

## Статья д.м.н. О.Н. Белоусовой

Во Всемирной организации здравоохранения заявили, что пандемия коронавирусной инфекции может завершиться, когда около 70% населения мира будут вакцинированы от вируса.

Президент России Владимир Путин заверил, что все зарегистрированные российские вакцины от COVID-19 эффективны и безопасны.

В октябре директор Центра им. Гамалеи Минздрава РФ Александр Гинцбург заявил, что ситуация с коронавирусом в России станет управляемой при помощи массовой вакцинации, что необходимо убедить россиян в важности вакцинации от коронавируса.

Первый, уже зарегистрированный и вошедший в оборот препарат — **Гам-КОВИД-Вак**, торговая марка «Спутник V» — был разработан Национальным исследовательским центром эпидемиологии и микробиологии имени Гамалеи Минздрава России. Это двухкомпонентная векторная вакцина против COVID-19. Вакцина не содержит коронавирус и представляет собой рекомбинантные частицы аденовируса человека, в которых есть ген протеина S — белка оболочки коронавируса, в отношении которого вырабатываются антитела. Компоненты вакцины вводятся внутримышечно, в два этапа с интервалом в 3 недели. Опыт применения векторных вакцин (при двукратной схеме введения) показывает, что иммунитет сохраняется до 2-х лет.

«Базой» для создания этой вакцины выступил аденовирус, который искусственно ослабили и превратили в вектор. Но важно, что даже в своём естественном состоянии он может вызвать в организме человека лишь простуду. После «ослабления» его снабдили шиповидным белком коронавируса, на который и должен формироваться иммунитет.

Вакцины и препараты на основе аденовирусных векторов человека, к которым относится вакцина Спутник V, доказали свою безопасность в ходе долгосрочных исследований и являются более изученными, чем ряд технологий, применяемых западными фармацевтическими компаниями для разработки собственных вакцин. Например, технологии мРНК и аденовирусных векторов шимпанзе, на которых основаны некоторые вакцины, находящиеся

в продвинутой стадии исследований, никогда ранее не были использованы ни в одном одобренном для широкого применения препарате или вакцине, а также не изучались с точки зрения долгосрочного эффекта на организм человека.

Эффективность российской вакцины от коронавируса «Спутник V» по данным Минздрава РФ составляет более 90%. Пик иммунного ответа организма на вакцину от коронавируса "Спутник V" приходится через 3 недели после введения второго компонента вакцины.

До и после вакцинации следует избегать контактов с носителями вирусной инфекции, стрессов для организма, таких как переохлаждение и перегрев, употребления в пищу продуктов, которые могут спровоцировать аллергическую реакцию. Необходимо воздержаться от принятия алкоголя в течение трех дней до процедуры и трех дней после вакцинации, так как это важно для формирования иммунитета.

Самое важное, что можно сделать, чтобы защитить себя, – это соблюдать правила личной гигиены и сократить посещения общественных и людных мест.

- Держите руки в чистоте, часто мойте их водой с мылом или используйте дезинфицирующее средство.
- Старайтесь не касаться рта, носа или глаз немытыми руками (обычно такие прикосновения неосознанно совершаются нами в среднем 15 раз в час).
- На работе и дома регулярно очищайте и дезинфицируйте поверхности и устройства, к которым вы прикасаетесь (клавиатура компьютера или ноутбука, экран смартфона, пульта, выключатели и дверные ручки).
- Носите с собой одноразовые салфетки и всегда прикрывайте нос и рот, когда вы кашляете или чихаете.
- Не ешьте еду (орешки, чипсы, печенье и другие снеки) из общих упаковок или посуды, если другие люди погружали в них свои пальцы.

- Объясните детям, как распространяются микробы и почему важна хорошая гигиена рук и лица. Расскажите детям о профилактике коронавируса.
- Часто проветривайте помещения.
- При посещении общественных мест (магазины, транспорт и др.) обязательно используйте медицинские одноразовые или гигиенические многоразовые маски и соблюдайте социальную дистанцию 1,5 - 2 метра.
- По возможности, соблюдайте дистанцию не менее 1 метра при общении с коллегами, друзьями, родными и близкими.
- Носите маски в местах большого скопления людей, меняйте их каждые 2-3 часа. И про дистанцию: меняем на 1,5-2 метра.

Если вы обнаружили симптомы, схожие с теми, которые вызывает коронавирус, оставайтесь дома и вызывайте врача.