

# Вакцины от COVID-19 — Что нужно знать ПОЖИЛЫМ канадцам



Октябрь 2023

# National Institute on Ageing

**Рекомендованные ссылки на первоисточники:**

С. К. Синха (Sinha, S. K.), А. Арулнамби (Arulnamby A.), С. Вохра-Миллер (Vohra-Miller, S.) и Дж. Джонстоун (Johnstone, J.) (2023). Вакцины от COVID-19 — Что нужно знать пожилым канадцам National Institute on Ageing. Торонто, штат Онтарио

Почтовый адрес:

**National Institute on Ageing  
Ted Rogers School of  
Management  
350 Victoria St.  
Toronto, Ontario  
M5B 2K3  
Канада**

## О Национальном институте по проблемам старения

Национальный институт по проблемам старения (NIA) — это государственный междисциплинарный исследовательский центр на базе Университета Торонто Метрополитен (ранее Университет Райерсона). Деятельность NIA нацелена на обеспечение благополучного старения в контексте целостности жизненного пути индивида. Уникальность деятельности заключается во всестороннем рассмотрении проблем старения, включая вопросы финансового, психологического и социального благополучия.

Деятельность NIA направлена на проведение междисциплинарных исследований, основанных на фактических данных и практически реализуемых, которые способствуют разработке более эффективной государственной политики и практик, необходимых для решения целого ряда проблем и реализации возможностей, связанных с пожилыми гражданами Канады.

Цель NIA — обеспечивать руководящие указания на национальном уровне и просвещение общественности в целях эффективного сотрудничества с органами власти всех уровней, партнерами из частного и государственного секторов, научно-образовательными учреждениями, организациями, связанными с проблемой старения, и гражданами Канады.

## О Программе здорового старения и гериатрии Университетской сети здравоохранения (UHN) и сети медицинских учреждений Sinai

Программа «Здоровое старение и гериатрия» сети медицинских учреждений Sinai Health и Университетской сети здравоохранения (UHN) нацелена на обеспечение ухода за всеми пожилыми людьми, в частности, за инвалидами и немощными. Мы предоставляем информационно-консультационные услуги по межличностному взаимодействию, проводим исследования, внедряем инновационные модели ухода, учимся сами и обучаем других, а также сотрудничаем со всеми партнерами с целью обеспечения благополучного старения.

## Авторы

Авторы данного Руководства:

**Д-р Самир К. Синха (Samir K. Sinha), Дипломированный врач, Доктор философии, член Королевского колледжа врачей Канады (RCPC), член Канадской академии медицинских наук (CAHS) и член Американского гериатрического общества (AGS)**

Директор по вопросам гериатрии,  
сеть медицинских учреждений Sinai Health и Университетская сеть здравоохранения (UHN);

Директор по исследованиям политики в области здравоохранения,  
Национальный институт по проблемам старения;

Доцент, факультеты медицины, семейной и общественной медицины,  
политики, менеджмента и оценки в области здравоохранения,  
Университет Торонто

**Арушан Арулнамби (Arushan Arulnamby), магистр в области общественного здравоохранения**

Аналитик политики в области здравоохранения, Национальный институт по проблемам старения,  
Университет Торонто Метрополитен

**Г-жа Сабина Вохра-Миллер (Sabina Vohra-Miller), Магистр естественных наук**  
Основатель платформы Unambiguous Science

**Д-р Джени Джонстоун (Jennie Johnstone), Дипломированный врач, Доктор философии, член Королевского колледжа врачей Канады (RCPC)**

Медицинский директор по профилактике и контролю инфекционных заболеваний,  
Sinai Health;

Директор отделения, факультет  
инфекционных болезней, Университет Торонто;

Доцент, факультеты медицины,  
лабораторной медицины и патобиологии, Университет Торонто

## Содержание

Общие вопросы по вакцинам против COVID-19	7
Вопросы, характерные для пожилых людей	15
Вопросы, характерные для отдельных групп населения	19
Развенчание мифов о вакцинах против COVID-19	22
Другие вопросы	24

## Введение

С конца 2020 года, на основании исследований и отчетов об эпидемиологической обстановке были разработаны, одобрены и рекомендованы к применению в Канаде различные вакцины против COVID-19. Новости о разработке и одобрении этих вакцин против COVID-19 были встречены не только с воодушевлением и надеждой, но также и с некоторым скептицизмом — особенно среди пожилых людей и некоторых наиболее уязвимых членов нашего общества.

Существует множество закономерных вопросов и заблуждений, касающихся вакцин против COVID-19, их разработки и значения для нашего личного здоровья. По мере того, как Канада выходит из кризисной фазы и переходит к долгосрочному управлению COVID-19, все вызывающие озабоченность вопросы необходимо решать.

