

## На прививку становись!

*Вакцинация – один из основных способов профилактики самого широкого списка заболеваний. Главное – успеть до начала эпидемии, чтобы в организме успел выработаться иммунитет. В сентябре в России стартовала кампания прививок против гриппа, адресованная взрослому населению. Рассказываем, как и где можно вакцинироваться бесплатно по ОМС.*

### Мифы опасны для здоровья

В Интернете не утихают споры на тему пользы/бесполезности прививок от гриппа, но мнение Минздрава России в данном случае однозначно: своевременная вакцинация снижает риски заражения и помогает сохранить здоровье. И даже если вы заразитесь, заболевание будет протекать в более легкой форме.

Мнение о том, что после прививки от гриппа вы немедленно заболите... гриппом – опасный миф. Важно запомнить: в вакцине нет живого вируса-возбудителя, при этом подхватить инфекцию в «сезон простуд», увы, не так уж сложно. Осень «славится» не только высокой распространенностью гриппа, но и острой респираторной вирусной инфекцией (ОРВИ). Отличить одно от другого с большой долей вероятности сможет только врач, но это не мешает людям верить в миф «сделал прививку и сразу заболел».

### Предупредить болезнь вовремя

Вирус гриппа постоянно мутирует. Это коварный враг, преимущественно опасный своими осложнениями. В жизнеугрожающем списке: воспаление сердечной мышцы, пневмония, поражение печени и даже головного мозга. В зоне особого риска: дети до 5 лет, беременные, люди в возрасте 65+, лица с хроническими заболеваниями (сахарный диабет, сердечно-сосудистые, дыхательные патологии). Именно им надо прививаться от гриппа в первую очередь, не теряя драгоценного времени. На выработку иммунитета к гриппу требуется в среднем 2-3 недели, поэтому прививаться наиболее эффективно до начала эпидемии.

Прививка от гриппа – здоровьесберегающая практика, но, увы, воспользоваться ею может не каждый.

**Противопоказания:** чрезмерная чувствительность к компонентам вакцины, аллергия на яичный белок, лихорадочные/хронические состояния в период обострения.

### Где и как вакцинироваться

Прививка от гриппа, как и от некоторых других опасных заболеваний, входит в Национальный календарь профилактических [прививок\\*](#)

Вакцинация от гриппа – добровольная процедура, которая проводится совершенно бесплатно по полису ОМС. Защитить свое здоровье можно просто и быстро, так стоит ли отказываться от этой возможности?

Куда обратиться в том случае, если вы решили вакцинироваться? В районную поликлинику, в МФЦ, в мобильный пункт вакцинации – с начала осени они активно открываются на всей территории России. Некоторые работодатели организуют прививочную кампанию в офисах и на производствах.

Самый простой и очевидный способ вакцинироваться от гриппа – сделать это в поликлинике по полису ОМС. После осмотра у терапевта и отсутствия противопоказаний вам совершенно бесплатно поставят прививку отечественного производства. Российские препараты, которыми вакцинируют от гриппа в рамках системы обязательного медицинского страхования, безопасны и эффективны. По данным Всемирной организации здравоохранения, именно вакцины помогают нам перенести опасное заболевание в более легкой форме или вовсе предотвращают его возникновение.

«Вакцинация от гриппа, как и любая другая прививка из Национального календаря прививок, – совершенно бесплатна по полису ОМС. В том случае, если в поликлинике уверяют, что эта процедура проводится на коммерческих условиях, немедленно сообщите об этом – обратитесь в страховую медицинскую организацию (СМО), где вы получали полис обязательного медицинского страхования. Страховые представители свяжутся с ответственными сотрудниками и устранят такое «недоразумение». Одна из наших обязанностей – сопровождение застрахованных на всем пути получения ими медицинской помощи, а также защита их прав в системе обязательного медицинского страхования. При этом очень важно, чтобы сам человек ответственно относился к своему здоровью», – говорит Руссу Елена Викторовна, директор Архангельского филиала компании «СОГАЗ-Мед».

\* Приказ МЗ РФ от 6 декабря 2021 г. N 1122н «Об утверждении национального календаря профилактических прививок, календаря профилактических прививок по эпидемическим показаниям и порядка проведения профилактических прививок»

