



*Pavel Botšarov
(Gameboy Tetris)
артист*

ПОДСТАВЬТЕ ПЛЕЧО!

Помогите вернуть прежнюю жизнь –
пройдите вакцинацию **ОТ КОРОНАВИРУСА!**

vaktsineeri.ee • ☎ 1247

Как мне пройти вакцинацию?

- ▶ Время вакцинации можно забронировать в государственной э-регистратуре по адресу www.digilugu.ee или позвонив на государственный информационный номер 1247 (семь дней в неделю с 8 до 20 часов). Также зарегистрироваться на вакцинацию можно позвонив в регистратуру больницы или частного медицинского учреждения.
- ▶ Найдите ближайшее к вам место вакцинации: vaksineeri.ee/ru/covid-19/idu-vakczinirovatsya
- ▶ Кроме того, пройти вакцинацию можно без предварительной регистрации. Более подробную информацию о пунктах вакцинации можно найти на сайте vaksineeri.ee/ru.


Кто может вакцинироваться?

- ▶ На вакцинацию приглашаются все жители Эстонии от 12 лет.
- ▶ Вакцинация может быть **временно** отложена, если у вас высокая температура, вы болеете COVID-19 или находились в тесном контакте с заболевшим. Перед вакцинацией медицинский работник должен определить возможные временные или постоянные противопоказания к вакцинации.
- ▶ Информацию о дополнительных возможностях вакцинации вы можете получить **из новостей на vaksineeri.ee/ru** и медиа.

Вакцинация тех, кто переболел COVID-19

- ▶ **Если вы переболели COVID-19**, вам следует сделать прививку примерно через шесть месяцев после выздоровления. Вам сделают одну дозу вакцины, после чего курс вакцинации будет завершен. Даже если с начала заболевания COVID-19 прошло более шести месяцев, рекомендуется делать только одну инъекцию для долгосрочной защиты.

Для тех, кто перенёс коронавирус, вакцинация второй дозой не нужна, но при необходимости (например, для упрощения путешествий) её можно сделать.

- ▶ **Если вы заболете COVID-19 в течение двух недель после получения первой дозы вакцины**, то вас будут считать переболевшим, и в таком случае вам будет необходимо сделать следующую прививку в течение шести месяцев после выздоровления
 - ▶ **Если вы заболете COVID-19 более, чем через две недели после первой дозы вакцины**, но до второй дозы, то в таком случае вторую дозу вводить не нужно, и курс вакцинации можно считать завершенным.
- 

Семь причин почему вакцинироваться от COVID-19:

1

Вакцинация от COVID-19 – наиболее эффективное решение, которое позволит предотвратить распространение COVID-19 и вернуться к нормальной жизни. Для того, чтобы остановить пандемию важен вклад каждого человека.

2

Все вакцины от COVID-19, которые используются в Эстонии, эффективны для предотвращения серьезного заболевания. Даже, если вакцинированный человек заболеет, его заболевание будет протекать в более легкой форме.

3

Вакцинация безопаснее, чем заболевание COVID-19. Протекание COVID-19 непредсказуемо – оно может быть очень сложным из-за преклонного возраста или сопутствующих заболеваний. У многих людей остаются осложнения после COVID-19.



4

Последние исследования показали, что вакцины от COVID-19 также обеспечивают защиту от передачи вируса – насколько хорошо и эффективно покажут следующие исследования.

5

Проходя вакцинацию, вы также защищаете тех, кто не может защитить себя. Среди нас есть люди, которые не могут пройти вакцинацию по состоянию здоровья.

6

У вакцинированных жизнь проще – люди, прошедшие курс вакцинации, **не должны изолироваться при контакте с инфицированными, получают справку о вакцинации ЕС, что упрощает возможность путешествовать (например, не нужно **сдавать тесты перед поездкой**) и не нужно проходить тест перед посещением мероприятий.**

7

Вакцинация снижает нагрузку на сферу здравоохранения и позволяет восстановить обычную работу в больницах.



Часто задаваемые вопросы

Какие вакцины от COVID-19 доступны в Эстонии?

В настоящее время в Эстонии есть четыре вакцины. Возможно, вакцины могут быть добавлены с разрешения Европейского агентства по лекарственным средствам.

- ▼ Вакцина **Moderna** (новое название **Spikevax**) вводится дважды с интервалом в четыре недели между первой и второй дозой.
- ▼ Вакцина **Pfizer-BioNTech Comirnaty** вводится дважды с интервалом в шесть недель.
- ▼ Вакцина **Janssen** вводится один раз.
- ▼ Вакцина **Vaxzevria (Astra Zeneca)** вводится дважды с интервалом в 12 недель.

