

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

Респираторные заболевания, такие как COVID-19, грипп (инфлюэнца) и респираторно-синцитиальный вирус (respiratory syncytial virus, RSV), распространяются через кашель, чихание, при разговоре и во время дыхания и чаще встречаются осенью и зимой. Если вы пожилой человек, пройдите вакцинацию против COVID-19, гриппа и RSV, чтобы обеспечить себе защиту.

Какие вакцины необходимы, чтобы оставаться в безопасности?

Вам следует получить вакцину против **COVID-19** и вакцину против **гриппа** для сезона 2025–2026 гг. Эти вакцины были обновлены, чтобы защитить от штаммов вирусов, которые предположительно будут распространяться в этом сезоне. Получение обновленной вакцины усиливает ваш иммунитет, который со временем может ослабнуть.

Вам необходимо вакцинироваться против RSV всего лишь один раз. Если вы никогда не проходили вакцинацию против **RSV**, вам необходимо получить вакцину против RSV в следующих случаях:

- вам 75 лет или больше;
- вам от 50 до 74 лет и вы подвержены высокому риску заболевания RSV из-за определенных заболеваний, включая хронические заболевания сердца или легких, или пребывания в учреждении долгосрочного ухода.

Если у вас возникнут вопросы о необходимости пройти вакцинацию, обратитесь к своему поставщику медицинских услуг. Вы также должны обсудить со своим поставщиком медицинских услуг необходимость получения дополнительных доз вакцины против COVID-19, особенно если у вас ослабленный иммунитет.

Почему пожилым людям важно проходить вакцинацию?

Пожилые люди подвержены повышенному риску тяжелого заболевания, госпитализации и смерти от COVID-19, гриппа и RSV. Некоторые сопутствующие заболевания, в том числе хронические заболевания почек, сердца и легких или диабет, дополнительно повышают риск тяжелого течения заболевания, вызываемого этими вирусами.

С января 2020 г. по июль 2025 г. приблизительно от 70 % до 85 % смертей от гриппа, от 50 % до 70 % случаев госпитализации с гриппом и более 75 % смертей от COVID-19 в США приходилось на долю лиц в возрасте 65 лет и старше.

Какую вакцину против COVID-19, гриппа и RSV мне следует получить?

Вы можете выбрать вакцину против **COVID-19** независимо от того, какую вакцину вы получали ранее. Вы также можете сами выбрать вакцину против **RSV**.

Лицам в возрасте 65 лет и старше следует получить высокодозную, адъювантную или рекомбинантную вакцину против **гриппа**, потому что эти вакцины более эффективны для пожилых людей, чем стандартные вакцины против гриппа.

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

У большинства пациентов побочные эффекты бывают легкими и проходят в течение нескольких дней. Распространенные побочные эффекты включают боль в руке (в которую вводили вакцину), головную боль, боли в теле и усталость. От вакцин нельзя заразиться COVID-19, гриппом и RSV.

Где можно пройти вакцинацию?

Спросите своего поставщика медицинских услуг или фармацевта, проводит ли он вакцинацию. Чтобы найти пункт вакцинации, вы также можете посетить сайт nyc.gov/health/map; зайдите в раздел “Vaccines” («Вакцины») и выберите необходимую вакцину из меню “Services” («Услуги»).

Покрывает ли вакцинацию моя медицинская страховка?

Программа Medicare и большинство других планов страхования оплачивают вакцинацию пожилых людей без доплаты или других видов участия в расходах. Проверьте, принимает ли поставщик медицинских услуг, к которому вы обращаетесь, вашу страховку.

Что, если у меня нет страховки?

Лицам без страховки или с ограниченным страховым покрытием предоставляются бесплатные вакцины против COVID-19 и гриппа. Чтобы найти пункт, предоставляющий бесплатные вакцины, посетите сайт nyc.gov/health/map и зайдите в раздел “Vaccines” («Вакцины»). В разделе “Services” («Услуги») выберите необходимую вакцину, а затем в выпадающем меню “Payment” («Оплата») выберите вариант “No Cost for Uninsured” («Бесплатно для лиц без страховки»).

Можно ли получить вакцины против 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, вакцинация поможет ослабить симптомы и уменьшить риск осложнений, госпитализации и смерти.

Вакцинация против COVID-19 также уменьшает риск долгого COVID (симптомов, сохраняющихся в течение нескольких месяцев или дольше после заражения COVID-19).

Если у вас есть симптомы, например кашель, насморк, заложенный нос, боль в горле, жар или боли в теле, пройдите тестирование. Во многих аптеках и клиниках можно одновременно пройти тестирование на COVID-19, грипп и RSV. Для пожилых людей, больных COVID-19 или гриппом, предусмотрены лекарства, и чем раньше вы начнете лечение, тем более действенным оно будет. Если у вас нет поставщика медицинских услуг, обратитесь в службу ExpressCare системы NYC Health + Hospitals, посетив сайт expresscare.nyc или позвонив по номеру 631-397-2273.

Помимо вакцинации, какие другие действия можно предпринять, чтобы снизить риск заболевания?

- Внутри многолюдных помещений по возможности носите плотно прилегающую маску. Высококачественные маски, например N95, KN95 или KF94, обеспечивают более эффективную защиту.
- Старайтесь не находиться рядом с больными людьми.
- Часто мойте руки или используйте дезинфицирующее средство для рук и не прикасайтесь немытыми руками к своим глазам, носу и рту.
- Проветривайте помещения, открывая окна или используя портативный воздухоочиститель.

Для получения более подробной информации посетите сайты nyc.gov/health/coronavirus, nyc.gov/flu и nyc.gov/rsv.