**Далее приведены некоторые распространенные вопросы, возникающие у пожилых канадцев по поводу вакцин против COVID-19, а также основанные на фактах ответы на эти вопросы, которые помогут вам быть в курсе происходящего.**

Наш организм на протяжении жизни может сталкиваться с различными бактериями, вирусами или грибами, которые могут вызвать различные

## Общие вопросы по вакцинам против COVID-19

### Как действуют вакцины?

заболевания. Все эти микроорганизмы или агенты называются патогенами. Для борьбы с этими патогенными микроорганизмами иммунная система нашего организма вырабатывает антитела к уникальному элементу патогена. Элемент патогена, вызывающий образование антител, называется антигеном. Таким образом формируется защита от заболевания, которая называется иммунитетом. В нашем организме имеются тысячи различных антител к определенным антигенам того или иного патогена.

Когда организм человека впервые подвергается воздействию какого-либо патогена (например, вирус COVID-19), требуется время, чтобы иммунная система отреагировала и выработала специфические антитела. До тех пор, пока в нашем организме не будет сформирован иммунный ответ, человек остается восприимчивым к патогену и может тяжело заболеть и умереть. Но как только организм выработает антитела в рамках своей первичной реакции на антиген, он также создает клетки иммунологической памяти, которые несут в себе информацию о болезни и методах борьбы с ней. Наш организм способен запоминать проникшие в него вирусы, и при следующей встрече с ними мы либо совсем не заболеем, либо легко перенесем инфекцию.

Именно для этого и нужны вакцины. Вакцины содержат ослабленные или инактивированные частицы конкретного микроорганизма (антиген), которые вызывают иммунную реакцию внутри

организма. Новые вакцины содержат программу для выработки антигенов, а не сами антигены. Они помогают организму быстро сформировать иммунный ответ против различных патогенов. Таким образом, если впоследствии ваш организм столкнется с каким-либо настоящим патогеном, против которого вы были иммунизированы, то ваша иммунная система сможет быстро распознать, какой патоген инфицировал ваше тело, и выбрать наилучшее средство, чтобы уничтожить его, не позволяя нанести серьезный вред здоровью.

### Как действуют мРНК-вакцины и какие из них доступны?

мРНК, то есть матричная (или информационная)

РНК — это естественно присутствующая в организме молекула, которую клетки организма используют в качестве инструкции по синтезу белков.

До пандемии COVID-19 ученые десятилетиями исследовали и применяли методы лечения на основе мРНК-вакцин. Как только была получена необходимая информация о вирусе, вызывающем инфекцию COVID-19, ученые приступили к разработке первых мРНК-вакцин против COVID-19.

В этих вакцинах используется синтетическая мРНК, которая сообщает организму о необходимости создания безвредного фрагмента спайкового (S) белка-антигена, который находится на поверхности вируса, вызывающего COVID-19. Эти вакцины доставляют небольшой синтетический фрагмент мРНК, который дает инструкцию клеткам организма начать продукцию

небольшого количества спайкового (S) белка-антигена. Наш организм распознает чуждый антиген и формирует иммунный ответ, вырабатывая защитные антитела против спайкового (S) белка-антигена вируса COVID-19. Таким образом, если впоследствии наш организм столкнется с реальным вирусом, вызывающим COVID-19, иммунная система сразу поймет, как с ним бороться. Молекулы мРНК, содержащиеся в вакцинах, не остаются в организме человека, а разрушаются вскоре после вакцинации. Молекулы мРНК из вакцины не могут встраиваться в ДНК человека или каким-либо образом ее менять.

Вакцины на основе мРНК — величайшее научное достижение в истории человечества. Эта технология позволит разрабатывать вакцины и от других вирусов, включая вирусы гриппа, респираторно-синцициальный вирус (РСВ), вирус Зика, вирус бешенства и цитомегаловирус (ЦМВ). Ведутся также исследования противораковой вакцины с мРНК.

В Канаде одобрены различные мРНК-вакцины против COVID-19 для взрослых, защищающие от различных разновидностей вируса SARS-COV-2. За последние три года были одобрены следующие мРНК-вакцины: **Comirnaty<sup>®</sup>**, **Comirnaty<sup>®</sup> Original & Omicron BA.4/BA.5**, **Spikevax Bivalent<sup>™</sup>** (Original/Omicron BA. 4/BA.5) и **Spikevax Bivalent<sup>™</sup>** (Original/Omicron BA.1).

**Помимо этих вакцин, осенью этого года были одобрены две новые мРНК-вакцины против одного из последних штаммов вируса: Comirnaty<sup>®</sup> Omicron XBB.1.5 и Spikevax<sup>®</sup> XBB.1.5.**

## Как действуют белковые субъединичные вакцины и какие из них доступны?

Белковые субъединичные вакцины широко используются уже несколько десятилетий для защиты от различных заболеваний, включая коклюш и гепатит В.

Эти вакцины содержат очищенные вирусные белки, которые синтезируются по безопасной и отлаженной технологии. Сначала участок генетической структуры вируса, содержащий код для синтеза конкретных спайковых белков вируса COVID-19, доставляется в другую клетку, что позволяет вырабатывать этот белок. Затем белок очищается и вводится в организм для активизации иммунного ответа. Для усиления иммунного ответа на белковый антиген в состав вакцины также входит адъювант Matrix-M. Адъюванты успешно используются в различных вакцинах.

