

Информация для родителей и учащихся

Зачем нужны прививки?



Каждый, наверное, помнит детское стихотворение: «– На прививку первый класс! – Вы слышали? Это нас!» Но не все знают про необходимость, а порой и жизненную важность прививок.

В истории человечества бывали эпидемии, которые уносили жизни тысяч людей. Если бы тогда существовали прививки, это помогло бы справиться, например с таким редко встречающимся теперь заболеванием, как натуральная оспа. Поговорим о значении прививок и о тех болезнях, от которых они защищают.

Прививки или вакцины (от лат. слова "vacca" - корова) получили свое название по противооспенному препарату, приготовленному из содержимого коровьих оспинок английским врачом Дженнером в 1798 году. Он заметил, что если ввести содержимое оспины коровы, в котором присутствуют болезнетворные бактерии, в кожный надрез человеку, то он не заболеет натуральной оспой.

Прививки (вакцины) - это препараты, способствующие созданию активного специфического иммунитета, приобретенного в процессе прививания и необходимого для защиты организма от конкретного возбудителя болезни. Также прививки могут быть использованы для лечения некоторых инфекционных заболеваний.

Прививки (вакцины) изготавливают путем сложных биохимических процессов из микроорганизмов, продуктов их жизнедеятельности или отдельных компонентов микробной клетки.

Вакцинный препарат, содержащий определенные дозы возбудителя болезни, оказавшись в организме человека, сталкивается с клетками крови - лимфоцитами, в результате чего образуются антитела - особые защитные белки. Организм в определенный период времени - год, пять лет и т.п. - "помнит" о прививке. С этим связана необходимость повторных вакцинаций - ревакцинации, после чего формируется стойкий длительный иммунитет. При последующей "встрече" с болезнетворным микроорганизмом антитела его узнают и нейтрализуют, и человек не заболевает.

Календарь плановых прививок

Каждая страна мира имеет свой календарь профилактических прививок. В нашей стране до недавнего времени в него входило **семь** инфекций: туберкулез, дифтерия, столбняк, коклюш, корь, эпидемический паротит (свинка) и полиомиелит. С 1997 года в календарь обязательных прививок внесены еще две прививки - против гепатита В и краснухи.



возраст	название прививки
Новорожденные (в первые 12 часов жизни)	Первая вакцинация против вирусного гепатита В
Новорожденные (3-7 дней)	Вакцинация против туберкулеза
1 месяц	Вторая вакцинация против вирусного гепатита В

3 месяца	Первая вакцинация
4,5 месяца	Вторая вакцинация против коклюша, дифтерии, столбняка и полиомиелита
6 месяцев	Третья вакцинация против коклюша, дифтерии, столбняка и полиомиелита и третья вакцинация против вирусного гепатита В
12 месяцев	Вакцинация против кори, краснухи, эпидемического паротита
18 месяцев	Первая ревакцинация против коклюша, дифтерии, столбняка и полиомиелита
20 месяцев	Вторая ревакцинация против полиомиелита
6 лет	Вторая вакцинация против кори, краснухи, эпидемического паротита
6-7 лет (1-й класс)	Первая ревакцинация против туберкулеза*
7-8 лет (2-й класс)	Вторая ревакцинация против дифтерии и столбняка (без коклюшного компонента)
13 лет	Вакцинация против краснухи (девочки) Вакцинация против вирусного гепатита В (ранее не привитых)
14-15 лет (9-й класс)	Третья ревакцинация против дифтерии и столбняка (без коклюшного компонента) Третья ревакцинация против полиомиелита

	Вторая ревакцинация против туберкулеза**
Взрослые	Ревакцинация против дифтерии и столбняка каждые 10 лет

Ревакцинируют детей, не инфицированных туберкулезом, с отрицательной реакцией Манту. ** Ревакцинируют детей, не инфицированных туберкулезом, с отрицательной реакцией Манту, не получивших **прививку** в 7 лет. Каждая из вакцин имеет свои сроки, схему и пути введения (через рот, внутримышечно, подкожно, внутрикожно). В некоторых случаях одной прививки бывает достаточно для выработки длительного иммунитета (однократная вакцинация). В других - необходимы многократные введения (ревакцинации), т.к. уровень антител постепенно снижается и необходимы повторные дозы для поддержания нужного количества антител.



