



ГБУЗ «Оренбургский областной центр  
медицинской профилактики»  
Адрес: 460040, г. Оренбург,  
ул. Алтайская, д. 12 «А»  
god42@mail.orb.ru

**АНО «ЦСИ «Развитие»**  
Адрес: 460044, г. Оренбург,  
ул. Березка, д. 26, офис 2  
socialinfo@yandex.ru

# Прививки для взрослых

Многие взрослые даже забыли, когда делали это в последний раз. Бытует заблуждение, что прививки по графику нужны только детям. Однако надо помнить, что действие некоторых из них, сделанных еще в детстве, со временем проходит. Поэтому для взрослых они сохраняют свою значимость практически всю жизнь.

Существует специальный перечень рекомендуемых прививок для взрослых. Он довольно большой, однако, их ставят не одновременно, а в соответствии с национальным календарем прививок в Российской Федерации. Некоторые можно совмещать и делать в один день. Желательно, чтобы

ваш индивидуальный календарь составлял иммунолог.

Конечно, перед тем, как провести вакцинацию, необходимо проконсультироваться с врачом, сдать необходимые анализы и убедиться, что в день прививки вы абсолютно здоровы. Этим можно предупредить возможные осложнения.

Во всех случаях противопоказанием являются аллергические реакции на компоненты вакцин. Важно понимать, что, несмотря на доказанную эффективность прививок, не всегда возможна стопроцентная гарантия успеха, однако, практически всегда она составляет более половины.



**ПОМНИТЕ: ЭТО ВАМ НЕОБХОДИМО!**



ГБУЗ «Оренбургский областной центр  
медицинской профилактики»  
Адрес: 460040, г. Оренбург,  
ул. Алтайская, д. 12 «А»  
god42@mail.orb.ru

**АНО «ЦСИ «Развитие»**  
Адрес: 460044, г. Оренбург,  
ул. Березка, д. 26, офис 2  
socialinfo@yandex.ru

# КАЛЕНДАРЬ ПРИВИВОК

## 1. Против столбняка, дифтерии, коклюша.

Эту прививку нужно делать каждые 10 лет. Беременным женщинам, которые делали вакцинацию больше 10 лет назад, рекомендуется сделать ее во втором или третьем триместре.

**2. Против вируса папилломы человека.** Эта прививка рекомендуется всем женщинам. Делается она, начиная с 9-летнего возраста. Вакцинация проводится двумя инъекциями с интервалом в 2 месяца, затем третий раз – через четыре месяца. Эффективнее всего вводить вакцину подросткам 13-14 лет. Но по современным данным она помогает и женщинам 30-40 лет.

**3. Против ветряной оспы (ветрянки).** Прививка рекомендована взрослым, не имеющим иммунитета к вирусу ветряной оспы. Известно, что взрослые переносят это заболевание намного тяжелее, чем дети. Стоит помнить, что даже если вы болели ветрянкой в детстве, с возрастом приобретенный иммунитет может ослабнуть. Проверить его наличие можно, сделав специальные пробы. Вакцинация проводится в два этапа. Между первым и вторым должно пройти 1,5-2 месяца.

**4. Против опоясывающего лишая.** Заболевание вызывается все тем же вирусом ветряной оспы. Прививка рекомендуется взрослым от 60 лет и старше.

**5. Против кори.** Данная прививка делается всем, кто в детстве не болел корью, и тем, кто такую прививку раньше не делал. Хотя считается, что количество защитных антител, полученных от вакцинации в детстве, значительно уменьшается. Взрослым прививка делается однократно, после чего вырабатывается стойкая защита.

**6. Против краснухи.** Против краснухи вакцинация проводится взрослым, которые ранее не болели краснухой и не делали в детстве эту прививку. Особенно она рекомендуется женщинам до 40-45 лет, планирующим беременность. Защита от инфекции развивается на 7-10 лет. Затем вакцинацию можно повторить – и тогда стойкий иммунитет от краснухи вырабатывается на всю жизнь.

**7. Против гриппа.** Ежегодная вакцинация в первую очередь рекомендована взрослым от

50 лет и старше. Более молодым ее делают по определенным медицинским, профессиональным и социальным показаниям. Если вы регулярно пользуетесь общественным транспортом, а на работе постоянно общаетесь с разными людьми, то попадаете в группу тех, кому эта прививка показана.

**8. Против пневмококковой инфекции.** Рекомендуется всем взрослым, особенно курящим людям старше 65 лет и тем, кто страдает заболеваниями печени, сердца, легких, сахарным диабетом. Прививка может быть сделана и беременным из группы риска. Вакцинация проводится однократно. После нее возникает иммунитет на 5 лет.

**9. Против клещевого энцефалита.** Подобная прививка рекомендуется жителям регионов с повышенным риском заражения вирусом от переносчиков – клещей (Оренбургская область входит в их число). А также людям определенных профессий, проводящих много времени в лесах. Она выполняется двумя инъекциями с интервалом от двух недель до месяца. Далее через год проводится еще одна инъекция. Защита от вируса действует три года.

**10. Против гепатита В.** Рекомендуется всем взрослым, особенно пациентам с хроническими заболеваниями печени, тем, кто принимает препараты (иммуносупрессоры), подавляющие иммунитет. Сначала делаются две прививки с интервалом 30-45 дней, а через полгода – третья. Иммунитет вырабатывается на 10 лет. Тем, кто принимает иммуносупрессоры, прививку нужно повторять каждые 5 лет.

**11. Против менингококковой инфекции.** Делается взрослым, особенно рекомендуется отъезжающим на отдых в Центральную Африку, Южную Америку, Индию, Вьетнам, Великобританию. Вакцина вводится однократно. Но делать прививку нужно заранее, так как иммунитет вырабатывается не раньше, чем через месяц. Кроме того, прививаться рекомендовано тем, кто вынужден регулярно находиться в больших коллективах – например, живущим в общежитиях студентам и военнослужащим. Иммунитет сохраняется 5-10 лет.

## ПРИВИВАЙТЕСЬ ВОВРЕМЯ – И БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!