Белковые субъединичные вакцины не способны вызывать инфекцию, так как не содержат вируса.

В настоящее время в Канаде для взрослых доступна только одна вакцина против COVID-19 на основе белковых субъединиц — **Nuvaxovid<sup>™</sup>**.



## В чем разница между первичной серией вакцинации и дополнительными бустерными дозами?

Первичная серия вакцинации — это первичное в анамнезе пациента введение вакцины для профилактики COVID-19. В настоящее время первичная серия вакцинации всеми вакцинами против COVID-19 состоит из двух доз. Сейчас для первичной серии вакцинации рекомендуется использовать мРНК-вакцины. Если такие вакцины недоступны, следует предлагать белковую субъединичную вакцину против COVID-19. Необходимо отметить, что при проведении первичной серии вакцинации могут использоваться различные вакцины.

Рекомендуемый интервал между двумя дозами вакцины против COVID-19 в рамках первичного курса вакцинации составляет восемь недель. Это больше, чем другие разрешенные интервалы, поскольку (как подтверждено доказательствами), увеличение времени между дозами связано с увеличением эффективности вакцинации и потенциальным снижением риска развития миокардита/перикардита (после введения второй дозы мРНК-вакцины против COVID-19).

**Из-за снижения эффективности вакцины с течением времени после первичной серии вакцинации рекомендуются дополнительные бустерные дозы.**

Как и в рамках первичной серии вакцинации против COVID-19, в качестве дополнительных бустерных доз предпочтительнее использовать мРНК-вакцины. Если мРНК-вакцины против COVID-19 недоступны, следует предлагать белковую субъединичную вакцину против COVID-19.

## Что такое бивалентные мРНК-вакцины против COVID-19?

Бивалентные мРНК-вакцины против COVID-19 рекомендованы к применению в Канаде с сентября 2022 года. Их отличие от изначальных вакцин против COVID-19 заключается в том, что они содержат мРНК не только спайкового белка исходного штамма вируса SARS-CoV-2, но и спайкового белка вариантов штамма Омикрон вируса SARS-CoV-2. Это особенно важно в связи с тем, что штамм Омикрон способен частично обходить иммунную защиту, обеспечиваемую вакцинами против первоначального штамма вируса SARS-CoV-2 и инфекций, вызываемых более ранними разновидностями вируса SARS-CoV-2.

В настоящее время бивалентные мРНК-вакцины против COVID-19 рекомендованы Канадским национальным консультативным комитетом по иммунизации (NACI) для проведения первичной серии вакцинации.

## Какие вакцины нового поколения против COVID-19 существуют?

В настоящее время в Канаде доминируют новые подварианты штамма Омикрон, а не те разновидности вируса SARS-CoV-2, против которых были направлены бивалентные мРНК-вакцины. Новые подварианты штамма Омикрон способны эффективнее уклоняться от воздействия антител по сравнению с предыдущими мутациями этого штамма.

Осенью 2023 г. в Канаде станет доступен новый набор вакцин против одной из последних разновидностей штамма Омикрон. Эти вакцины не будут содержать защиту от оригинального штамма вируса SARS-CoV-2. Защита будет только от одной из последних мутаций штамма Омикрон. В результате ожидается, что эти вакцины обеспечат лучший иммунный ответ по сравнению с имеющимися в настоящее время вакцинами против COVID-19, включая бивалентные мРНК-вакцины.

**По оценкам специалистов, предлагаемое этой осенью введение бустерной дозы вакцины для профилактики COVID-19 позволит предотвратить тысячи случаев госпитализаций и смертей в Канаде в течение следующего года.**

По этой причине Канадский национальный консультативный комитет по иммунизации (NACI) рекомендует всем лицам, прошедшим первичный курс вакцинации, получить бустерную дозу вакцины, содержащую защиту от нового подварианта коронавируса XBB.1.5, если после завершения первичной серии вакцинации против COVID-19 или перенесенной коронавирусной инфекции прошло не менее шести месяцев.

Вакцины **Comirnaty® Omicron XBB.1.5** (Pfizer-BioNTech) и **Spikevax® XBB.1.5** (Moderna) были одобрены к применению Министерством здравоохранения Канады в сентябре 2023 года, а обновленная вакцина против COVID-19 от компании Novavax, как ожидается, будет одобрена Министерством здравоохранения Канады в ближайшее время. Уже сейчас данные доклинических и клинических исследований показывают, что новые вакцины Moderna и Pfizer-BioNTech позволяют организму развивать надежный иммунный ответ против новых подвариантов штамма Омикрон вируса SARS-CoV-2 XBB\*.

