**ВАКЦИНАЦИЯ ПРОТИВ ГРИППА В ВОПРОСАХ и ОТВЕТАХ.**

**Когда лучше всего делать прививку от гриппа?**
Лучше всего проводить вакцинацию до начала эпидемического подъема заболеваемости. Точно сказать, когда начнется подъем, нельзя, поэтому программа вакцинации начинается заранее. Оптимальное решение — сделать прививку до конца октября-ноября. Но и откладывать вакцинацию до последнего тоже может быть опасно.

Помните, что прививка — это не таблетка, которая начинает работать через 15 минут! Иммунной системе требуется около 2 недель, чтобы выработать иммунитет в ответ на вакцинацию.

**Нужно ли ждать ровно год с момента прививки от гриппа в прошлом сезоне?**

Нет, в этом нет необходимости. Очередная доза в рамках сезонной вакцинации от гриппа — это не ревакцинация, когда нам нужно усилить эффект от предыдущей дозы. Каждый год у вакцины разный антигенный состав в соответствии с актуальными вариантами вирусов, то есть это новая прививка. А значит, ориентироваться на срок введения предыдущей дозы не нужно.

**Мы недавно сделали другую прививку. Когда мы теперь сможем сделать прививку от гриппа?**
Согласно актуальному приказу о Национальном календаре и рекомендациям по его применению, действующим в Российской Федерации интервал между неживыми вакцинами, которые не были введены в один день, может быть любым (если в инструкции не указано иное). Поскольку все вакцины от гриппа являются неживыми, они могут вводиться в любой день независимо от ранее сделанных или запланированных вакцин.

**Если только что переболел простудой / ангиной / пневмонией. Когда можно сделать прививку от гриппа?**
До начала эпидемического подъема еще есть время и можно выждать несколько недель после болезни, если она была достаточно тяжелой. Прививка не опасна и сразу после выздоровления, и даже в процессе болезни. Но для того, чтобы вакцинацию не обвиняли в том, что она усугубила болезнь или вызвала какое-то отсроченное осложнение, ее делают не сразу.

С точки зрения ВОЗ у вакцинации от гриппа нет противопоказаний, кроме анафилактической реакции на компоненты вакцины и предыдущие дозы вакцины. При этом нетяжелая аллергия на белок куриного яйца (например, в виде сыпи или обострения атопического дерматита, но без задействования других систем организма) не считается противопоказанием. Вакцинация сразу после выздоровления и даже на фоне легкой ОРВИ эффективна и безопасна (<https://www.cdc.gov/vaccines/parents/visit/sick-child.>).

**А вот я привился и сразу заболел!**
Давайте разберемся, чем именно вы заболели?
Возможны несколько вариантов развития событий.

**Сценарий № 1** — В первые 3 суток после вакцинации у вас было недомогание и/или температура, головная боль.
Это вполне нормальное явление, которое может наблюдаться примерно у 1 из 10 привитых. Еще может быть боль, отек, покраснение места инъекции. Это не болезнь, а типичные реакции на вакцинацию, говорящие о том, что ваша иммунная система активно обрабатывает антигены вакцины. Неприятно, но гораздо лучше, чем полноценный грипп.

Кстати, отсутствие реакции не говорит о том, что иммунного ответа нет. Все-таки вакцины разрабатывают так, чтобы они причиняли минимум неудобств, поэтому реакции встречаются редко.

**Сценарий № 2** — Вы действительно заболели какой-то вирусной инфекцией.
Так тоже может быть. Значит, незадолго до прививки или после нее вы столкнулись с вирусами, которые решили задержаться в вашем организме. После вакцинации подошел к концу их инкубационный период, поэтому себя проявили симптомы болезни.

(а) Вы заболели какой-то ОРВИ, но не гриппом.
(Любой грипп — это ОРВИ, но не любая ОРВИ — это грипп.)
Осенью и зимой нас атакует масса вирусов из группы ОРВИ. Многие из них могут иметь весьма яркие клинические проявления, похожие на грипп. Это другие вирусы — от них гриппозная вакцина не защищает, и они не так опасны, как грипп.

(b) Вы заболели именно гриппом.
Это возможно, и вот почему:
— прививка не работает сразу, следовательно, пока она не сработала, вы все еще не защищены и можете заболеть сезонным гриппом;
— прогноз экспертов мог не сбыться или сбыться не полностью, и вы встретили разновидность вируса, антигены которого не были включены в вакцину в этом году. И такое бывает;
— если в этом году появился совершенно новый пандемический грипп. Его, в отличие от сезонного, пока что невозможно предсказать. Благо это случается редко. В ХХ веке их было 3 (в 1917, 1957 и 1968 годах), а также 1 пандемия в 2009 году.

**Но все это не повод отказываться от прививки против гриппа!**

Да, эффективность прививки от гриппа не равна 100 %, однако вакцинация все равно целесообразна. Когда циркулирующие штаммы наиболее точно соответствуют вакцинным, прививка снижает риск заболевания гриппом на 50–60 % в среднем по популяции, а у лиц моложе 65 лет — на 70–90 %. К тому же вакцинация значимо сокращает риски тяжелого течения болезни, а также связанной с гриппом госпитализации и смерти.

Что это значит?
Эффективность 50 % — это сокращение риска в 2 раза.
Эффективность 75 % — это сокращение риска в 4 раза.

Вы точно не хотите снижать риски?

**Берегите себя и будьте здоровы!**