Все вакцины, используемые в Эстонии, безопасны, эффективны и высокого качества, а также защищают от новых, более агрессивных штаммов вируса COVID-19. Для достижения полной защиты очень важно не отказываться от второй дозы вакцины, а пройти весь курс вакцинации.

Исследования, включая мониторинг безопасности вакцин, будут продолжены для всех вакцин от COVID-19 даже после получения разрешения.

Есть ли побочные эффекты от вакцины от COVID-19? Что делать, если они возникнут?

Вакцины – это **одно из наиболее изученных лекарств** с точки зрения безопасности и эффективности. Однако, как и все лекарства, вакцина от COVID-19 может вызывать у некоторых людей побочные эффекты. Как правило, это легкие побочные эффекты, которые проходят сами, но могут беспокоить и вызывать временный дискомфорт. Серьезные побочные эффекты очень редки.

Побочные эффекты вакцины от COVID-19 вызваны реакцией иммунной системы на вакцину. Наиболее частые из них – это боль и отек в месте укола, головная боль, жар, недомогание, тошнота, мышечные боли, боли в суставах, которые обычно проходят через несколько дней. Если вы чувствуете себя плохо и нуждаетесь в консультации, позвоните на справочный телефон семейных врачей по номеру 1220.

Серьезные побочные эффекты – это опасная для жизни аллергическая реакция (гиперчувствительность), которая возникает очень редко в течение короткого времени после вакцинации. Поэтому вы должны оставаться под наблюдением медицинского персонала с необходимым оборудованием для оказания первой помощи **в течение как минимум 15 минут после вакцинации.**

Все известные побочные эффекты, связанные с вакциной, перечислены в брошюре на упаковке вакцины – ознакомьтесь с информацией на сайте vaksineeri.ee/ru перед вакцинацией.

Если вы подозреваете побочный эффект от вакцины от COVID-19, то обязательно сообщите об этом своему врачу или специалисту, который вас вакцинировал. Все медицинские работники обязаны сообщать департаменту лекарственных средств о побочных реакциях на вакцины от COVID-19. Вы также можете сообщить о побочных реакциях в департамент лекарственных средств, заполнив форму на их странице: www.ravimiamet.ee -> Сообщите о побочном эффекте.


Могу ли я вакцинироваться, если я жду ребенка или кормлю грудью?

Вакцинация рекомендуется и беременным, независимо от триместра беременности. Беременные женщины подвержены более высокому риску серьезного развития COVID-19, что также может повлиять на течение их беременности (например, индукция преждевременных родов). Используемые в Эстонии мРНК

вакцины – это вакцины Pfizer-BioNTech и Moderna от COVID-19 – не представляют опасности до или во время беременности. Перед вакцинацией рекомендуется проконсультироваться с врачом.

Все вакцины от COVID-19, используемые в Эстонии, также можно вводить во время грудного вскармливания.

NB!

- ▶ Если вы переболели COVID-19 или у вас есть антитела, то это не является противопоказанием к вакцинации.
 - ▶ Вакцинация от COVID-19 не дает положительного результата ПЦР (полимеразная цепная реакция).
- 

Что нужно помнить до и после вакцинации?

До:

- Обязательно приходите на вакцинацию вовремя. Если вы не можете прийти в назначенное время, то обязательно сообщите об этом при первой возможности, так вакцина не пропадет, и медики смогут найти следующего человека на вакцинацию.
- Идя на вакцинацию соблюдайте все меры безопасности.
- Информация о вакцинации заносится в digilugu. При желании возьмите с собой желтый паспорт иммунизации.

После:

- После вакцинации вы должны находиться под наблюдением медицинского персонала в течение 15 минут.
- Если побочные эффекты после вакцинации особенно беспокоят, длятся более 2–3 дней, обратитесь к семейному врачу или позвоните по телефону 1220.
- После вакцинации могут наблюдаться временные побочные эффекты, которые могут вызывать беспокойство. В случае возможной температуры, дисбаланса или других побочных действий отдохайте и избегайте резких движений. Обычно симптомы проходят через несколько дней. Даже после того, как пройдет температура, организму нужно дать несколько дней на восстановление перед занятием спортом.
- Вторая доза вакцины делается в том же месте, что и первая доза. Попросите дополнительную информацию при получении первой дозы и обязательно приходите делать вторую инъекцию в назначенное время и место.

Где я могу найти информацию, если у меня возникнут вопросы?

- организация вакцинации: государственный информационный телефон 1247 и digilugu.ee;
- вопросы о здоровье: справочный телефон семейных врачей 1220;
- последняя информация о вакцинации: vaktisineeri.ee/ru/;
- часто задаваемые вопросы: kkk.kriis.ee/ru/;
- terviseamet.ee/ru/;
- за врачебным советом обращайтесь к своему семейному и по номеру 1220.