## Вакцины, разрешенные к применению в Канаде

Тип вакцины	Название вакцины	От скольких штаммов COVID-19 защищает?	Наиболее предпочтительна в рамках первичной серии вакцинации?	Наиболее предпочтительна для дополнительных бустерных доз?
mRNA	<b>Comirnaty™ Original</b>	1		
	<b>Comirnaty® Original и Omicron BA.4/BA.5</b>	2		
	<b>Comirnaty® Omicron XBB.1.5</b>	1		
	<b>Spikevax™ Original</b>	1		
	<b>Spikevax Bivalent™ (Original/ Omicron BA. 4/BA.5)</b>	2		
	<b>Spikevax Bivalent™ (Original/ Omicron BA.1)</b>	2		
	<b>Spikevax® XBB.1.5</b>	1		
Белковая субъединичная	<b>Nuvaxovid™</b>	1		

## **Вакцины против COVID-19 были разработаны слишком быстро. Как убедиться в том, что исследователи не пропустили важные этапы?**

По данным [сайта](#) Министерства здравоохранения Канады, все одобренные в Канаде вакцины против COVID-19:

- отвечают стандартным требованиям, предъявляемым к вакцинам, включая все стандартные требования к безопасности, качеству и эффективности вакцин, и ни одно из требований не было проигнорировано с целью ускорить одобрение этих вакцин; а также
- качество, безопасность и эффективность этих вакцин регулярно контролируются.

Объединив усилия как никогда ранее, страны и компании по всему миру способствовали разработке и производству вакцин против COVID-19. Разработка вакцин против коронавирусной инфекции стала главным приоритетом для организаций и учреждений здравоохранения, исследователей и производителей вакцин. Они вкладывали огромные средства, перераспределяли персонал и создавали ряд коллабораций для работы над вакцинами против COVID-19. Все это делалось не в ущерб безопасности, и в ходе клинических исследований, которые должны были продемонстрировать безопасность и эффективность вакцин, были выполнены все комплексные проверки.

Другие факторы, ускорившие создание одобренных вакцин против COVID-19:

- Самые первые вакцины против COVID-19 разрабатывались на основании результатов исследований, проводившихся в течение десятилетий в отношении других штаммов коронавируса, предшествовавших COVID-19, например, коронавирус, вызывающий ближневосточный респираторный синдром (MERS) и коронавирус, вызывающий тяжелый острый респираторный синдром, или атипичную пневмонию (SARS).
- Разработке новых вакцин способствовали другие достижения научно-технического прогресса: выявив вирус COVID-19, ученые практически сразу же секвенировали его геном и смогли быстро начать работы по созданию различных вариантов вакцин и клинические испытания.
- Сложилось активное международное сотрудничество ученых, медицинских работников, исследователей, промышленных предприятий и правительств, включая значительное финансирование масштабных крупных клинических испытаний, необходимых для ускоренного тестирования и установления безопасности и эффективности разрабатываемых вакцин.

**Нужно ли перед вакцинацией принимать ацетаминофен (известный под торговой маркой «Тайленол») или нестероидные противовоспалительные препараты для предотвращения поствакцинальных реакций и осложнений?**

Хотя эти лекарственные средства можно принимать для купирования поствакцинальных реакций и осложнений, регулярно использовать эти средства до или во время вакцинации не рекомендуется. Но в случае приема этих препаратов вакцинацию все равно можно проводить.

Если есть необходимость купировать поствакцинальные реакции и осложнения, то в случае пожилых людей предпочтительно использовать ацетаминофен.

**Я уже переболел(а) коронавирусной инфекцией. Следует ли мне вакцинироваться?**

Да. Даже если вы уже перенесли коронавирусную инфекцию, вам все равно следует пройти вакцинацию, поскольку иммунитет, возникающий в результате вакцинации и инфицирования естественным путем (так называемый гибридный иммунитет) снижает вероятность повторного заражения

и усиливает защиту от тяжелого течения заболевания. Это особенно актуально для лиц со сформированным гибридным иммунитетом при заражении одним из новых подвидов штамма Омикрон.

Лицам, не начавшим или не завершившим первичную серию вакцинации, рекомендуется сделать прививку через восемь недель после получения положительного теста или появления симптомов. Лицам, завершившим первичную серию вакцинации, рекомендуется пройти ревакцинацию через шесть месяцев после перенесенного заболевания.

Вакцинация после перенесенной инфекции не вызывает опасений, поскольку прививка переносится хорошо. При этом следует соблюдать рекомендуемые интервалы, так как чем больше времени пройдет с момента инфекции до вакцинации, тем сильнее иммунный ответ организма.

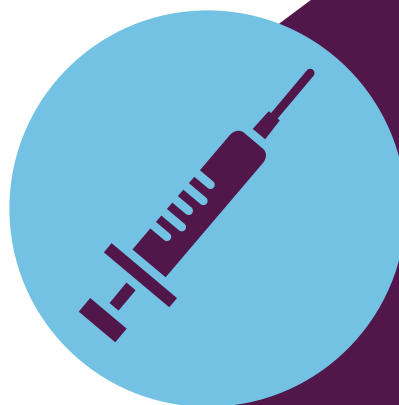
Но даже если после прививки или болезни у человека уже сформировался гибридный иммунитет, со временем «оборона» организма слабеет. Это одна из причин, по которой вакцинация рекомендуется для людей, не привитых от COVID-19 или перенесших коронавирусную инфекцию в течение последних шести месяцев.

