



Рекомендации по вакцинации для пожилых людей



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

(Russian)

Содержание

Почему пожилым людям рекомендуется вакцинация	1
Прививки от каких болезней рекомендуются пожилым людям	2
Принцип действия вакцин	3
Плановая вакцинация для пожилых людей	4-5
Пожилые люди, подверженные повышенному риску	6
Рекомендуемые вакцины в зависимости от состояния здоровья	7
Рекомендуемые вакцины в зависимости от профессии	8
Рекомендуемые вакцины в зависимости от поездок	9
Рекомендуемые вакцины для иммигрантов	10
Рекомендуемые вакцины для беженцев	11
Для семей с пожилыми людьми	12
Доступ к записям о вакцинации	13
У вас есть вопросы о плановой вакцинации?	14
Как пройти плановую и обязательную вакцинацию	15
Какова польза плановой и обязательной вакцинации	16
Услуги вакцинации против COVID-19 и гриппа на дому	17
Услуги по охране здоровья и уходу за престарелыми	18
Услуги для пожилых и зависимых взрослых людей	19
Услуги для пожилых людей	20
Услуги по поддержанию психического здоровья	21

Почему пожилым людям рекомендуется вакцинация

- **Люди в возрасте 65 лет и старше подвергаются повышенному риску развития тяжелых форм заболеваний, предупреждаемых с помощью вакцинации, включая грипп, COVID-19, пневмонию и РСВ.**
- **Вакцинация является безопасным способом защиты и профилактики тяжелых форм болезней.**
- Вакцины обеспечивают защиту от заболеваний, которые можно предотвратить с помощью вакцинации, и которые могут привести к госпитализации и даже смерти. Своевременная вакцинация всеми рекомендуемыми вакцинами обеспечивает максимальную защиту.
- Рекомендации по вакцинации для пожилых людей зависят от их возраста, состояния здоровья, медицинской истории, требований рабочего места и/или планируемых поездок.

Прививки от каких болезней рекомендуются пожилым людям

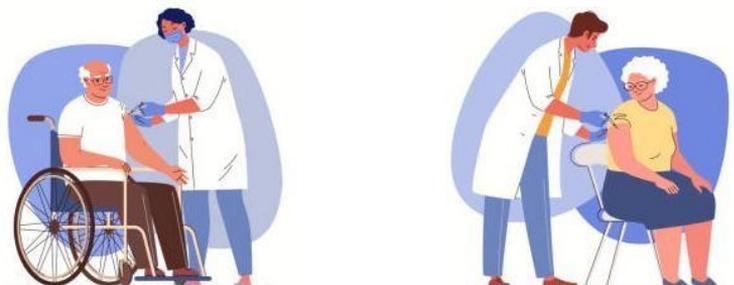
Грипп	Рекомендуется прививаться ежегодно, особенно в осенний период, чтобы уменьшить вероятность заболевания гриппом. Лицам в возрасте 65 лет и старше следует обратиться к своему врачу для получения консультации о возможности введения увеличенной дозы вакцины против гриппа.
COVID-19	Данная вакцина периодически обновляется с целью защиты от новейших штаммов вируса. Рекомендуется получить хотя бы одну дозу обновленной вакцины против COVID-19 всем лицам в возрасте от 6 месяцев и старше.
Пневмококковая инфекция*	Одна доза этой вакцины обеспечивает защиту от серьезных инфекций, вызванных данным патогеном.
Опоясывающий лишай (Герпес зостер)*	Двухдозовая вакцина обеспечивает защиту от опоясывающего лишая у взрослых возраста 50 лет и старше. Для достижения максимальной эффективности рекомендуется провести вакцинацию с интервалом от двух до шести месяцев. Уточните у своего врача, получили ли вы уже одну дозу вакцины против опоясывающего лишая.
АКДС	Одна доза этой вакцины защищает от столбняка, дифтерии и коклюша. Вам может потребоваться ревакцинация каждые 10 лет.
РСВ*	Рекомендуется одна доза вакцины для взрослых в возрасте 60 лет и старше для защиты от легочных инфекций, вызванных респираторно-синцициальным вирусом (РСВ). Решение о вакцинации рекомендуется принимать совместно с лечащим врачом.

***Обратитесь к своему врачу, чтобы получить дополнительные сведения.**

Примечание: Данная таблица была подготовлена в соответствии с информацией, представленной в [Листовке для пожилых людей от Департамента общественного здравоохранения округа Лос-Анджелес \(LAC DPH\)](#).

Принцип действия вакцин

Вакцины не способны передать вам инфекцию.



