

ЛУЧШЕ ПРИВИТЬСЯ, ЧЕМ БОЛЕТЬ

Вакцинация считается самой надёжной и эффективной профилактикой коронавирусной инфекции.

Преимущества вакцинации:

- Сохраняет жизнь.
- Предупреждает болезни и их вероятные осложнения.
- Являются прочным фундаментом для здоровья в течение всей жизни.
- Защищает не только человека, которому сделали прививку, но и окружающих его людей.
- Безопасны и эффективны.



Основные цели:

1. Профилактика, снижение риска заражения. Встречаясь с антигенами, иммунная система запоминает их, и при следующей встрече быстро распознает вирус и уничтожает.

2. Профилактика осложнений. Иногда бывает, что заболевает даже привитый человек. Но в этом случае болеет он намного легче, а выздоравливает быстрее и без осложнений.

3. В процессе иммунизации формируется коллективный иммунитет. Когда прививки имеются у 80% населения, инфекция перестаёт распространяться. Привитые, находясь в ближайшем окружении непривитых, защищают от заражения.

ДЛЯ ФОРМИРОВАНИЯ УСТОЙЧИВОГО ИММУНИТЕТА ДОЛЖНО ПРОЙТИ 3-4 НЕДЕЛИ ПОСЛЕ ПОЛНОГО КУРСА ВАКЦИНАЦИИ.

Вакцина против COVID-19 не отменяет для привитого пациента необходимость соблюдения следующих правил:

- Сократите время пребывания в местах скопления людей: торговых центрах, спортивных и зрелищных мероприятий.
- Избегайте передвижения на общественном транспорте в час пик.
- Используйте одноразовую медицинскую маску в общественных местах, меняйте ее каждые 2–3 часа. Правильно надетая маска плотно прилегает к лицу, прикрывает нос, рот и подбородок.
- Избегайте пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки заболевания - кашель, чихание, выделения из носа.
- Соблюдайте дистанцию и держитесь от людей на расстоянии как минимум 1,5 метра, особенно если у них кашель, насморк или другие признаки заболевания.
- Не пожимайте руки и не обнимайтесь в качестве приветствия и прощания.
- Обрабатывайте руки дезинфицирующим средством или мойте с мылом после возвращения с улицы и туалета, чихания, кашля, контактов с посторонними людьми и перед едой.
- Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
- Закрывайте рот и нос при чихании и кашле носовым платком или салфеткой, а не ладонью.
- Не трогайте лицо грязными руками. Если необходимо дотронуться до лица, предварительно воспользуйтесь дезинфицирующим средством либо помойте руки с мылом.
- Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены.
- Ведите здоровый образ жизни. Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции.
- Употребляйте в пищу продукты богатые белком (рыба, мясо, творог, яйца) и витамином С (шиповник, клюква, киви, лимон).
- Спите достаточное количество времени, занимайтесь физкультурой.
- Проветривайте регулярно помещение в котором находитесь.

