

# БОРИТЕСЬ С ГРИППОМ!

Защитите себя, свою семью и своё сообщество

**Педиатры рекомендуют делать прививку от гриппа детям от 6-и месяцев и старше. (1)**

## Зачем делать прививку от гриппа?

### Вакцина от гриппа ...

- Не даёт вам заболеть гриппом
- Снижает риск госпитализации детей и взрослых в результате осложнений, связанных с гриппом
- Защищает людей с хроническими заболеваниями
- Защищает от гриппа беременных женщин и их детей
- Если вы заболите, симптомы могут быть более лёгкими (2)



## Безопасна ли вакцина против гриппа?

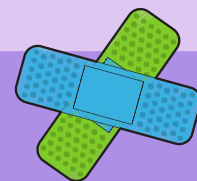
Да. Вакцина против гриппа, как и все другие вакцины, постоянно и регулярно контролируется в Центрах по контролю и профилактике заболеваний (CDC) и Управлениях по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США (FDA). Новые вакцины должны проходить многие годы тщательных исследований и клинических испытаний, прежде чем их признают безопасными, эффективными и готовыми для использования широкой публикой. Вакцина против гриппа используется с хорошими показателями безопасности уже более 50 лет (3).



## Заболеваете ли вы гриппом от вакцины? Каковы побочные эффекты?

Нет, вы не можете заболеть гриппом от прививки от гриппа. Вакцина содержит дезактивированный вирус гриппа или вообще не содержит вируса гриппа, поэтому она не может вызвать у вас грипп. (3)

Большинство людей, получающих вакцину от гриппа, никогда не имеют побочных эффектов. Те, у кого они возникают, обычно испытывают лёгкие побочные эффекты, - такие как покраснение кожи и небольшая припухлость в месте инъекции, болезненность, лихорадка, головная боль и / или мышечные боли. Это общие побочные эффекты, которые отражают иммунный ответ вашего организма на вакцину против гриппа. Риск серьёзной аллергической реакции на вакцину против гриппа составляет менее одного случая на 4 000 000 человек. (3)



(1) Американская Академия педиатрии: American Academy of Pediatrics. <https://www.aap.org/en-us/about-the-aap/aap-press-room/Pages/Recommendations-for-Prevention-and-Control-of-Influenza-in-Children-2019-2020.aspx>

(2) Центры по контролю и профилактике заболеваний: Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/flu/resource-center/freeresources/graphics/flu-vaccine-protects-family.htm>

(3) Семейная борьба с гриппом. Часто задаваемые вопросы о вакцинах против гриппа: Families Fighting Flu. Flu Vaccine FAQs. <https://www.familiesfightingflu.org/flu-vaccination/>

# Что содержится в вакцине от гриппа?



- **Белок** из яиц или клеток животных, используемых для выращивания вируса – может присутствовать в вакцине.
- **Консерванты** – могут использоваться во флаконах мульти-дозаторах с вакцинами против гриппа для предотвращения загрязнения вредными микроорганизмами, такими как бактерии и грибы.
- **Адъюванты** – могут использоваться для стимуляции иммунной реакции организма на вакцину против гриппа.
- **Стабилизаторы**, такие как сахара или желатин, – могут использоваться для гарантии эффективности вакцины при транспортировке или хранении.
- **Антибиотики** – могут использоваться в процессе производства вакцины для предотвращения её загрязнения бактериями.
- **Инактивирующие агенты** используются для дезактивации вируса гриппа, собираемого из яиц или клеток животных. Стандартное дезактивирующее вещество при изготовлении вакцины – формальдегид. Хотя в вакцине против гриппа могут присутствовать остаточные объемы формальдегида, они сходны или меньше тех, которые уже естественным образом имеются в нашем организме. (4)

## 5 способов защититься от гриппа:

- 1 **Делайте ежегодную прививку от гриппа.**
- 2 **Часто мойте руки.**
- 3 **Кашляйте «в локоть», чтобы предотвратить распространение микробов через прикосновение.**
- 4 **Не прикасайтесь к своим глазам, носу или рту.**
- 5 **Очищайте и дезинфицируйте поверхности и / или предметы. (6)**

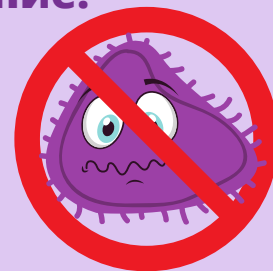
**Посетите наш веб-сайт, подпишитесь на нас в социальных сетях и посетите бесплатный семинар, на котором педиатры делятся основанной на фактах информацией без чувства страха или осуждения.**

[boostoregon.org](http://boostoregon.org)



### Важно:

вакцина против гриппа сокращает на 74% число поступлений детей в отделения реанимации и интенсивной терапии. (5)



(4) Семейная борьба с гриппом. Часто задаваемые вопросы о вакцинах против гриппа. <https://www.familiesfightingflu.org/flu-vaccination/>

(5) Центры по контролю и профилактике заболеваний. <https://www.cdc.gov/flu/prevent/vaccine-benefits.htm>

(6) Семейная борьба с гриппом. Профилактика и лечение гриппа. <https://www.familiesfightingflu.org/flu-prevention-and-treatment/>