**ЛОЖНЫЕ ИДЕИ О ВАКЦИНАЦИИ**

**Онлайновые вопросы и ответы** [**http://www.who.int/features/qa/84/ru/**](http://www.who.int/features/qa/84/ru/)

**САЙТ ВОЗ**

**Март 2016 г.**

**Ложная идея 1: С ростом уровня гигиены и санитарии болезни исчезнут — в вакцинах нет необходимости. НЕВЕРНО**

Болезни, против которых может проводиться вакцинация, вновь появятся, если прекратить программы вакцинации. Хотя улучшение гигиены, мытье рук и чистая вода помогают защитить людей от инфекционных болезней, многие инфекции могут распространяться независимо от степени нашей чистоплотности. Если население не вакцинировано, то болезни, ставшие редкими, например полиомиелит и корь, быстро появятся вновь.

**Ложная идея 2: Вакцины вызывают ряд вредных и долгосрочных побочных эффектов, которые еще не известны. Вакцинация даже может быть смертельной. НЕВЕРНО**

Вакцины очень безопасны. В большинстве случаев вакцина вызывает незначительную и временную реакцию, например болезненное ощущение в руке или незначительное повышение температуры. Серьезные побочные эффекты чрезвычайно редки и тщательно отслеживаются и расследуются. У вас значительно больший шанс получить серьезные последствия в результате предотвращаемого вакциной заболевания, нежели от самой вакцины. Например, в случае полиомиелита болезнь может вызвать паралич, корь может вызвать энцефалит и слепоту, а некоторые предотвращаемые с помощью вакцин болезни могут даже повлечь летальный исход. Хотя любой серьезный ущерб или смерть от вакцин неприемлемы, блага вакцинации значительно перевешивают риск, и без вакцин будет больше случаев заболеваний, инвалидности и смерти.

**Ложная идея 3: Ассоциированная вакцина против дифтерита, коклюша и столбняка и вакцина против полиомиелита вызывают синдром внезапной смерти грудного ребенка. НЕВЕРНО**

Не существует причинной связи между введением вакцин и внезапной смертью младенцев, однако эти вакцины применяются в тот период, когда дети могут подвергнуться синдрому внезапной смерти младенца (СВСМ). Иными словами, смерть в результате СВСМ совпадает с вакцинацией и произошла бы и в отсутствие вакцинации. Важно помнить, что эти четыре болезни угрожают жизни и что не вакцинированные против них младенцы подвергаются серьезному риску смерти или серьезной инвалидности.

**Ложная идея 4: Предотвращаемые с помощью вакцин болезни почти ликвидированы в моей стране, поэтому нет оснований подвергаться вакцинации. НЕВЕРНО**

Хотя предотвращаемые с помощью вакцин болезни стали редкостью во многих странах, вызывающие их возбудители инфекции продолжают циркулировать в некоторых частях света. В крайне взаимосвязанном мире эти возбудители могут пересекать границы и заражать любого незащищенного человека. Например, в Западной Европе после 2005 года вспышки кори среди невакцинированных групп населения имели место в Австрии, Бельгии, Дании, Франции, Германии, Италии, Испании, Швейцарии и Соединенном Королевстве. Таким образом, две основные причины сделать прививку — это защититься самим и защитить людей вокруг нас. Успешные программы вакцинации, как и успешные общества, опираются на сотрудничество каждого человека в обеспечении всеобщего блага. Нам не следует рассчитывать, что распространение болезни будет остановлено окружающими нас людьми; мы также должны прилагать к этому посильные усилия.

**Ложная идея 5: Предотвращаемые с помощью вакцин детские болезни являются досадной реалией жизни. НЕВЕРНО**

Предотвращаемые с помощью вакцин болезни не должны быть «реалиями жизни». Такие болезни, как корь, свинка и краснуха, являются серьезными и могут вызвать серьезные осложнения у детей и взрослых, в том числе пневмонию, энцефалит, слепоту, диарею, ушные инфекции, синдром врожденной краснухи (если женщина заражается краснухой в начале беременности) и смерть. Все эти болезни и страдания можно предотвратить с помощь вакцин. Без прививок против этих болезней дети оказываются более уязвимыми.