**Можно ли одновременно  
прививаться от гриппа и от  
COVID-19?**

Да. Можно одновременно вакцинироваться от гриппа и от COVID-19. Вакцинироваться от коронавирусной инфекции можно также в любое время до или после прививок от других инфекций (например, против респираторно-синцитиального вируса, пневмококковой инфекции и опоясывающего лишая).

Проконсультироваться по поводу рекомендованных вам вакцин против других инфекций можно лечащим врачом.

Более подробная информация о рекомендуемых вакцинах для пожилых людей приводится на стр. 19.



## Вопросы, характерные для пожилых людей

**Я пожилой человек. Следует ли мне пройти вакцинацию против COVID-19?**

Установлено, что инфекции COVID-19 в значительной степени подвержены пожилые люди: на долю взрослых граждан в возрасте 60 лет и старше приходится 70 % всех случаев госпитализации из-за заболевания новой коронавирусной инфекцией, и 92 % случаев смертей от COVID-19 в Канаде.

Вакцины против COVID-19, одобренные в Канаде для вакцинации пожилых граждан, оказались чрезвычайно безопасными и эффективными.

Вакцинация от COVID-19 имеет множество преимуществ: она снижает риск заболевания при встрече с вирусом и предотвращает развитие тяжелых форм заболевания, госпитализацию и летальный исход. Более того, вакцинация от COVID-19 защищает окружающих вас людей, которые также могут подвергаться риску тяжелого заболевания. Агентство общественного здравоохранения Канады и Канадские ассоциации врачей и медсестер рекомендуют всем пожилым канадцам пройти вакцинацию при наличии возможности.

Вакцинация особенно важна и потому, что современные варианты SARS-CoV-2 способны

избегать антител, выработанных в ответ на более ранние варианты вируса и вакцины. Осенью 2023 года стали доступны новые версии вакцин против COVID-19, адаптированные к новым штаммам. Ожидается, что эти актуализированные вакцины обеспечат более эффективную защиту от новых вариантов коронавируса по сравнению с вакцинами предыдущего поколения.

**Насколько эффективны и безопасны для пожилых людей вакцины против COVID-19?**

Да, в испытаниях первых вакцин Pfizer-BioNTech, Moderna и Novavax участвовало множество пожилых людей, что позволило убедиться в безопасности и эффективности этих вакцин против COVID-19.

Хотя вакцины Pfizer-BioNTech, Moderna и Novavax демонстрируют разную общую эффективность с точки зрения профилактики лабораторно подтвержденного диагноза COVID-19, их эффективность с точки зрения предотвращения госпитализации и летального исхода оказалась наиболее высокой у лиц, полностью вакцинированных в ходе клинических испытаний.

Что касается бивалентных мРНК-вакцин, то, по данным исследований, их эффективность при использовании в качестве бустера аналогична эффективности оригинальных мРНК-вакцин или даже выше. Ожидается, что обновленные вакцины

против COVID-19 с защитой от варианта ХВВ.1.5, будут более эффективны против циркулирующих в настоящее время штаммов, чем вакцины против COVID-19 предыдущего поколения. Уже сейчас данные доклинических и клинических исследований показывают, что новые вакцины Pfizer-BioNTech и Moderna позволяют организму формировать надежный иммунный ответ против новых подвариантов штамма Омикрон вируса SARS-CoV-2 ХВВ\*.

Сравнивать разные показатели эффективности при испытании вакцин не рекомендуется, поскольку для каждого испытания устанавливаются свои конечные точки эффективности, и поэтому сравнение по одинаковым критериям будет некорректным. Кроме того, клинические испытания различных вакцин против COVID-19 проводились во время пандемии в разных странах и в разное время, и на результаты оценки эффективности могли повлиять такие факторы, как количество случаев заражения COVID-19, количество и типы вариантов вируса, циркулировавших во время этих испытаний. Важно помнить, что все имеющиеся в настоящее время вакцины крайне эффективны для предотвращения тяжелых заболеваний, госпитализаций и смертей от COVID-19.

Несмотря на вакцинацию, из-за сохраняющейся неопределенности, связанной с возможной эволюцией SARS-CoV-2, сроком действия защиты, обеспечиваемой рекомендуемыми вакцинами, а также уже перенесенной инфекцией, не следует прекращать другие важные санитарно-эпидемиологические правила для профилактики и предотвращения распространения COVID-19. Важными стратегиями остаются ношение масок в общественных местах, регулярное мытье рук, избегание физического контакта и мест большого скопления людей.

## Какими вакцинами от COVID-19 следует прививаться пожилым людям и с каким интервалом?

Начиная с осени 2023 года лицам, прошедшим как минимум первичную вакцинацию от COVID-19, рекомендуется получить бустерную дозу обновленных вакцин с защитой от ХВВ.1.5 - нового подварианта коронавируса COVID-19.

