, антисептических средств и средств индивидуальной защиты.

По мнению Поповой, важность профилактики и вакцинации связана еще и с экономическими последствиями. Только в прошлом году ущерб от эпидемии оценили в девять миллиардов рублей. Эта сумма включает в себя затраты на противодействие распространению инфекции, стоимость лечения, расходы из-за временной нетрудоспособности сотрудников и многое другое.

Почему от гриппа лучше прививаться осенью

Осень — оптимальное время для вакцинации от гриппа. Лучше всего с медицинской точки зрения прививаться примерно за две-три недели до того, как заболевание начнет распространяться. Так организм успеет сформировать иммунитет. Однако стоит помнить, что прививки против гриппа недолговечны. Срок их действия зависит от времени и штамма вируса. Защита от заболевания в среднем снижается в месяц на 6—11%. Но действие эффективной вакцины может длиться год.



Обычно рост заболеваемости гриппом фиксируется в январе — феврале, поэтому оптимально будет привиться в середине или конце октября. Откладывать эту процедуру не стоит: чем ближе зима, тем выше риск заболеть гриппом.

Какие вакцины от гриппа актуальны осенью 2024 года

Вакцинация от гриппа для всех граждан РФ бесплатная. На нее выделяют средства из госбюджета, поэтому и проводится она исключительно отечественными препаратами.

Как правило, вакцина защищает от нескольких наиболее распространенных штаммов вируса в конкретном регионе. Потому они бывают трехвалентными и четырехвалентными. ВОЗ каждый раз рекомендует их состав на основе данных национальных комитетов.

В 2024 году в состав вакцин рекомендовано включать белки трех штаммов вируса гриппа:

- вирус, подобный A/Victoria/4897/2022 (H1N1)pdm09;
- вирус, подобный A/Thailand/8/2022 (H3N2);
- вирус, подобный B/Austria/1359417/2021 (линия B/Victoria).

Для четырехвалентных вакцин дополнительно: вирус, подобный B/Phuket/3073/2013 (линия B/Yamagata).

Вакцины «Ультрикс Квадри», «Флю-М», «Флю-М Тетра» также соответствуют рекомендациям ВОЗ в РФ.

Относительно недостатков вакцин издание со ссылкой на научного журналиста Анну Ремиш пишет, что их можно найти практически у каждого препарата. Ремиш не уверена в том, что 15 мкг антигенов сделают вакцину эффективной. Это свойство препарата необходимо доказать. Если доказательства будут слабыми, то антигенный состав не поможет. Лучше всего привиться в коммерческой клинике зарубежной вакциной с доказанной эффективностью, внятыми клиническими исследованиями и без сомнительных адъювантов, считает журналист.

В числе таких: «Флюарикс», «Инфлювак», «Ваксигрипп» и «Агриппал». Минусом вакцинации в этих случаях будет то, что оплатить расходы пациенту придется из собственного кошелька.

Однако справедливости ради стоит отметить, что даже бесплатная вакцина за последние 20 лет помогла снизить заболеваемость гриппом среди россиян почти в 10 раз.

Кому стоит привиться от гриппа в первую очередь

Опасность гриппа заключается в его изменчивости и непредсказуемости. Ежегодно 3—5 миллионов человек во всем мире переносят это заболевание крайне тяжело, умирают от 290 до 650 тысяч заразившихся.

В Северном полушарии гриппом заболевают примерно 5—10% жителей. Наиболее уязвимая категории — дети, пенсионеры, учителя, врачи, люди, имеющие хронические заболевания, и ВИЧ-инфицированные. Они — потенциальные жертвы вирусной инфекции.



Однако опаснее всего грипп для беременных женщин. У них риск осложнений возрастает в семь раз. Примерно треть всех случаев среди будущих мам завершается преждевременными родами. Также возможны мертворождения и низкий вес новорожденных. Женщинам, которые планируют беременность или уже беременны, особенно рекомендуется вакцинация. Она защищает как маму, так и плод, которому через плаценту передаются антитела. Эти антитела будут защищать ребенка еще полгода после рождения.

Согласно данным ВОЗ, вакцинация не навредит беременным ни на каком сроке. Она не вызывает риск выкидыша или аномалии развития плода. Противопоказанием для вакцинации беременных может стать обострение какой-либо хронической патологии или если женщина уже болеет ОРВИ. В России медики воздерживаются от вакцинации будущих мам в первом триместре беременности.

Детям от шести месяцев до двух лет ВОЗ рекомендует вместо одной дозы вакцины вводить две с промежутком в один месяц. Это увеличит эффективность прививки.

Кому вакцинация противопоказана

Не стоит отправляться в поликлинику для прививки людям, у которых возможны аллергические реакции на любой из компонентов вакцины, в том числе на белок куриного яйца. Также необходимо воздержаться от введения препарата тем, у кого была зафиксирована тяжелая реакция на предыдущую вакцину.



Прививки от гриппа противопоказаны людям, страдающим непереносимостью аминогликозидных антибиотиков и полимиксина, а также при остром инфекционном либо неинфекционном заболевании. Также стоит поберечь себя тем, у кого есть обострение хронической патологии, первичный иммунодефицит, онкологические заболевания. Кроме того, вакцинация не нужна людям, проходящим лечение иммунодепрессантами и антибиотиками.

Как защититься от заражения гриппом

По мнению Анны Поповой, в сезон гриппа важно почаще протирать антибактериальными салфетками свои смартфоны, планшеты, клавиатуру и экран мониторов. Вирусы гриппа способны задерживаться на стеклянных поверхностях до 10 суток, а на металлических или пластмассовых — до двух. За это время человек может заразиться и полноценно заболеть. К тому же никто не отменял мытье рук.



Хорошо помогают укрепить иммунитет физическая активность, отказ от курения и алкоголя, ношение маски. Промывание носа натуральной морской водой с концентрацией соли 8—11 г/л значительно снизит риск заболеваемости гриппом или ОРВИ.