



Пожилым людям следует пройти вакцинацию от COVID-19, гриппа и RSV

Респираторные вирусы, в том числе COVID-19, инфлюэнца (грипп) и респираторно-синцитиальный вирус (respiratory syncytial virus, RSV), распространяются через кашель, чихание и дыхание и чаще встречаются осенью и зимой. Существуют новые вакцины для защиты от COVID-19, гриппа и RSV. Если вы пожилой человек (65 лет или старше), как можно скорее пройдите вакцинацию, чтобы обеспечить себе защиту.

Какие вакцины нужны мне, чтобы оставаться в безопасности?

Даже если вы проходили вакцинацию до этого, вам следует получить обновленную вакцину от COVID-19, появившуюся в сентябре 2023 г., и ежегодную прививку от гриппа. Вакцины от COVID-19 были обновлены, чтобы защитить от существующих сейчас вариантов вируса и усилить вашу защиту, которая может ослабевать со временем. Прививка от гриппа ежегодно обновляется для защиты от штаммов, которые предположительно будут распространяться.

Вам следует обсудить со своим поставщиком медицинских услуг, следует ли вам пройти вакцинацию от RSV, которая предоставляется лицам в возрасте 60 лет и старше. Вакцины от RSV впервые стали доступны в этом году. Вам также следует спросить своего поставщика, не нужно ли вам обновить другие вакцины, например, противопневмококковую вакцину, которая защищает от некоторых бактериальных инфекций, в том числе пневмонии.

Почему пожилым людям важно проходить вакцинацию?

Пожилые люди подвержены повышенному риску тяжелого заболевания, госпитализации и смерти от COVID-19, гриппа и RSV. Некоторые хронические заболевания, в том числе хронические заболевания почек, кардиологические заболевания, легочные заболевания и диабет, увеличивают риск тяжелого заболевания, вызываемого этими вирусами.

В последнее время около 70 до 85 % смертей от гриппа, от 50 до 70 % госпитализаций с гриппом и более 75 % смертей от COVID-19 в США приходилось на долю лиц в возрасте 65 лет и старше.

Какую вакцину от COVID-19 мне следует получить, и сколько мне нужно доз?

Вы можете выбрать любую вакцину независимо от того, какие вакцины вы получали до этого. Все обновленные вакцины разработаны для защиты от одних и тех же вариантов вируса.

Для актуализации вакцинации большинству пациентов нужна всего одна доза обновленной вакцины независимо от того, сколько доз они получили до этого. Если у вас имеется умеренная или сильная иммунная недостаточность, спросите своего поставщика медицинских услуг, рекомендует ли он дополнительные дозы.

Какую прививку от гриппа мне следует сделать в этом году?

Лицам в возрасте 65 лет и старше следует получить одну дозу высокодозированной, адъювантной или рекомбинантной вакцины от гриппа, потому что эти вакцины более эффективны для пожилых людей.

Есть ли у вакцин от COVID-19, гриппа и RSV побочные эффекты?

У большинства пациентов побочные эффекты бывают слабыми и проходят в течение нескольких дней. В число самых распространенных побочных эффектов входит боль в руке, головная боль, боль в теле и усталость. От вакцин нельзя заразиться COVID-19, гриппом и RSV.

Где я могу пройти вакцинацию?

Спросите своего поставщика медицинских услуг, производит ли он вакцинацию. Кроме того, по всему городу, в том числе в аптеках, имеются сотни пунктов вакцинации, в которых можно получить вакцины от COVID-19 и гриппа без предварительной записи. Чтобы найти пункт вакцинации, посетите сайт vaccinefinder.nyc.gov или позвоните по номеру 212-268-4319. Вакцину от RSV можно получить во многих медицинских центрах и некоторых аптеках по рецепту поставщика медицинских услуг.

Покрывает ли вакцинацию моя медицинская страховка?

Medicare, Medicaid и большинство медицинских страховок покрывают вакцинацию от COVID-19, гриппа, RSV и других болезней без доплаты или других видов участия в расходах. Проверьте, принимает ли поставщик, к которому вы обращаетесь, вашу страховку.

Что, если у меня нет страховки?

Лицам без страховки или с ограниченным страховым покрытием предоставляются бесплатные вакцины от COVID-19. Чтобы найти пункт, предоставляющий бесплатные вакцины, посетите сайт vaccinefinder.nyc.gov, откройте меню «Any insurance» (Любая страховка) и выберите вариант «No Cost» (Бесплатно).

Можно ли получить вакцины от COVID-19, гриппа и RSV одновременно?

Да, вы можете получить все три вакцины одновременно.

Могу ли я заразиться COVID-19, гриппом или RSV, если я прошел(ла) вакцинацию?

Да. Хотя вакцины уменьшают вероятность заражения, вы все же можете заразиться, особенно по прошествии более долгого времени после вакцинации. Однако если вы заразитесь, вакцины помогут ослабить симптомы и уменьшить риск осложнений, в том числе госпитализации и смерти. Вакцины от COVID-19 также уменьшают риск долгого COVID (симптомов, сохраняющихся в течение нескольких месяцев или дольше после заражения COVID-19).

Если у вас есть симптомы респираторного вирусного заболевания, например, кашель, насморк, заложенный нос, боли в горле, жар или боли в теле, немедленно обратитесь к поставщику медицинских услуг, чтобы пройти тестирование. Для пожилых людей, больных COVID-19 или гриппом, имеются лекарства, и чем раньше вы начнете лечение, тем более эффективным оно будет. Специального лечения от RSV не существует, но поставщик медицинских услуг может порекомендовать лекарственные препараты для ослабления симптомов.

Если у вас нет поставщика медицинских услуг, обратитесь в службу Virtual ExpressCare (Виртуальная экспрес помощь) объединения NYC Health + Hospitals, зайдя на сайт [expresscare.nyc](https://www.expresscare.nyc.gov) или позвонив по номеру 631-397-2273.

Что еще я могу сделать, чтобы защитить себя от респираторных вирусов?

По возможности носите в многолюдных закрытых помещениях плотно прилегающую маску. Высококачественные маски, например, N95, KN95 или KF94, обеспечивают лучшую защиту. Вам также следует мыть руки и стараться не прикасаться к глазам, носу и рту невымытыми руками.

Для получения дополнительной информации о COVID-19, гриппе и RSV посетите сайт on.nyc.gov/covid-flu-rsv-faq.

3.24 Russian