**Ложная идея 6: Одновременное введение ребенку более одной вакцины может повысить риск пагубных побочных последствий, которые могут перегрузить иммунную систему ребенка. НЕВЕРНО**

Согласно научным данным, одновременное введение нескольких вакцин не имеет неблагоприятных последствий для иммунной системы ребенка. Дети ежедневно подвергаются воздействию нескольких сотен инородных веществ, которые вызывают иммунную реакцию. В результате простого акта приема пищи в тело поступают антигены, а в полости рта и носа живут многочисленные бактерии. Ребенок подвергается воздействию значительно большего числа антигенов в результате простуды или ангины, чем от вакцин. Основными преимуществами введения сразу нескольких вакцин является сокращение числа посещений поликлиники, что экономит время и деньги, и рост вероятности того, что детям будут сделаны рекомендуемые прививки с соблюдением графика. Кроме того, возможность проводить ассоциированную вакцинацию, например против кори, свинки и краснухи, означает сокращение числа инъекций.

**Ложная идея 7: Грипп — это всего лишь неприятная болезнь, и вакцина не очень эффективна. НЕВЕРНО**

Грипп — это нечто значительно большее, чем неприятная болезнь. Это серьезное заболевание, которое ежегодно уносит 300-500 тысяч человеческих жизней во всем мире. Беременные женщины, дети младшего возраста, престарелые со слабым здоровьем и любой человек с какой-либо патологией, например астмой или болезнью сердца, подвергаются большему риску тяжелой инфекции и смерти. Дополнительным положительным эффектом вакцинации беременных женщин является защита новорожденных (в настоящее время не существует вакцины для младенцев, не достигших 6 месяцев). Большинство противогриппозных вакцин обеспечивают иммунитет против трех наиболее распространенных штаммов, циркулирующих в любой данный сезон. Это наилучший способ сократить шанс заболеть тяжелым гриппом или заразить им других людей. Избежать гриппа означает избежать дополнительных медицинских расходов и потери доходов в результате пропущенных дней работы или учебы.

**Ложная идея 8: Лучше получить иммунитет в результате болезни, чем вакцинации. НЕВЕРНО**

Вакцины взаимодействуют с иммунной системой, вызывая иммунную реакцию, сходную с иммунной реакцией на естественную инфекцию, однако они не вызывают болезнь или не подвергают вакцинированного риску потенциальных осложнений. В отличие от этого, за получение иммунитета в результате естественной инфекции, возможно, придется заплатить умственной отсталостью, вызванной гемофилическим гриппом типа b (Hib), врожденными дефектами вследствие краснухи, раком печени от вируса гепатита В или смертью от кори.

**Ложная идея 9: Вакцины содержат опасную для здоровья ртуть. НЕВЕРНО**

Тиомерсал является органическим веществом, содержащим ртуть, которое добавляют в некоторые вакцины в качестве консерванта. Это самый распространенный консервант, используемый в вакцинах, поставляемых во флаконах на несколько доз. Не существует данных, указывающих на риск для здоровья того количества тиомерсала, которое используется в вакцинах.

**Ложная идея 10: Вакцины вызывают аутизм. НЕВЕРНО**

В исследовании 1998 года, где высказывалась обеспокоенность по поводу возможной связи между вакциной против кори-свинки-краснухи (КСК) и аутизмом, впоследствии были выявлены серьезные изъяны, и оно было отозвано журналом, который его опубликовал. К сожалению, его появление породило панику, повлекшую сокращение показателей иммунизации и последующие вспышки этих болезней. Данные, подтверждающие наличие связи между вакциной против КСК и аутизмом или аутистическими нарушениями, отсутствуют.