Ожидается, что такая вакцина обеспечит более сильный иммунный ответ против циркулирующих в настоящее время штаммов COVID-19 по сравнению с вакцинами предыдущего поколения, а также усилит защиту от инфицирования, симптоматического и тяжелого течения заболевания, которая могла снизиться с момента последней вакцинации или перенесенной инфекции. В настоящее время доступны одобренные вакцины Moderna и Pfizer-BioNTech COVID-19 с обновленным составом, обеспечивающим защиту от нового варианта ХВВ.1.5. В ближайшие месяцы ожидается, что для применения в Канаде будет также одобрена вакцина Novavax с защитой от варианта ХВВ.1. Предпочтительными вакцинами против COVID-19 остаются мРНК-вакцины (Pfizer-BioNTech и Moderna), а вакцина Novavax рекомендуется для тех, кто не хочет или не может прививаться мРНК-вакцинами.



**Для усиления защиты от инфицирования вирусом SARS-CoV-2 и от симптоматического и тяжелого течения заболевания, которая с большой степенью вероятности ослабла с момента последней вакцинации или перенесенной инфекции, рекомендуется дополнительная бустерная доза вакцины.**

Бустерную вакцинацию рекомендуется провести не ранее чем через шесть месяцев после последней вакцинации или перенесенной коронавирусной инфекции.

Хотя меньший интервал (например, от трех до шести месяцев) не представляет опасности для здоровья человека, больший интервал усиливает и продлевает вызываемый вакциной иммунный ответ.

В настоящее время обновленными вакцинами против COVID-19 с защитой от варианта ХВВ.1.5 можно прививать и тех лиц, которые не получили или не завершили первичную вакцинацию от коронавирусной инфекции.

### **Каковы побочные эффекты вакцин против COVID-19 у пожилых людей?**

Побочные эффекты при вакцинации — это нормальный признак того, что иммунная система выстраивает защиту и, столкнувшись с этим вирусом в будущем, уже будет готова его распознать и дать ему отпор.

**Побочные эффекты вакцин против COVID-19 обычно слабо выражены и проявляются у пожилых людей точно так же, как и у других категорий населения.**

Больше всего обнадеживает тот факт, что у сотен миллионов пожилых людей, получивших вакцину против COVID-19, до настоящего времени не наблюдалось каких-либо явно выраженных серьезных или неожиданных нежелательных явлений.

В случае бивалентных вакцин и вакцин с защитой от варианта ХВВ.1.5, самыми распространенными возможными побочными эффектами являются боль в месте введения инъекции, усталость, головная боль, мышечная боль, озноб и высокая температура. Большинство побочных эффектов проходят сами по себе в течение одного–двух дней, в редких случаях — в течение нескольких дней.

Побочные эффекты вакцин — это нормальный признак того, что ваша иммунная система выполняет свою прямую функцию: работает и обеспечивает защиту от тех инфекционных заболеваний, против которых сделаны прививки.

**На самом деле побочные эффекты у пожилых развиваются реже, так как пожилые люди обычно обладают более слабым иммунитетом, чем молодые. Но все равно при вакцинации достигается такой же уровень иммунитета или защиты, что и у молодых людей.**

Аллергическая реакция может возникнуть на любое лекарственное средство или на любой продукт питания. У некоторых людей может быть аллергия на какой-либо компонент вакцин против COVID-19. Однако следует помнить, что такие аллергические реакции встречаются относительно редко. Если у вас есть аллергические реакции, в том числе тяжелые, требующие применения шприцев-ручек EpiPen, перед вакцинацией рекомендуется проконсультироваться с лечащим врачом. Врач сможет оценить степень риска и посоветовать, как пройти вакцинацию безопасно.

**Я ухаживаю за пожилым человеком, который не хочет вакцинироваться. Как убедить ее/его в том, что это безопасно?**

Вы можете ознакомить пожилого человека с вопросами и ответами, связанными с COVID-19, например, с приведенными в настоящем информационном бюллетене или по ссылкам далее, и они смогут получить полезную информацию, касающуюся именно пожилых людей.

Беседуя с пожилыми родственниками и знакомыми, обратите особое внимание на то, что COVID-19 — это серьезное заболевание, и что 92 % смертей от коронавируса в Канаде приходится на людей в возрасте 60 лет и старше.

**Вполне понятно, что пожилые люди порой настороженно относятся к вакцинации от COVID-19. Но их может успокоить тот факт, что риск любых потенциальных побочных эффектов вакцин несоизмеримо меньше риска смерти от COVID-19 - тем более что сотни миллионов пожилых людей во всем мире уже благополучно провакцинировались от коронавируса.**

## Вопросы, характерные для отдельных групп населения

### Следует ли вакцинироваться от COVID-19 пожилым людям, имеющим проблемы со здоровьем?

Исследования показали, что у взрослых людей, имеющих проблемы со здоровьем, риск тяжелого течения и летального исхода COVID-19 выше, причем чем больше проблем, тем сильнее возрастает этот риск.

Поэтому вакцинация особенно показана при перечисленных далее заболеваниях. Если у вас есть хотя бы одно из этих заболеваний, проконсультируйтесь с вашим лечащим врачом, прежде чем пройти вакцинацию осенью 2023 года.

