**Роспотребнадзор напоминает:– Зачем делать прививки во взрослом возрасте?**

– Уровень иммунитета к той или иной инфекции определяется так называемым условно-защитным титром антител. Чтобы противостоять инфекции, титр должен быть достаточно высоким. Если этот показатель снижается, значит, человек может иметь чувствительность к какому-то возбудителю. Проблема в том, что поствакцинальный иммунитет имеет свойство снижаться с возрастом. Поэтому врачи рекомендуют примерно раз в десять лет измерять уровень антител к различным инфекциям и, если титр снизился, сделать прививку.

**– От каких инфекций взрослым необходимо ревакцинироваться?**

– Это решает врач в каждом конкретном случае. Но надо понимать, что инфекции никто не отменял, и взрослый человек может так же, как и ребенок, заболеть, если у него нет иммунной защиты. При этом та же корь у взрослых протекает с массой осложнений, а прививки от этой инфекции хватает на 10–12 лет, дальше нужна ревакцинация. Краснуха особенно опасна для беременных женщин, так как вызывает повреждения у плода.

В любом возрасте может возникнуть менингококковая инфекция, которая протекает очень тяжело и чревата серьезными осложнениями. Вакцинация от коклюша имеет эффект кокона и делается с целью защитить совсем маленьких детей. В первые три месяца жизни младенцы, особенно если они не на грудном вскармливании, не защищены от этой инфекции, и она может стать для них смертельной. Поэтому вакцинируют все окружение новорожденного.

От пневмококковой инфекции и гриппа очень важно вакцинироваться людям старше 65 лет, поскольку их иммунитет ослаблен, и ему нужна дополнительная защита от инфекции в виде прививки. Из-за отказа от вакцинации в 90-е годы был огромный всплеск заболеваемости дифтерией, и большинство летальных исходов регистрировалось именно у взрослых.

Летальным исходом опасен и столбняк. И прививка – это единственная защита. Причем вопреки стереотипам от столбняка надо также раз в десять лет ревакцинироваться. Потому что с экстренной прививкой в случае травмы, как обычно предпочитают делать, можно попросту не успеть, если в рану попала земля и доза инфицирования очень высокая.

**– Какие есть противопоказания к прививкам?**

– Их определяет доктор в каждом конкретном случае. Чаще всего это аллергия на компоненты прививки. Также прививку не делают в острой фазе какого-либо заболевания.

**– Нужно ли делать прививки людям с сильным иммунитетом, которые не болеют?**

– У нас полторы тысячи инфекционных заболеваний. У человека может быть сильный иммунитет к респираторным инфекциям, но отсутствовать к кори или к столбняку. Так что можно сказать, что именно вакцинация тренирует наш иммунитет, делает его сильным.

**– Не сильно ли прививки перегружают иммунитет?**

– С первым вдохом новорожденный получает 30 тысяч неизвестных антигенов, а с первым глотком грудного молока еще 20 тысяч, с которыми он не сталкивался в организме мамы, поскольку плацента защищала от проникновения. На этом фоне перечень прививок выглядит очень скромно. Их делается минимальное количество, они все очищены и не вызывают перекрестных реакций. Основная задача – получить максимальную защиту при минимальных побочных эффектах. В настоящее время есть тренд, чтобы в одном шприце была вакцинация сразу от нескольких инфекций. Каждая инъекция не совсем приятная процедура, и сейчас уже есть 5–7-валентные вакцины, которые позволяют уменьшить количество инъекций.

**– Что дает более стойкий иммунитет: перенесенное заболевание или прививка?**

– Если положить на чаши весов прививку и перенесенное заболевание, перевесит, конечно, прививка. Вакцину делают из ослабленного штамма, чьи характеристики хорошо известны. А вот встреча с возбудителем – это всегда встреча с неизвестным, и последствия зависят от того, какой именно возбудитель «достался», какие у вас генетические характеристики. И нет никакой гарантии от летального исхода.

С помощью вакцины мы вводим ослабленного или убитого возбудителя и таким образом создаем программу для иммунитета – найти врага, обезвредить и сформировать иммунологическую память. Чтобы при следующей встрече вовремя распознать его и уничтожить. Не забывайте, что именно вакцинация подарила человечеству дополнительных 25 лет жизни, защитив от тяжелых заболеваний и осложнений.