- Вакцины **безопасно** обучают ваш организм распознавать опасные заболевания и противостоять им. В отдельных случаях введение вакцины может вызвать незначительные симптомы, сходные с признаками заболевания, от которого она защищает. Эти симптомы свидетельствуют не о заражении, а о реакции иммунной системы на вакцину.
- Существуют разнообразные виды вакцин, которые могут быть введены через нос, рот или путем инъекции.
- Несмотря на то, что ни одна вакцина не обеспечивает стопроцентную защиту, вакцинация является наилучшим способом защитить вас от тяжелых заболеваний. Эффективность вакцин может зависеть от множества факторов, включая:
 - Количество контактов с инфекцией.
 - Время, прошедшее с момента вакцинации.
 - Состояние здоровья человека.

Плановая вакцинация для пожилых людей

Польза вакцинации

Вакцинация снижает риск заражения определенными заболеваниями, способствуя безопасному формированию иммунитета в организме. В случае заболевания после воздействия возбудителя инфекции, наличие прививки снижает вероятность развития серьезных осложнений, вызванных этим заболеванием.



Кроме того, вакцины снижают вероятность передачи болезни окружающим людям.

Прививаясь, вы также помогаете своему сообществу бороться с распространением серьезных заболеваний.

Для получения дополнительной информации о вакцинах, рекомендованных для взрослых, посетите веб-сайт [cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac](https://www.cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac). Данная информация также доступна на испанском языке.

Плановая вакцинация для пожилых людей

Вакцины помогают экономить время и деньги.



Благодаря вакцинации вы сохраняете здоровье, поэтому вам не придется пропускать работу, мероприятия или встречи с семьей и друзьями, и вы сможете уделять больше времени для занятий любимыми делами.

Заболевание может обернуться значительными финансовыми затратами. Даже при наличии медицинской страховки счета за медицинские услуги могут быстро накапливаться, если вы серьезно заболете, попадете в больницу или станете инвалидом из-за заболевания, предупреждаемого с помощью вакцин.

Посетите веб-сайт www2.cdc.gov/nip/adultimmsched, чтобы пройти краткий опрос и получить информацию о вакцинах, которые вам могут потребоваться. Версия также доступна на испанском языке.

Пожилые люди, подверженные повышенному риску

- **Вакцинация имеет особенно важное значение для защиты людей, имеющих определенные состояния здоровья, которые могут повысить вероятность развития тяжелых форм заболеваний, госпитализации или даже смерти от болезней, предупреждаемых с помощью вакцин.**

Среди этих состояний:

Диабет
(1 и 2 типа)

Сердечно-сосудистые заболевания
(например, высокое артериальное давление, атеросклероз, сердечный приступ, инсульт)

Хроническая обструктивная болезнь легких
(в том числе астма)

Аспления
(включая состояние без функционирующей селезенки)

ВИЧ

Заболевания печени

Заболевания почек

Ослабленная иммунная система

Рекомендуемые вакцины в зависимости от состояния здоровья

Вакцинация – наиболее безопасный способ обеспечить защиту своего здоровья.

Рекомендации по вакцинации могут различаться в зависимости от наличия медицинских состояний, приема прописанных лекарств, прохождения специальных процедур (например, гемодиализа) или состояния иммунной системы (например, количества CD4-клеток).

Каждый человек, особенно те, кто имеет определенные состояния здоровья, должен быть своевременно привит вакцинами против:

- COVID-19
- Гриппа (инflюэнца)
- АКДС (коклюш, дифтерия и столбняк)
- Гепатита А
- Гепатита В
- Пневмококковой инфекции
- Ветряной оспы (вирус варицеллы)
- КПК (корь, паротит и краснуха)
- Hib-инфекции (гемофильная палочка типа b)
- Менингококковой инфекции (MenACWY и MenB)



Проконсультируйтесь со своим врачом по поводу рекомендуемых для вас вакцин.

Рекомендуемые вакцины в зависимости от профессии

Работники сферы здравоохранения

Люди, которые напрямую взаимодействуют с пациентами, обрабатывают инфекционные материалы или работают в медицинских учреждениях, подвержены повышенному риску заражения или распространения определенных заболеваний, предупреждаемых с помощью вакцинации.

Лицам, работающим в медицинских учреждениях, следует своевременно получить все необходимые прививки, в том числе против:

- Гриппа
- COVID-19
- Гепатита В
- Менингококковой инфекции
- Опоясывающего лишая (герпес зостер)
- Вируса варицеллы (ветряная оспа)
- КПК (корь, паротит и краснуха)
- АКДС (столбняк, дифтерия и коклюш)



Рекомендуемые вакцины в зависимости от поездок

Путешественники, отправляющиеся за границу

Рекомендуется связаться со своим врачом за несколько недель **до планируемой поездки**, чтобы уточнить, какие вакцины могут быть рекомендованы в зависимости от места, которое вы собираетесь посетить. Некоторым вакцинам требуется несколько недель для того, чтобы обеспечить надлежащую защиту от заболеваний, против которых они предназначены.