К таким заболеваниям относятся (по данным Агентства общественного здравоохранения Канады):

- рак;
- цереброваскулярные заболевания;
- хронические заболевания почек;
- некоторые хронические заболевания печени;
- некоторые хронические заболевания легких;
- муковисцидоз;
- сахарный диабет 1 и 2 типа;
- инвалидность;
- патологии сердечно-сосудистой системы;
- ВИЧ-инфекция;
- некоторые виды психических расстройств;
- ожирение;
- первичные иммунодефицитные состояния;
- курение в настоящее время или в прошлом;
- трансплантация солидных органов или стволовых клеток крови;
- туберкулез;
- применение кортикостероидов или других иммуносупрессивных препаратов.

### Безопасно ли вакцинироваться от COVID-19 пожилым людям, имеющим проблемы со здоровьем?

**В большинстве случаев вакцинация от COVID-19 безопасна для людей, имеющих проблемы со здоровьем.**

Однако отмечалось, что людям с нарушением свертываемости крови или людям, принимающим препараты для разжижения крови, следует предупредить об этом своего лечащего врача, чтобы исключить такие поствакцинальные осложнения, как кровотечение, образование синяков или гематом (скопление крови под кожей). Взрослым людям, имеющим какие-либо проблемы со здоровьем или принимающим лекарственные препараты, также рекомендуется сообщить об этом своему лечащему врачу, чтобы избежать побочных эффектов и обеспечить правильное применение вакцин.

### Должны ли люди, страдающие аллергией, вакцинироваться от COVID-19?

Людям, у которых возникают аллергические реакции (связанные или не связанные с вакциной против COVID-19) следует перед вакцинацией от COVID-19 проконсультироваться с лечащим врачом. Люди, которым рекомендовано вакцинироваться от COVID-19, должны после введения вакцины оставаться под наблюдением. Время наблюдения

зависит от типа аллергии (от 15 до 30 минут минимум).

Даже тем людям, у которых при предыдущем введении вакцины против COVID-19 наблюдалась легкая или умеренная аллергическая реакция, рекомендуется обсудить с лечащим врачом возможность получения еще одной дозы.

### **Безопасно ли вакцинироваться от COVID-19 пожилым людям с иммунодефицитными состояниями?**

**Как правило, иммунокомпromетированные пациенты или пациенты с ослабленной иммунной системой более подвержены риску заболеть и умереть от новой коронавирусной инфекции.**

К группе иммунокомпromетированных относятся пожилые люди, у которых диагностированы онкологические заболевания, ВИЧ, а также состоящие в листе ожидания на трансплантацию органов или после таковой, получающие стероидную или иммуносупрессивную терапию, при которой снижается способность организма бороться с некоторыми инфекциями.

Из-за повышенного риска тяжелого течения болезни и смерти от COVID-19, вакцинация иммунокомпromетированных людей допускается при отсутствии абсолютных противопоказаний. Поскольку ни одна из одобренных в настоящее время вакцин не содержит живого вируса, риск заражения после попадания в организм настоящего вируса из вакцины отсутствует.

Необходимость вакцинироваться от COVID-19 четко обозначена для взрослых людей с иммунодефицитными состояниями. Им рекомендуется получать три дозы с интервалом в четыре–восемь недель в рамках первичной серии вакцинации. Остальным категориям взрослых людей рекомендуется получать только две дозы с интервалом восемь недель в рамках первичной серии вакцинации.

В целом, медицинские эксперты подчеркивают, что в случае пожилых канадцев с хорошо контролируемые иммунологическими нарушениями положительный эффект от применения вакцин против COVID-19 практически всегда перевешивает любые риски, и вакцинация для этой категории населения рекомендуется.

Кроме того, никогда не помешает уточнить актуальные сведения и рекомендации касательно безопасности и эффективности этих вакцин у своего лечащего врача, хорошо владеющего информацией о состоянии вашего здоровья.

### **Рекомендуется ли вакцинироваться от COVID-19 пожилым людям, страдающим деменцией, и безопасно ли это?**

Наиболее значимым из установленных факторов риска деменции является возраст. Люди, которым поставлен диагноз «деменция», часто страдают как минимум еще одним хроническим заболеванием. Доказано, что сравнению с людьми, не страдающими деменцией, эта категория граждан подвержена гораздо большему риску заражения, тяжелого течения болезни и смерти от COVID-19.

У страдающих деменцией людей чаще возникают проблемы с запоминанием и пониманием рекомендуемых санитарно-эпидемиологических правил, таких как ношение масок в общественных местах и избегание физического контакта, что существенно повышает риск заражения COVID-19. Именно поэтому Агентство общественного здравоохранения Канады, канадские ассоциации врачей и медсестер, а также Канадское общество по борьбе с болезнью Альцгеймера рекомендуют всем пожилым канадцам, включая страдающих деменцией, вакцинироваться при наличии возможности.

Существует опасение, что некоторые ограниченные побочные эффекты, связанные с вакцинами против COVID-19 (боль в руке, головная боль, мышечная боль, усталость, высокая температура или диарея), которые могут сохраняться в течение нескольких дней, способны провоцировать состояние спутанности сознания у людей, страдающих деменцией. Но эти побочные поствакцинальные эффекты обычно хорошо поддаются терапии ацетаминофеном или другими препаратами.

