

# Patient Education

---

## COVID-19 после вакцинации

You must carefully read the "Consumer Information Use and Disclaimer" below in order to understand and correctly use this information

### Об этой теме

Коронавирусная инфекция 2019-ого года, или COVID-19, — это вирус, который легко передается от человека человеку. В 2020 году было разработано несколько видов вакцин для предотвращения инфицирования COVID-19. Должно пройти 2 недели после введения последней дозы вакцины, прежде чем вы будете полностью защищены. До тех пор важно соблюдать обычные меры безопасности.

Вы будете полностью вакцинированы, когда пройдет более 2 недель с момента введения второй дозы (для вакцин, состоящих из 2 доз) или более 2 недель с момента введения вакцины, состоящей из единственной дозы. После этого вам будет необходимо следовать новым рекомендациям. В общественных местах по-прежнему будет важно соблюдать меры безопасности. Носите маску. Избегайте скопления людей и часто мойте руки.

Врачи считают, что для вас будет безопасно:

- Собираться без масок в помещении с другими людьми, которые также полностью вакцинированы.
- Собираться в помещении с невакцинированными членами семьи, проживающими вместе с вами. Однако если кто-либо в этой семье подвержен более высокому риску серьезного течения COVID-19, то всем следует надевать маски.
- Собираться на открытом воздухе без ношения маски. Однако вам может потребоваться надеть маску, если вы находитесь в многолюдном месте или в месте, где вы находитесь, обязательно ношение масок.
- Путешествуйте без тестирования перед поездкой. После заграничной поездки вам, возможно, потребуется сдать тест. Вам также не нужно проходить карантин после путешествия. В вашем пункте назначения все еще могут быть требования о проведении тестирования. Вам может потребоваться надеть маску в самолете, автобусе, поезде или другом транспорте.

Если вы были рядом с человеком, зараженным COVID-19, вам не нужно проходить тестирование и избегать других людей, если у вас нет симптомов.

### Общее

Многие люди хотят вернуться к нормальной жизни после вакцинации от COVID-19. К сожалению, это пока невозможно.

### **Почему мне нужно продолжать соблюдать меры предосторожности даже после полной вакцинации?**

Вашему организму нужно время, чтобы сформировать иммунитет к вирусу. Это означает, что вы не полностью защищены сразу после введения первой или второй дозы вакцины. В большинстве случаев вашему организму требуется неделя или 2 недели после второй дозы, чтобы выработать иммунитет.

Кроме того, постоянно обнаруживаются новые штаммы вируса. Вакцина, которую вы получили, может оказаться неэффективной против нового штамма. Также врачи не знают, как долго вакцина COVID-19 будет обеспечивать защиту от инфекции. Некоторые люди могут быть переносчиками вируса, даже если они вакцинированы и не имеют никаких симптомов болезни.

Вакцины работают лучше всего, когда прививку сделало большинство жителей страны. Тогда риск заражения снижается для всей страны. Чтобы снизить риск заболевания для всех окружающих, вам нужно вакцинироваться, а затем продолжать носить маску, избегать скопления людей и держаться на расстоянии 1,8 метра (6 футов) друг от друга.

### **Можно ли мне проводить время с членами своей семьи и друзьями?**

Это зависит от обстоятельств. Врачи считают, что безопаснее всего собираться на улице. Но вы можете собираться в помещении без масок с другими людьми, которые также полностью вакцинированы. Вам также можно находиться в одном помещении с людьми, проживающими вместе с вами, даже если они не вакцинированы.

Уровень риска при встрече с другими людьми зависит от следующих факторов:

- встречаетесь ли вы в помещении или на открытом воздухе;
- вакцинированы ли люди, с которыми вы встречаетесь;
- сколько прошло времени с тех пор, как эти люди вакцинировались;
- находились ли невакцинированные люди на карантине, прежде чем встречаться с вами;
- все ли надели маски и соблюдают социальную дистанцию и т. д.

Даже если вам сделали прививку от COVID-19, все равно важно соблюдать меры предосторожности для защиты себя и окружающих, когда вы находитесь в общественных местах. Находясь в помещении, носите маску так, чтобы она закрывала рот и нос, и постарайтесь держаться на расстоянии не менее 1,8 метра (6 футов) от других людей.

