



**impfen-info.de**

Wissen, was schützt.

# Вакцинация против гриппа

Вакцинация в период беременности  
защищает и мать, и ребёнка.





## **Остаться здоровой во время беременности**

Во время беременности особое значение приобретает здоровье матери и ребёнка.

Заболевание гриппом во время беременности может нанести серьёзный вред. В этот период возрастает риск тяжёлого течения болезни и развития серьёзных осложнений, например воспаление лёгких, которое требует стационарного лечения. Кроме того, грипп повышает риск задержки развития плода, выкидыша или преждевременных родов.

## **Сезонный грипп – риск, которого можно избежать**

Чтобы свести к минимуму риск тяжёлого течения гриппа, Постоянная комиссия по вакцинации (STIKO) рекомендует всем беременным вакцинацию от сезонного гриппа. Доказано, что прививка от гриппа представляет собой эффективную защиту для матери и ребёнка.

## Что такое сезонный грипп?

Грипп – очень заразное инфекционное заболевание. Зимой возникают сезонные эпидемии гриппа, преимущественно с января по март. В это время вероятность заразиться гриппом и заболеть особенно высока.

Вирус гриппа передаётся воздушно-капельным путём, например, при разговоре, кашле, а также через руки при контакте с загрязнёнными поверхностями. Вирус поражает и повреждает слизистые оболочки верхних дыхательных путей. Это вызывает не только типичные симптомы (кашель и боль в горле), но и делает организм уязвимым для определённых бактериальных возбудителей, которые затем могут привести к одновременному заражению другими патогенами.

### **Типичные симптомы гриппа:**

- резкое повышение температуры тела ( $\geq 38,5$  °C)
- сухой рефлекторный кашель
- головная боль, боль в горле, ломота в мышцах и суставах
- вялость, иногда тошнота и рвота
- повышенная потливость

Такие типичные симптомы характерны примерно для трети случаев заболевания.

Возможны и серьёзные осложнения, например воспаление лёгких или сердечной мышцы (миокардит).

В отличие от гриппа простудные заболевания (насморк) вызываются другими вирусами. Такие заболевания протекают легче и заканчиваются уже через несколько дней.

**ЭТО ВАЖНО  
ЗНАТЬ**

Вакцинация против гриппа защищает только от вирусов гриппа, а не от других простудных заболеваний в целом или от заболевания COVID-19. В то же время вакцинация против гриппа не повышает опасности заболеть COVID-19.

## Почему грипп во время беременности опасен?

Во время беременности иммунная система менее активна. Это естественный механизм защиты для будущего ребенка, который не позволяет иммунной системе беременной женщины видеть в нем чужеродный объект и нападать. Вследствие этого беременные женщины более восприимчивы к инфекциям.

Кроме того, во время беременности меняются дыхание и кровообращение, что дополнительно повышает риск тяжёлого течения гриппа.



## Ограниченные возможности лечения во время беременности

Применение любых медикаментов во время беременности должно быть тщательно взвешено, потому что безопасность матери и нормальное развитие ребёнка очень важны. Это касается и противовирусных препаратов, решение о применении которых во время беременности принимается только после тщательного осмотра в каждом конкретном случае.

Антибиотики неэффективны в борьбе с инфекционным заболеванием, таким как грипп. Они подходят только для лечения бактериальных инфекций. Поэтому антибиотики следует применять лишь в случае осложнений, вызванных смешанной инфекцией (вирус-бактерия).

**Профилактика гриппа** с использованием противогриппозных вакцин лучше, чем его лечение!



## Как можно себя защитить?

Лучшая защита от гриппозной инфекции – своевременная вакцинация перед началом сезона гриппа. Это помогает организму выработать антитела для борьбы с вирусами гриппа.

**РЕКОМЕНДУЕТСЯ  
ВАКЦИНАЦИЯ**

Постоянная комиссия по вакцинации (STIKO) рекомендует всем здоровым беременным женщинам делать прививки от сезонного гриппа с четвертого месяца беременности. А при наличии хронических заболеваний, таких как астма, диабет или гипертония, следует прививаться перед четвертым месяцем беременности.

Также рекомендуется разовая вакцинация от коклюша в последнем триместре (после 28-й недели беременности). Однако не существует самостоятельной вакцины от коклюша. Поэтому делают прививку комбинированной вакциной от столбняка, дифтерии, коклюша и иногда от полиомиелита (детский паралич).

## Ежегодная корректировка состава вакцин

Поскольку вирус гриппа легко изменяется, для достижения оптимальных результатов прививочный материал необходимо ежегодно обновлять.

Так называемые квадριвалентные вакцины защищают от четырех вариантов вируса гриппа, которые с наибольшей вероятностью ожидаются в следующем сезоне гриппа. С 2018 года Постоянная комиссия по



вакцинации (STIKO) рекомендует прививку квадрилигентной вакциной от гриппа.