Профилактика гриппа



Среди общегигиенических мероприятий против гриппа наиболее эффективными являются следующие:

- Одним из наиболее доступных средств для профилактики гриппа во время эпидемии является ватно-марлевая повязка (маска). Но это недостаточно надежный метод для собственной защиты, он пригоден при заболевании гриппом и предохранении окружающих от инфицирования.
- Инфекция может легко передаваться через грязные руки. Наблюдения показали, что руки не менее чем 300 раз в день контактируют с выделениями из носа и глаз, слюной. При рукопожатии, через ручки дверей, другие предметы вирусы переходят на руки здоровых, а оттуда к носу, глазам, рту. Поэтому во время эпидемии в отдельных ситуациях рекомендуется отказаться от рукопожатия. Необходимо часто мыть руки, особенно во время болезни или ухода за больным.
- Для профилактики гриппа нужно уменьшить количество контактов с источниками инфекции, что является особенно важным для детей. Не рекомендуется активно пользоваться общественным транспортом и ходить в гости. Дети и взрослые должны как можно больше времени находиться на свежем воздухе, потому что там заразиться гриппом практически невозможно.
- Закаливание — важный метод профилактики респираторных инфекций. Он позволяет нормализовать функцию дыхательных путей при охлаждении, что снижает дозу вируса, который попадает в организм при инфицировании. Поэтому путем закаливания можно полностью избежать простуды или значительно снизить чувствительность к ней.
- Дополнительно необходимо принимать аскорбиновую кислоту и поливитамины. Аскорбиновая кислота (витамин С) играет важную роль в регуляции окислительно-восстановительных процессов, углеводного обмена, оседания крови, регенерации тканей. Способствует повышению резистентности организма, что, вероятно, связано с антиоксидантными свойствами аскорбиновой кислоты. Витамин С применяется внутрь по 0,5-1 г 1-2 раза в день. Известно, что наибольшее количество витамина С содержится в соке квашеной капусты, а также мандаринах (лимонах, апельсинах, грейпфрутах), киви. Является полезным салат из свежей капусты, который содержит большое количество витаминов и микроэлементов. С-витаминацию необходимо проводить с декабря по апрель.

- Для профилактики во время эпидемий гриппа можно применять чеснок по 2-3 зубчика ежедневно. Достаточно пожевать несколько минут зубчик чеснока, чтобы полностью очистить ротовую полость от бактерий. Также положительное действие имеет лук.
- Ежедневное употребление свежих овощей и фруктов позволит повысить общий иммунитет к вирусным заболеваниям, что значительно уменьшит финансовые расходы на медикаменты.

Из дополнительных средств, на наш взгляд, можно выделить:

- Туалет носа: мойка дважды в день передних отделов носа с мылом. При этом механически удаляются инородные структуры, которые попали вместе с вдыхаемым воздухом.
- Полоскание горла растворами перманганата калия, фурациллина, соды, ромашки.
- Промывание полости носа настоем лука с медом (сахаром) с помощью пипетки. Рецепт настоя: 3 столовые ложки мелко нарезанного лука залить 50 мл теплой воды, прибавить 1/2 чайной ложки меда (сахара), настоять в течение 30 минут.
- Смазывание слизистой оболочки носа масляным настоем чеснока с луком. Рецепт настоя: масло в стеклянной посуде кипятить в воде 30-40 мин. 3-4 части чеснока и 1/4 лука мелко нарезают, заливают охлажденным маслом. Смесь настаивают в течение 2 час и процеживают.
- Ингаляции в течение 2-3 мин. В 300-граммовую кружку налить воду закипятить, прибавить 30-40 капель настойки эвкалипта, либо 2-3 ложки кожицы картофеля, либо 1/2 чайной ложки соды.
- Теплые ванны для ног с горчицей в течение 5-10 мин., после чего стопы растираются любой разогревающей мазью.
- Инсоляция (ультрафиолетовое облучение). Достаточно принимать 2 курса по 1 мес с ноября по апрель.

Профилактика лекарственными препаратами.

■ Для профилактики в отношении гриппа сегодня существует широкий выбор препаратов. Но необходимо отметить, что эффективность профилактики подобными средствами недостаточна, к тому же большинство препаратов эффективны только в отношении вируса гриппа А (но не В).

