



# Вакцинация от коронавируса. Что делать до и после вакцинации.



## Как подготовиться к вакцинации

- Необходимо отказаться от алкоголя за 3 суток до вакцинации;
- Перед прививкой исключите тяжелую и острую пищу, перейдите на легкое витаминизированное питание;
- Накануне хорошо выспитесь;
- Постарайтесь исключить стрессы и переживания;
- Если вы переохладились накануне, или не очень хорошо себя чувствуете, с прививкой стоит подождать.

## Что нельзя после прививки?

### В течение 3-х дней после вакцинации:

- ✗ не мочить место инъекции;
- ✗ не посещать сауну или баню;
- ✗ исключить алкоголь после введения первого и второго компонента вакцины;
- ✗ исключить аллергогенные продукты (цитрусовые, шоколад, яйца, рыбу).
- ✗ избегать чрезмерных физических нагрузок

## Побочные действия прививки могут включать:

- умеренную болезненность, покраснение в месте инъекции, зуд, припухлость;
- кратковременное повышение температуры, возможны заложенность носа, першение в горле как при гриппе или респираторных заболеваниях и общие симптомы в виде ощущения слабости, разбитости, болей в суставах и ломоты в теле;
- реже отмечаются тошнота, диспепсия, снижение аппетита;
- иногда – увеличение регионарных лимфоузлов.

**Внимание!** При покраснении, отечности, болезненности места инъекции принять антигистаминное средство. При повышении температуры тела после вакцинации – нестероидные противовоспалительные средства.

Министерство здравоохранения  
Луганской Народной Республики

ГУ «Луганский республиканский центр  
здоровья» ЛНР

## Когда сформируется стойкий иммунитет после вакцинации?

Первая однократная вакцинация не даёт полноценной защиты. Иммунитет формируется к 6-й неделе после начала вакцинации. Только после этого можно считать, что вы защищены.

## Как долго сохранится иммунитет после вакцинации?

На данный момент иммунитет подтвержден на интервале 5-7 месяцев. Прогнозный иммунитет: как минимум на год, но точные данные покажут дальнейшие наблюдения за привитыми и переболевшими.

**Факт!** Заразиться COVID – 19 непосредственно от вакцин невозможно.

**Важно знать!** Вакцина против COVID – 19 не отменяет для привитого пациента необходимость носить маски и перчатки, а также соблюдать социальную дистанцию.