**Подготовка детей к прививке (рекомендации родителям)**

*(составлено на основе российских и зарубежных рекомендаций)*

**[Перед прививкой](http://www.privivka.ru/ru/vaccination/about/children/preparation/?id=119" \l "content_list119_a" \t "_top)**

**До прививки:**

* Перед первой прививкой АКДС-вакциной необходимо сделать общий анализ крови и мочи, а также получить разрешение невропатолога на вакцинацию.
* При наличии у ребенка аллергических расстройств (диатез и др.) заранее обсудите с врачом схему профилактики обострения аллергии. Обычно она представляет собой прием антигистаминных препаратов (супрастин, фенистил) в течение 2 дней до прививки и 2 дней после.
* Если вы это еще не сделали, купите детские жаропонижающие с парацетамолом. Лучше покупать свечи, поскольку ароматизаторы в сиропах сами способны вызвать побочные реакции.

**В день прививки:**

* Не вводите новый прикорм или новые виды пищи. Если ребенок находится на грудном вскармливании - не вводите в свой рацион новые продукты.
* Не забудьте принять антигистаминные и другие препараты, которые назначил врач.
* Убедитесь, что дома есть анальгин (особенно в случае АКДС-вакцин) и детские свечи с парацетамолом. Не полагайтесь только на гомеопатические препараты - ими можно пользоваться, но при сильных реакциях на прививки они не помогут.
* Если ребенок достаточно взрослый - никогда, даже в шутку не пугайте прививкой.
* Если ребенок спросит про укол - будьте честны, скажите, что это может быть немного болезненным, но ведь это всего на несколько секунд.

**Перед выходом из дома**

* Если у вас есть прививочный сертификат, в который вносятся сделанные прививки, возьмите его с собой.
* Обязательно возьмите с собой любимую игрушку или пеленку ребенка.

[**В момент прививки**](http://www.privivka.ru/ru/vaccination/about/children/preparation/?id=122#content_list122_a)

**Перед самой прививкой**

* Убедитесь совместно с врачом, что у ребенка на момент прививки нет повышения температуры. Это является единственным универсальным противопоказанием к проведению прививки.
* Поинтересуйтесь у врача от чего и какой именно вакциной будут прививать ребенка.
* Не стесняйтесь задать вопросы врачу, если у вас есть какие-то сомнения относительно прививки.

**В момент укола**

* Не волнуйтесь. Ваше волнение и беспокойство передаются ребенку. Будьте спокойны и уверены и ребенок перенесет прививку гораздо легче.
* Не переживайте из-за того, что вы все же волнуетесь, просто переведите ваше волнение в конструктивное русло.
* Чтобы отвлечь ребенка (и себя) - общайтесь с ним, играйте, пойте песенки, разглядывайте предметы интерьера, играйте взятой из дома игрушкой.
* Улыбайтесь и будьте ласковы к ребенку.
* Во время укола ребенок должен быть у вас на руках так ему будет комфортнее.
* Дайте ребенку выплакаться после укола. Не заставляйте ребенка "быть храбрым", не говорите, что плакать стыдно.
* Если ребенок говорит, что ему больно - "выдуйте" боль. Сделайте глубокий вдох и медленно "выдувайте" боль. Повторите это упражнение несколько раз.

[**После прививки**](http://www.privivka.ru/ru/vaccination/about/children/preparation/?id=124#content_list124_a)

**В первые 30 минут после прививки**

* Не забудьте и стесняйтесь задать ваши вопросы врачу. Обязательно спросите о том, какие и когда реакции на прививку могут возникнуть и в каких случаях обращаться за медицинской помощью.
* Не торопитесь покинуть поликлинику или медицинский центр. Посидите в течение 20-30 минут неподалеку от кабинета. Во-первых, это поможет успокоиться, во вторых - позволит быстро оказать помощь в случае возникновения немедленных аллергических реакций на прививку.
* Если ребенок находится на грудном вскармливании - дайте ему грудь, это поможет ему успокоиться.
* Если ребенок достаточно взрослый, порадуйте его каким-нибудь приятным сюрпризом, наградите его чем-нибудь, похвалите. Скажите ему, что все в порядке.

**По возвращении домой после прививки**

* Если у ребенка нет температуры - можно искупаться, как обычно. Наличие реакций в месте укола - не противопоказание к купанию и даже наоборот.