### **Нужно ли мне самоизолироваться, если у меня был контакт с человеком, зараженным COVID-19?**

Вам не нужно самоизолироваться, если:

- вы полностью вакцинированы и

- с момента контакта у вас не было никаких симптомов COVID-19.

Если вы не получили все необходимые дозы вакцины, вам следует самоизолироваться дома в течение 14 дней. Вам также следует самоизолироваться дома, если у вас появились симптомы COVID-19.

Если у вас был контакт с больным COVID-19, внимательно следите за возможным появлением симптомов в течение 14 дней, даже если вы полностью вакцинированы. Если у вас появились какие-либо симптомы, проконсультируйтесь с врачом. Возможно, он порекомендует, чтобы вы прошли тестирование.

### **Можно ли мне пойти в кафе или ресторан, на концерт или спортивное мероприятие?**

Наиболее безопасно — собираться или обедать на открытом воздухе. Рестораны (кроме площадок на открытом воздухе) и другие помещения по-прежнему остаются местами повышенного риска заражения COVID-19. Если площадка кафе находится вне помещения, но закрыта со всех сторон (например, оформлена в виде павильона) и не обеспечивает достаточной циркуляции воздуха, то риск заражения может быть такой же, как в помещении. Кроме того, маску придется снять во время еды и питья. Во многих местах может быть плохая фильтрация воздуха. Также в этих местах люди часто толпятся слишком близко друг к другу и громко разговаривают. Все это увеличивает риск заражения. Мероприятия на открытом воздухе со свободной циркуляцией воздуха и социальным дистанцированием дают вам больше шансов избежать заражения. На многолюдных мероприятиях, даже на открытом воздухе, по-прежнему важно носить маску.

### **А как насчет путешествий?**

Врачи считают путешествия безопасными, если вы полностью вакцинированы. В большинстве случаев вам не нужно соблюдать карантин или проходить тест на COVID-19 до или после поездки. Некоторые страны все же могут потребовать, чтобы вы прошли его перед поездкой. Важно помнить, что новые штаммы вируса COVID-19 постоянно обнаруживаются по всему миру. Это означает, что в некоторых странах и регионах есть больше ограничений, связанных с поездками и тестированием. Если в поездке все же существует серьезная необходимость, старайтесь избегать скопления людей, всегда носите маску и часто мойте руки.

### **Как мне теперь вести себя?**

Продолжайте соблюдать меры безопасности для защиты себя и окружающих.

- Находясь в помещении, при контактах с другими людьми носите тканевую маску так, чтобы она закрывала рот и нос.
- Соблюдайте социальное дистанцирование и держитесь на расстоянии не менее 1,8 метра (6 футов) от других в общественных местах. Носите маску, когда находитесь в людном месте.
- Избегайте встреч с невакцинированными людьми, которые не проживают с вами одной семьей.

- Часто мойте руки водой с мылом не менее 20 секунд, особенно после кашля или чиханья. Если нет возможности вымыть водой с мылом, пользуйтесь дезинфицирующими средствами для рук с содержанием спирта не менее 60 %. Обрабатывайте руки дезинфицирующим средством не менее 20 секунд.
- Не прикасайтесь руками к лицу, особенно к рту, носу и глазам.
- Протирайте дезинфицирующим средством предметы и поверхности, к которым вы часто прикасаетесь.

Использование информации потребителей и заявление об ограничении ответственности:

Эта информация не является руководством по лечению и не заменяет информацию, предоставляемую врачом. Здесь приведены лишь краткие сведения общего характера. Здесь НЕ содержится полная информация о состояниях, заболеваниях, травмах, анализах, процедурах, способах лечения и видах терапии, а также нет рекомендаций при выписке и указаний относительно образа жизни, которые могут относиться к вам. Для получения полной информации о состоянии вашего здоровья и возможных вариантах лечения вам следует обратиться к врачу. Эту информацию не следует использовать для того, чтобы решать, принимать ли советы, указания или рекомендации лечащего врача. Только врач обладает необходимыми знаниями и квалификацией, чтобы надлежащим образом вас проконсультировать.

Last Updated 7/14/21



© 2021 UpToDate, Inc. and its affiliates and/or licensors. All rights reserved.