КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ОТ НОВОЙ ВОЛНЫ КОРОНАВИРУСА? ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ!

Вакцинация от COVID-19 в Эстонии бесплатна и все предлагаемые в Эстонии вакцины защищают от распространяемых штаммов. Для обеспечения эффективной защиты осенью, курс вакцинации нужно начинать сейчас.

ЗАЧЕМ ДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ ОТ COVID-19?

* Течение болезни непредсказуемо и может надолго отразиться на здоровье и качестве жизни как молодых, так и пожилых людей.
* Все доступные вакцины в Эстонии сокращают количество серьезных заболеваний и госпитализаций. Например, опыт Израиля и Великобритании показывает, что количество серьезных заболеваний сокращается более чем на 80%.
* Вакцинированные люди могут быть освобождены от обязанности самоизоляции в течение одного года после завершения курса вакцинации, когда они въезжают в Эстонию или если они контактировали с инфицированным. Справка о вакцинации сделает поездки и участие в крупных мероприятиях проще. Освобождение от изоляции для переболевших COVID-19 действительно в течение шести месяцев.
* Каждый вакцинированный важен – так мы защищаем самых слабых, которых нельзя вакцинировать по состоянию здоровья. Это могут быть наши родители, дети, друзья, знакомые или просто прохожие на улице.

КАК МНЕ ПРОЙТИ ВАКЦИНАЦИЮ?

* Время вакцинации можно забронировать в государственной э-регистратуре по адресу www.digilugu.ee или позвонив в регистратуру больницы или частного медицинского учреждения. Также зарегистрироваться на вакцинацию можно позвонив на государственный информационный номер 1247 (семь дней в неделю с 8 до 20 часов).

КТО МОЖЕТ ВАКЦИНИРОВАТЬСЯ?

* Пройти вакцинацию могут все жители Эстонии от 12 лет.
* Вакцинацию временно откладывают, если у человека высокая температура, COVID-19 или он находился в тесном контакте с заболевшим.
* Переболевшие COVID-19 приглашаются на вакцинацию через 4-6 месяцев после выздоровления и для их защиты им достаточно одной дозы вакцины.

КОГДА ЛУЧШЕ ВСЕГО ДЕЛАТЬ ПРИВИВКУ ОТ COVID-19?

* Мы рекомендуем проходить вакцинацию при первой возможности. Эффективная защита наступает через две недели после введения второй дозы вакцины (вакциной от Janssen делается только один укол). Для того, чтобы защититься от нового роста распространения и осенней волны COVID-19, необходимо сделать прививки уже летом.

ЧТО ДЕЛАТЬ И УЧИТЫВАТЬ ПЕРЕД ВАКЦИНАЦИЕЙ?

* Приходите на вакцинацию вовремя. Если вы не можете быть на месте, то сообщите об этом заранее. Это предотвратит потерю дозы и ускорит вакцинацию людей.
* На вакцинацию приходите в маске и только здоровыми.
* При вакцинации наденьте удобную одежду. Вакцины от COVID-19 вводятся в плечо.
* Имейте в виду, что медицинский работник должен будет наблюдать за вами на месте еще в течение 15 минут после вакцинации на случай, если вы почувствуете недомогание после вакцинации.
* Обратите внимание, что рекомендуется интервал между вакцинацией COVID-19 и другими вакцинами не менее 14 дней.

ЧТО СЛЕДУЕТ УЧИТЫВАТЬ ПОСЛЕ ВАКЦИНАЦИИ?

* После вакцинации могут возникнуть побочные эффекты. Наиболее частые легкие побочные эффекты после вакцинации от COVID-19 – это боль и отек в месте укола, головная боль, повышенная температура, недомогание, тошнота, боли в мышцах и суставах. Обычно симптомы проходят через несколько дней.
* Если после вакцинации у вас наблюдаются более серьезные проблемы со здоровьем или проблемы сохраняются дольше трех дней со дня вакцинации, то позвоните на короткий номер семейных врачей 1220.

КУДА ОБРАЩАТЬСЯ В СЛУЧАЕ ВОПРОСОВ ПО ПОВОДУ ВАКЦИНАЦИИ ОТ COVID-19?

* Ответы на многие вопросы можно найти на сайте [www.vaktsineeri.ee/ru](http://www.vaktsineeri.ee/ru)
* Найти ответы на вопросы помогут также специалисты информационного номера 1247.