При вакцинации реакция организма на действующие вещества не всегда одинакова. Однако в тех отдельных случаях, когда, несмотря на вакцинацию, беременные всё же заболели гриппом, болезнь протекала легче.

### **Хорошо переносится и матерью, и ребёнком**

Вакцина для профилактики гриппа у взрослых не содержит живых, способных к размножению возбудителей заболевания, а лишь определенные частицы, необходимые для получения иммунного ответа. Поэтому вероятность заражения матери и ребенка от вакцины исключена. Так называемые инактивированные вакцины – в том числе от столбняка и коклюша – являются эффективным и безопасным средством защиты для матери и ребенка. Прививку живыми вакцинами (например, от кори, свинки, краснухи) следует делать не во время, а перед возможной беременностью.



### **Важно знать**

Беременные женщины могут получить прививку от гриппа в ходе ведения беременности в гинекологической клинике. Также их делают в обычных терапевтических клиниках. Рекомендуемая прививка оплачивается медицинской страховкой.

### **Безопасность вакцины подтверждена**

Безопасность вакцины для беременных и плода была подтверждена в многочисленных клинических исследованиях. Исследования не выявили увеличения числа серьёзных реакций, связанных с введением вакцины. Показано, что введение вакцины не повышает риск преждевременных родов или кесарева сечения, а также не влияет на состояние здоровья младенцев после родов.



### **Когда нельзя делать прививку?**

Прививку не рекомендуется делать при наличии аллергии хотя бы на одну из составляющих вакцины.



При наличии медицинского диагноза, подтверждающего тяжёлую форму аллергии на куриный белок, которая, однако, случается очень редко, рекомендуется вакцинация в условиях, где возможно клиническое наблюдение и лечение. Обязательно проконсультируйтесь со своим врачом.

### **Побочные эффекты: риски и решения**

Иногда на месте инъекции может возникнуть покраснение, небольшая припухлость или лёгкая болезненность. Кроме того, возможно небольшое повышение температуры или общее недомогание. Как правило, эти симптомы безобидны и указывают на активацию иммунной защиты организма. Такие серьёзные побочные эффекты, как высыпания или мгновенная аллергическая реакция, встречаются в очень редких случаях.

**Бесспорно одно:** риск от вакцинации значительно ниже, чем риск заболеть гриппом в тяжелой форме!



## Двойная польза

Вакцинация будущей матери защищает ребенка и после рождения, потому что антитела матери передаются ребёнку через плаценту. Это называется «естественным пассивным иммунитетом». Такая защита очень важна, потому что и грипп, и коклюш у детей первого года жизни часто сопровождается осложнениями. Младенцев можно вакцинировать против гриппа лишь с 6 месяца жизни. Первичная вакцинация от коклюша осуществляется после второго месяца жизни, однако стабильной вирусной защиты можно достичь не раньше 5-го месяца жизни.



**ЭТО ВАЖНО  
ЗНАТЬ**

Каждому, кто имеет тесный контакт с новорождённым, стоит задуматься о противогриппозной вакцинации. Так он сможет защитить не только себя, но и младенца. Постоянная комиссия по вакцинации рекомендует обновить прививку от коклюша всем членам семьи новорожденного, а также лицам, обеспечивающим уход.

## **Соблюдение гигиены как дополнительная защита**

В дополнение к противогриппозной вакцинации риск заражения можно уменьшить с помощью простых гигиенических мер:

- регулярно мыть руки с мылом
- в случае заболевания держаться на расстоянии от других лиц
- не использовать бумажные носовые платки повторно, а выбрасывать их после однократного использования
- кашлять и чихать в локтевой сгиб, а не в ладонь – это снижает распространение бактерий



## Дополнительная информация

### о вакцинации:

- [www.impfen-info.de/grippe](http://www.impfen-info.de/grippe)
- [www.infektionsschutz.de](http://www.infektionsschutz.de)
- [www.rki.de/impfen](http://www.rki.de/impfen)

### о развитии детей:

- [www.kindergesundheit-info.de](http://www.kindergesundheit-info.de)

## Импрессум

Издатель: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)  
50819 Кёльн

Все права защищены.

Создана в сотрудничестве с Robert Koch-Institut

Оформление: dotfly GmbH, Кёльн

Состоянием на июнь 2020 г.

Номер заказа: 62005005

Фотографии: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie, Mike Harrington/  
Stone via Getty Images

**Эту брошюру можно заказать в BZgA, 50819 Köln, на сайте [www.bzga.de](http://www.bzga.de) или по электронной почте [order@bzga.de](mailto:order@bzga.de). Данная брошюра не предназначена для использования в коммерческих целях.**

Брошюру можно загрузить  
на пяти языках.