Для тех, кто готовится к путешествию, существуют вакцины, которые являются обязательными или рекомендуемыми. Для получения дополнительной информации, пожалуйста, посетите веб-сайт wwwnc.cdc.gov/travel/page/travel-vaccines.

Кроме того, для обеспечения безопасности во время путешествия рекомендуется придерживаться следующих простых мер:

- Пройти вакцинацию
- Использовать маски
- Соблюдать социальное дистанцирование
- Часто мыть руки
- В случае заболевания остаться дома и сдать соответствующие анализы



Рекомендуемые вакцины для иммигрантов

Иммигранты, обращающиеся за визой или постоянным видом на жительство в США, **должны** быть вакцинированы против следующих заболеваний:

-
- Корь
 - Дифтерия
 - Гепатит А
 - Полиомиелит
 - Менингококковая инфекция
 - Гемофильная палочка типа В (Hib)
 - Свинка
 - Столбняк
 - Гепатит В
 - Ротавирус
 - Краснуха
 - Коклюш
 - Варицелла
 - Пневмококковая инфекция
-



Посетите веб-сайт cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac, чтобы получить информацию об обязательных и рекомендуемых вакцинах для иммигрантов. Версия также доступна на испанском языке.

Рекомендуемые вакцины для беженцев

[Программа штата Калифорнии по комплексной медицинской оценке и обслуживанию беженцев](#)

(California Refugee Health Assessment, RHAP) предоставляет бесплатную комплексную оценку состояния здоровья вновь прибывшим беженцам, лицам, получившим убежище, жертвам тяжелых форм торговли людьми (признанных на федеральном уровне) и другим лицам, имеющим право на въезд, таким как обладатели специальных иммиграционных виз и лица, получившие гуманитарный пароль из Афганистана, Кубы, Гаити и Украины.



Для получения дополнительной информации об этой программе, позвоните по номеру (818) 291–8902.

Для семей с пожилыми людьми

Защита ваших близких в учреждениях долгосрочного ухода (Long-term Care Facilities, LTCF)

Жители LTCF являются одной из наиболее уязвимых групп населения в отношении риска развития тяжелых осложнений в результате болезней, предупреждаемых с помощью вакцин.

Вакцинация играет ключевую роль в защите здоровья и благополучия всего сообщества в LTCF.

Как обезопасить себя в LTCF?

- Своевременно прививаться всеми необходимыми вакцинами.
- Часто мыть руки.
- Быть в курсе событий и поддерживать вакцинацию.

Вакцинация способствует созданию безопасной среды в LTCF. Вовремя прививаясь всеми необходимыми вакцинами, вы помогаете снизить риск возникновения вспышек заболеваний в учреждении.

Обращайтесь к персоналу LTCF, чтобы поделиться своими опасениями или задать вопросы, связанные с вакцинацией. Персонал может предоставить вам ценные сведения, соответствующие вашим потребностям и условиям пребывания на объекте.

Доступ к записям о вакцинации

Медицинский кабинет/аптека

- Обратитесь в последнее место, где вы проходили вакцинацию. Врачебные кабинеты, клиники и аптеки могут предоставить вам копию вашей записи о вакцинации.

Электронная запись о вакцинации

- Департамент общественного здравоохранения штата Калифорния (California Department of Public Health, CDPH) ведет реестр иммунизации. Если ваша запись об иммунизации зарегистрирована в этом реестре, вы можете запросить цифровую копию своей записи через портал California Digital Vaccine Record (Цифровая карта вакцинации – портал штата Калифорнии).

Посетите <https://myvaccinerecord.cdph.ca.gov/> для загрузки своих записей о вакцинации. Информация также доступна на испанском языке.

Если вам не удалось восстановить записи о вакцинации, обратитесь к врачу, чтобы узнать, нужно ли повторить некоторые прививки.

У вас есть вопросы о плановой вакцинации?

Выберите из списка ниже все волнующие вас вопросы (или напишите свои, если их нет в списке) и возьмите эту брошюру с собой на следующий прием, чтобы вы были готовы задать свой вопрос врачу и он ответил на него.



- Настало ли для меня время сделать какие-либо прививки?
- Необходимы ли мне какие-либо прививки, учитывая мое текущее состояние здоровья?
- Следует ли мне сделать какие-либо прививки перед поездкой за границу?
- Какие вакцины рекомендуются на каждый сезон?

1. _____

2. _____

Посетите веб-сайт www2.cdc.gov/nip/adultimmsched, чтобы пройти краткий опрос и получить информацию о вакцинах, которые вам могут потребоваться. Версия также доступна на испанском языке.

