Многие взрослые не знают, что им нужны **прививки** от серьезных заболеваний, которые можно предотвратить.

Необходимые вакцины определяются такими факторами:

СОСТОЯНИЕ ЗДОРОВЬЯ

Образ жизни

Возраст и **профессия**

Если вам исполнилось 60 лет, проконсультируйтесь с врачом по поводу вакцин против таких заболеваний:

- грипп (инфлюэнца)
- пневмококковая инфекция
- опоясывающий лишай (зостер), рекомендуется для лиц в возрасте от 50 лет
- столбняк, дифтерия и коклюш (пертуссис)
- PCB
- COVID-19

Где я могу получить **прививки?**

- в кабинете врача
- в местной аптеке
- в некоторых местных департаментах здравоохранения: **www.doh.wa.gov/localhealth**

Чтобы узнать, где можно сделать прививки, позвоните на горячую линию Help Me Grow WA по номеру **1-800-322-2588**.

Где я могу получить **дополнительную информацию?**

Обратитесь в такие организации:

- Washington State Department of Health (Департамент здравоохранения штата Вашингтон): на веб-странице **www.doh.wa.gov/Immunization** или по телефону 1-866-397-0337
- Immunization Action Coalition of Washington (Лига организаций штата Вашингтон по вопросам иммунизации): **www.immunitycommunitywa.org/iacw**
- Centers for Disease Control and Prevention (Центры по контролю и профилактике заболеваний): **www.cdc.gov/vaccines/adults**
- U.S. Department of Health and Human Services (Департамент здравоохранения и социальной политики США): **www.vaccines.gov**

Washington State Department of HEALTH

DOH 348-107 April 2024 Russian

Запросить этот документ в другом формате можно по номеру телефона 1-800-525-0127. Если вы страдаете нарушением слуха, обращайтесь по телефону 711 (Washington Relay) или по электронной почте doh.information@doh.wa.gov.

ВАМ ИСПОЛНИЛОСЬ 60 ЛЕТ?

Сделайте **прививки**

Защитите себя. Защитите своих близких.

www.doh.wa.gov/Immunization

Если вам исполнилось 60 лет, проконсультируйтесь с врачом по поводу вакцин против перечисленных ниже заболеваний.

Вакцина против **гриппа** (инфлюэнцы)

Всем людям в возрасте от 6 месяцев необходимо ежегодно делать прививку против гриппа.

- Взрослые, которым исполнилось 65 лет, в большей степени подвержены риску серьезных заболеваний и смерти в случае заражения гриппом.
- Кроме того, повышенный риск возникает при определенных состояниях здоровья, в частности при астме, хронических заболеваниях легких, болезнях сердца, диабете и ослабленной иммунной системе.

Лучший способ защитить себя и окружающих — делать прививку против гриппа каждый год.

Вакцины против **пневмококковых инфекций**

Взрослым в возрасте от 65 лет необходимо своевременно делать прививки против пневмококковых инфекций.

- Если вы никогда не делали прививку против пневмококковых инфекций, то учитывайте, что PCV15 или PCV20 рекомендуется для взрослых в возрасте 65 лет и старше, а также для взрослых в возрасте от 19 до 64 лет с определенными медицинскими показаниями. Если вы сделаете прививку PCV15, через год после этого необходимо будет ввести дозу PPSV23.

Вакцина против **опоясывающего лишая**

Всем взрослым в возрасте от 50 лет необходима вакцина против опоясывающего лишая.

- Опоясывающий лишай возникает из-за того же вируса, который вызывает ветряную оспу. У каждого, кто перенес ветряную оспу, может развиться опоясывающий лишай. С возрастом риск возникновения опоясывающего лишая увеличивается.
- Опоясывающий лишай — это болезненная кожная сыпь, которая может не проходить в течение нескольких месяцев или даже лет. Лекарства от опоясывающего лишая не существует, но есть способы лечения, которые дают возможность сократить продолжительность проявления болезни и предотвратить осложнения.

Обсудите с врачом возможность вакцинации против опоясывающего лишая, даже если вы уже болели им.

Вакцина против **столбняка**, **дифтерии** и **коклюша** (пертуссиса)

Вакцина АКДС защищает от коклюша, дифтерии и столбняка.

- Если вы будете контактировать с ребенком или ухаживать за ним, вам необходимо сделать прививку АКДС.
- Проконсультируйтесь с медработником по поводу необходимого вам количества вакцин АКДС или КД.
- Чтобы сохранить высокий уровень защиты, необходимо делать повторную прививку КД или АКДС каждые 10 лет.

Коклюш — это очень серьезное заболевание у детей.

РСВ (респираторно-синцитиальный вирус)

Взрослым в возрасте от 60 лет может потребоваться введение одной дозы вакцины от РСВ.

- Повышенному риску тяжелого течения РСВ-инфекции подвергаются взрослые с ослабленной иммунной системой и определенными хроническими заболеваниями.

Обратитесь к своему поставщику медицинских услуг, чтобы узнать, нужно ли вам вакцинироваться от РСВ

Следуйте актуальным рекомендациям по вакцинации от COVID-19

Планируете путешествие?

Проконсультируйтесь с врачом по поводу необходимых прививок. Более подробную информацию можно найти на странице:

https://gten.travel/trhip/trhip