Ради гарантированной профилактики гриппа на протяжении эпидемии противовирусные препараты должны применяться каждый день в течение как минимум 6 нед. с риском развития побочных эффектов и непереносимости.

Медикаментозная профилактика показана в таких случаях:

- как дополнение к поздней вакцинации лиц групп риска в первые 2 недели после вакцинации (в период образования антител);
- для детей, которые вакцинируются впервые. Применение препаратов в течение 6 недель после первой вакцинации (образование антител заканчивается ко 2-й неделе после второй вакцинации);
- для лиц с иммунодефицитом, у которых в результате вакцинации образуется недостаточный иммунный ответ, в т. ч. больным туберкулезом. В таких случаях пациентам показана вакцинация, плюс дополнительное применение таких препаратов, как ремантадин (амантадин);
- для лиц, которым вакцинация против гриппа противопоказана (наиболее часто она противопоказана лицам с аллергией на куриный белок). Однако необходимо иметь в виду, что такие противопоказания встречаются крайне редко (менее чем 1 на 10 000 лиц);
- для лиц пожилого возраста, для которых эффективность вакцинации снижается и достигает 50-70%;
- для невакцинированных лиц, которые находятся в контакте с заболевшим;
- когда имеется угроза пандемии;
- в случае, если вакцинированный штамм не совпал с эпидемическим;
- для тех, кто по любым причинам не был своевременно провакцинирован.



Лекарственные препараты, которые применяются для профилактики гриппа и других ОРВИ

Название	Механизм действия	Способ применения
Амантадин *, Ремантадин*	Препараты взаимодействуют с вирусным белком М2. Белок образует ионные каналы в инфицированных клетках, приводя к тому, что вирус лишается возможности размножиться и поражать клетки верхних дыхательных путей	По 0,25 г (1табл.) ежедневно, 20 дней
Тамифлю (озельтамивир)	Ингибитор нейраминидазы	По 0,075 г (1 табл.) ежедневно, 7-10 дней
Адапромид	Эффективен в отношении вирусов гриппа А и В, микоплазм пневмонии	По 100 мг 1 раз в день в течение 5 дней
Дейтифорин	Эффективен в отношении вирусов гриппа А, парагриппа 3-го типа	По 0,1 г на день в течение 10-12 дней 1 табл. дважды в неделю, в течение 2-3 недель
Арбидол	Имеет интерферониндуцирующую активность. Стимулирует гуморальные и клеточные реакции иммунитета	1 табл. дважды в неделю, в течение 2-3 недель

		неделю
Амизон	Имеет интерферониндуцирующую активность. Стимулирует гуморальные и клеточные реакции иммунитета	По 1 табл. 1 раз в день в течение 5 дней, далее по 1 табл. 1 раз в 3 дня в течение 2 недель
Амиксин	Имеет интерферониндуцирующую активность. Стимулирует гуморальные и клеточные реакции иммунитета	1 табл. на неделю, в течение 4-6 недель
Циклоферон	Имеет противовирусную, противовоспалительную, интерферониндуцирующую активность. Стимулирует гуморальные и клеточные реакции иммунитета	12,5% раствор по 2,0 мл в/м, дважды в неделю, с интервалом в 1 неделю Таблетки циклоферона по 3-4 таблетки один раз в три дня
Гропринозин	Имеет интерферониндуцирующую активность Стимулирует гуморальные и клеточные реакции иммунитета	50 мг/кг в день в 3 приема, после еды, 5 дней
Грипферон	Прямое противовирусное (грипп А, аденовирусы, коронавирусы),	По 3-5 капель в каждый носовой

	противовоспалительное	ход трижды на день, в течение эпидемии
Противогриппозный иммуноглобулин	Прямое противовирусное	1,0 мл в/м или 1,0 мл интраназально 2 раза
Оксолиновая мазь*	Прямое противовирусное	Смазывание носовых ходов 2-3 раза в день, в течение всей эпидемии
Мультивитамины, экстракт элеутерококка, настойка аралии	Повышают общую резистентность, стимулируют работу ЦНС Повышают общую резистентность	2 курса по 4-6 недель (для детей до 7 лет по 1 капле на каждый год; для взрослых 20-40 капель 2-3 раза в день)