**Первая ночь после прививки**

* Чаще всего, температурные реакции на инактивированные вакцины (АКДС и другие) возникают в первые сутки после прививки.
* При температурных реакциях не пренебрегайте обтиранием ребенка теплой водой. Не используйте для обтираний водку - она раздражает и сушит детскую кожу.
* При возникновении сильных температурных реакций (38,5°С и выше) дайте однократно ребенку жаропонижающее в возрастной дозировке.
* Не забывайте о том, что суточная дозировка парацетамола не безгранична. При передозировке возможны тяжелые осложнения. Внимательно прочтите инструкцию к препарату, которым пользуетесь.
* Ни в коем случае не пользуйтесь аспирином. Его применение у детей младшего возраста чревато тяжелыми осложнениями.

**Первые два дня после прививки**

(инактивированные вакцины - АКДС, АДС, гепатит В, ХИБ-вакцина, ИПВ)

* Принимайте те препараты для профилактики аллергических расстройств, которые назначил врач.
* Продолжайте принимать жаропонижающие согласно инструкции к препаратам, если температура остается повышенной.
* АКДС-вакцины. Следите за температурой тела ребенка. Старайтесь, чтобы она не поднималась выше 38,5°С (под мышкой). У части детей на фоне повышения температуры возможно появление т.н. фебрильных судорог.
* С ребенком можно и нужно гулять, можно и нужно купать его. Исключение составляют случаи, когда у ребенка повышена температура вследствие или независимо от прививки.
* Не вводите новых продуктов в рацион ребенка (и свой, если ребенок находится на грудном вскармливании). Это можно будет сделать на 3-и сутки после прививки и позже.

***Приложение №5***

**Советы родителям и врачам по технике вакцинации у детей**

* Не обманывайте детей – уколы не бывают абсолютно безболезненными, принять во внимание стоит хотя бы душевные переживания детей по поводу уколов. Лучше говорить о том, что укол «чуть-чуть больно», «как комар укусил». В этом случае ребенок будет морально готов к уколу и в большинстве случаев и вовсе его не заметит, чему будет очень рад. Не стоит вдаваться в излишние подробности укола у маленьких детей и наоборот – у детей более старшего возраста некоторые подробности будут уместны для аргументации в пользу безболезненности укола («ну подумаешь, в течение одной секунды иголка пройдет через кожу», «вакцины всего две капли и шприц крохотный»).
* Никогда не используйте уколы в качестве угрозы, для «наказания» («придет дядя и сделает укол»). Не стоит формировать у детей негативного отношения к уколам и прививкам и уж тем более пугать ими. Уколы необходимы, чтобы быть здоровым и не болеть – такая мотивация будет правильной.
* Во время укола ребенка лучше посадить себе на колени – с одной стороны ребенок чувствует себя в большей безопасности, а с другой – его движения проще контролировать.
* Постарайтесь сделать так, чтобы ребенок был расслаблен. Детей младшего возраста лучше приласкать, детей старшего возраста – попросту отвлечь (мыльные пузыри, надувание щек или «самых больших в мире» пузырей из жвачки, задувание воображаемых свечей на воображаемом праздничном торте). У детей младшего возраста полезным может оказаться небольшой кусочек сахара за щекой.
* Детям старше 5 лет можно предложить выбрать место укола, т.е. в ножку («как маленьких») или в плечо («как взрослых»). Ребенок, таким образом, получает некоторую степень контроля над происходящим, ему приятно, что его мнением интересуются в том числе и врачи.
* Если вакцин нужно ввести несколько, ребенок маленький и не в настроении, то лучше вводить вакцины одномоментно, дабы уменьшить длительность неприятных ощущений. К примеру, два врача или две сестры могут одновременно сделать два укола в две разные ножки.
* Если детей много, то весьма полезным может оказаться старый как мир прием «кто самый смелый?». Детям хочется слыть самыми смелыми, даже если прививаться они не хотят. Чаще всего оказывается, что самыми смелыми оказываются дети помладше, и в этом случае у «старших» не остается выбора.
* Существенно снижает болезненность внутримышечной инъекции простой прием: надавите (через стерильную вату, смоченную 70% раствором этилового спирта) на место планируемой инъекции в течение 10 секунд. Кстати, прикладывание льда вопреки распространенному мнению, обезболивает лишь на 1-2 секунды.