



# ЗДОРОВЬЕ.LV

Ведущая рубрики — Людмила ВЕВЕРЕ.



СОВЕТЫ ВРАЧЕЙ • МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ • ЗДОРОВОЕ ПИТАНИЕ • ЛЕКАРСТВА, КОТОРЫЕ ПОМОГАЮТ

## Грипп: как не слечь зимой?

Вирус гриппа — наш вечный незримый враг. Правда, о вирусе мы чаще вспоминаем зимой, а до этого плывём по течению, строим какие-то планы, игнорируем прививки... И в один день вирус гриппа внезапно наносит сокрушительный удар.



Уна Фёдорова.

О том, как противостоять коварному вирусу и что на самом деле представляет собой вакцина от гриппа, «Субботе» рассказала руководитель отдела вакцинации VC4 Уна Фёдорова.

### 5 причин, по которым необходима прививка от гриппа

1. Вакцинация защитит меня и мою семью, а мы не хотим болеть.
2. Я не могу позволить себе не выйти на работу.
3. Я вхожу в группу риска, и мой организм не в состоянии справиться с заболеванием.
4. У меня был печальный опыт гриппа в прошлом.
5. При вакцинации я чувствую себя в большей безопасности.

### Прививка как спасение

— По данным ВОЗ, каждый год от сезонных вспышек гриппа страдают 600 000 000 человек — 10 процентов населения планеты. Всё потому, что грипп не имеет равных по изменчивости; у этого вируса очень большая вариативность, к настоящему моменту выявлено более 2000 вариантов.

Непредсказуемость гриппа держит вирусологов и генетиков планеты в постоянном напряжении. Для надзора за гриппом создана глобальная сеть из лабораторий и 130 национальных центров ВОЗ.

Поэтому вирусы гриппа, которые выделяются по всему миру, изучают уважаемые, серьёзные и великолепно оснащённые лаборатории, которые решают вопрос о штаммовом составе вакцин на предстоящий сезон.

В состав трёхвалентной противогриппозной вакцины для северного полушария (Балтии в том числе) по рекомендациям ВОЗ на сезон-2014-2015 следует включить вирусы

- подобный штамму A/California/7/2009 (H1N1)pdm09,
- подобный штамму A/Texas/50/2012 (H3N2),
- подобный штамму B/Massachusetts/2/2012.

Грипп типа А, как правило, вызывает заболевание средней или сильной тяжести. Поражает как человека, так и некоторых животных. Именно вирус гриппа типа А ответствен за появление пандемий и тяжёлых эпидемий вроде печально известной испанки, унёсшей миллионы жизней.

**!!! Вакцина от гриппа, которую получил и предлагает наш медицинский центр VC4, защищает от всех названных видов вируса гриппа!**

### Совершенно безопасная вакцина!

— Уверю вас, плюсы вакцинации значительно перевешивают возможные минусы. И хотя прививка не гарантирует стопроцентной защиты от заболевания гриппом (не заболеют 70-90 процентов вакцинированных людей), эта простая манипуляция в любом случае сильно облегчит течение болезни (вы можете даже не понять, что болеете гриппом) и точно уменьшит вероятность тяжёлых осложнений.

Лучшее время для прививки от гриппа — октябрь и ноябрь.

!!! Важно понимать, что в Латвии используется исключительно инактивированная вакцина, которая никак не может ухудшить состояние человека.

**Внимание!** Не все обязаны покупать вакцину против гриппа за полную стоимость.

На вакцинацию от гриппа для людей группы риска, а также малышей до двух лет и людей старше 65 лет в нашей стране введена 50-процентная скидка. Для того чтобы получить эту льготу, следует посетить семейного врача и получить специальное направление.

**Во всех кабинетах вакцинации VC4 цена вакцины от гриппа одна из самых низких в Латвии — всего 7,85 EUR!**

### Мобильная вакцинация: мы едем к вам!

В медицинских центрах VC4 новая акция: у рижан и гостей столицы появилась прекрасная возможность сделать различные прививки не только непосредственно в поликлиниках VC4 и службе вакцинации VC4, но и в мобильном кабинете!

— Кабинет вакцинации оборудован в специальном автобусе. Это проект VC4, который создан для максималь-



## VESELĪBAS CENTRS 4

VAKCINĀCIJAS DIENESTS



Вы можете вызвать бригаду мобильной вакцинации.

### Группа риска — люди, кому обязательно надо привиться от гриппа:

- дети (особенно малыши от шести месяцев до трёх лет),
- пожилые люди (старше 60-65 лет),
- люди, страдающие хроническими заболеваниями, в том числе сердца и лёгких,
- люди с сахарным диабетом,
- люди с заболеваниями почек или слабой иммунной системой (в том числе те, кто проходил химиотерапию и облучение).

ного удобства пациентов. Автобус курсирует по городу и окрестностям. Передвижной центр вакцинации можно встретить в многолюдных местах — например, около торговых центров, на массовых мероприятиях. Это очень удобно, так как люди могут объединить шопинг с вакцинацией и таким образом сэкономить своё время — и ещё деньги.

**С п е ц и а л и с т ы** мобильного кабинета вакцинируют не только от энцефалита, но от гриппа и других заболеваний. Предоставляют возможность проконсультироваться о прививках для путешественников и на месте сделать их.

Все, кто привился в мобильном кабинете, регистрируются в базе данных VC4. Это может

пригодиться тем, кто потерял паспорт вакцинации. Система позволяет быстро восстановить информацию. Хочу отметить, что при вакцинации в кабинете работают полисы страхования здоровья тех компаний, с которыми у VC4 заключён договор о сотрудничестве.

**НЕ ПРОПУСТИТЕ!** Служба вакцинации Veselības Centrs 4 работает в разных местах Риги — каждый четверг возле торгового центра Domina Shopping с 10.00 до 20.00 в автобусе мобильной вакцинации вас ждут специалисты VC4.

Информация службы вакцинации VC4 есть на сайте [www.vakcinejies.lv](http://www.vakcinejies.lv). Можно получить всю информацию о возможностях прививок, справки и маршрут перемещения по тел. 20237088.

Мобильная вакцинация (кабинет на колесах, выезды на предприятия по Риге и окрестностям Риги в 50 км): справки и маршрут перемещения — по тел. 29487902.

### Служба вакцинации Veselības Centrs 4

• **Клиника Юглы**  
Рига, Бривибас гатве, 410. Тел.: 67136282, 29330086.

**Время работы:** по рабочим дням с 8.00 до 18.00.

• **В кабинете вакцинации VC4 TЦ Spice**  
Рига, ул. Лиелирбес, 29, у входа D. Тел. 66051813.

**Время работы всю неделю:** с 10.00 до 21.00.

• **Veselības Centrs 4**  
Рига, ул. Кр. Барона, 117, 1-й этаж, каб. 123. Тел. 67847140.

**Время работы:** по рабочим дням — с 8.00 до 19.00.

• **Диагностический центр Veselības Centrs 4**  
Рига, ул. Гребенщикова, 1, 1-й этаж, каб. 115. Тел. 67144007.

**Время работы:** по рабочим дням с 9.00 до 16.00.

• **Capital Clinic Riga**  
Рига, ул. Дунтес, 15а, 4-й этаж. Тел. 66333333.