Как пройти плановую и обязательную вакцинацию

Для незастрахованных или недостаточно застрахованных* лиц

Доступны недорогие или бесплатные прививки.

1. Позвоните по номеру **2-1-1** или посетите веб-сайт ph.lacounty.gov/ip/clinics.htm, чтобы найти общественный пункт вакцинации в вашем районе, предлагающий необходимые вам вакцины.
2. Позвоните в **колл-центр общественного здравоохранения** по телефону **1-833-540-0473** с 08:00 до 20:00 без выходных.
3. Дополнительная информация доступна на веб-сайте ph.lacounty.gov/vaccines.



*Недостаточно застрахованные лица имеют медицинскую страховку, однако возможно, что эта страховка не включает в себя расходы на услуги вакцинации, либо ограничивается определенными видами вакцин, либо имеет фиксированный долларовый лимит на услуги вакцинации.

Для лиц с медицинской страховкой

- Если у вас есть медицинская страховка или постоянный лечащий врач, обратитесь к ним за услугами вакцинации.

Какова польза плановой и обязательной вакцинации

1. Вакцинация — лучший способ защитить себя от болезней, предупреждаемых с помощью вакцин.



2. Своевременная вакцинация всеми необходимыми прививками позволяет более **безопасно**:

- ✓ Проводить время с семьей, друзьями и соседями
- ✓ Посещать общественные мероприятия

Каковы еще 2 преимущества вакцинации?

1. _____

2. _____

Услуги вакцинации против COVID-19 и гриппа на дому

Люди, ограниченные в своих перемещениях или **неспособные покинуть свой дом**, имеют возможность запросить проведение вакцинации в домашних условиях.

Запрос на вакцинацию можно подать двумя способами:

1. По телефону –

Позвоните в колл-центр DPH по вопросам вакцинации по номеру **1-833-540-0473**.



2. Онлайн –



Посетите веб-сайт **ph.lacounty.gov/VaxAtHome**, чтобы подать заявку. Версия также доступна на испанском языке.

Услуги по охране здоровья и уходу за престарелыми

Управление по охране здоровья пожилых людей
Департамента общественного здравоохранения
округа Лос-Анджелес (Los Angeles County
Department of Public Health, Office of Senior Health)
предоставляет информацию о следующих услугах:

- Поддержка по программам Medicare и Medicaid
- Дневной уход за пожилыми людьми
- Услуги долгосрочного ухода



Дополнительную
информацию можно
получить по телефону
1-213-351-7825 или по
адресу в интернете
ph.lacounty.gov/aging.

Услуги для пожилых и зависимых взрослых людей

Департамент по вопросам старения и инвалидности округа Лос-Анджелес (The Los Angeles County Aging and Disabilities Department) предлагает широкий спектр услуг для пожилых людей и людей с инвалидностью, включая:



- Программы питания
- Услуги поддержки и ухода
- Инициативы по улучшению качества жизни

Дополнительную информацию можно получить, позвонив на горячую линию Службы информации и поддержки по номеру **1-800-510-2020** или посетив веб-сайт ad.lacounty.gov.



Услуги для пожилых людей

Департамент по вопросам старения города Лос-Анджелес (The City of Los Angeles Department of Aging) предоставляет широкий спектр услуг, включая:

- Программы трудоустройства и обучения
- Правовую помощь и защиту
- Инициативы по оздоровлению и обеспечению безопасности
- Многоцелевые центры для пожилых людей
- Услуги по охране психического здоровья
- Программы жилищного обеспечения



Дополнительную информацию можно получить по телефону **1-213-482-7252** или по адресу в интернете aging.lacity.gov/older-adults.

Для доступа к городским службам, не связанным с чрезвычайными ситуациями, звоните на номер **3-1-1** или посетите веб-сайт lacity.gov/myla311.

Услуги по поддержанию психического здоровья

Пандемия COVID-19 создала новые вызовы для людей всех возрастов, оказав влияние на психическое благополучие многих. Если вам или кому-то из ваших знакомых могут быть полезны услуги по поддержке пожилых людей, борющихся с душевным дискомфортом, свяжитесь с одним из следующих ресурсов:

1. Услуга «Телефонные друзья» для пожилых людей (Senior Friendship Line)

- Звоните на круглосуточную горячую линию по номеру **1-800-971-0016**.
- Посетите ioaging.org/services/friendship-line для получения более подробной информации.

2. Фонд «Руки помощи» для пожилых людей (Helping Hands Senior Foundation)

- Звоните на горячую линию по номеру **1-818-279-6580** с понедельника по пятницу с 08:30 до 17:30.
- Посетите helpinghandsla.org для получения более подробной информации.