**Миллионы страдающих деменцией пожилых людей во всем мире уже благополучно прошли вакцинацию от COVID-19, и медицинские эксперты неизменно подчеркивают, что положительные эффекты вакцинации от коронавируса практически всегда перевешивают любые риски. Поэтому вакцинация особенно рекомендуется людям, страдающим деменцией.**

**Я принадлежу к расовому меньшинству и не решаюсь сделать прививку COVID-19. Как я могу убедиться, что это безопасно для меня?**

Вполне понятно, что представители расовых меньшинств, особенно чернокожие и коренные канадцы, не решаются пройти вакцинацию из-за системного расизма и исторически сложившегося недоверия к канадской системе здравоохранения. При этом именно цветное население Канады больше всего страдает от COVID-19 из-за социального, экономического и медицинского неравенства, и вакцинация может обеспечить этой категории граждан максимальный уровень защиты от этого вируса.

Кроме того, компании Pfizer-BioNTech и Moderna заявили, что разработанные ими вакцины демонстрируют одинаковую для всех возрастных, расовых, этнических и гендерных групп эффективность.

## Развенчание мифов о вакцинах против COVID-19

**Могу ли я заразиться COVID-19 в результате введения вакцины?**

Вакцины против COVID-19, которые в настоящее время доступны для канадцев, не могут привести и не приведут к инфицированию коронавирусом. По сути, все вакцины работают, обучая наши клетки вырабатывать крошечный фрагмент безвредного спайкового (S) белка, аналогичного S-белку, который находится на поверхности вызывающего COVID-19 вируса. Это помогает иммунной системе распознавать вирус и бороться с ним.

**Вакцина не содержит коронавируса, вызывающий COVID-19, поэтому заболеть после прививки невозможно. Синтетические ДНК и мРНК, на основе которых созданы вакцины против COVID-19, также быстро разрушаются после попадания в организм.**

Вакцина против COVID-19 не дает положительный результат при назофарингеальном (назальном) ПЦР-тесте или экспресс-тесте на антиген (RAT). Если в результате экспресс- или ПЦР-теста получен положительный результат на COVID-19, это означает наличие инфекции COVID-19, не связанной с вакциной.

**Я слышал(а), что в состав вакцины входят вредные вещества. Правда ли это?**

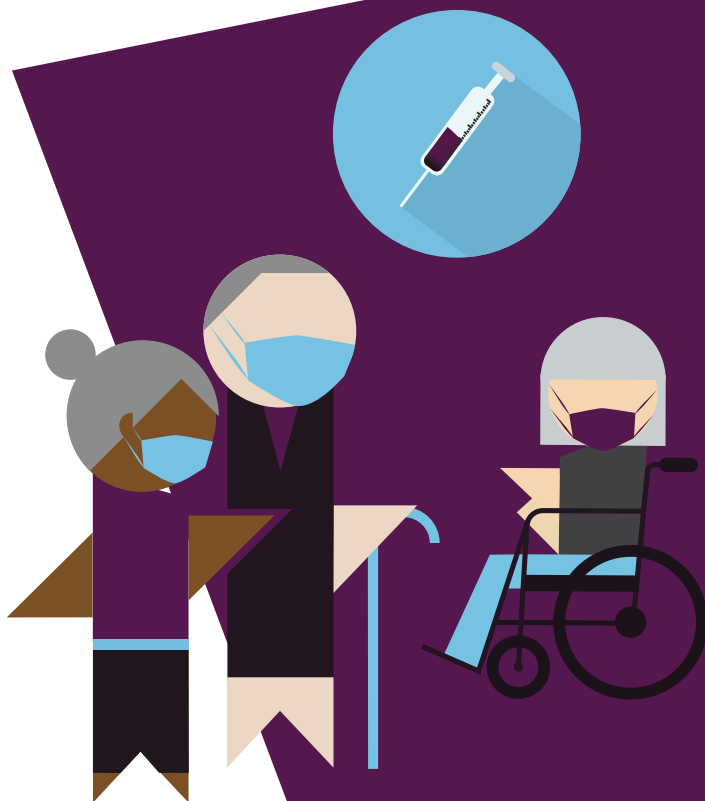
Как отмечалось ранее в данном информационном бюллетене, вакцины Pfizer-BioNTech и Moderna содержат мРНК, а вакцина Novavax содержит рекомбинантный спайковый белок вируса SARS-CoV-2 и адъювант Matrix-M. Остальные компоненты одобренных вакцин против COVID-19 — это обычные вакцинные ингредиенты, такие как масла, соли и небольшое количество сахара. Ни одна из вакцин не содержит живой вирус, не влияет на ДНК человека и не взаимодействует с ней.

Все одобренные вакцины от COVID-19 не содержат желатин и материалы животного происхождения. При создании вакцин Pfizer-BioNTech, Moderna и Novavax эмбриональные клеточные линии не использовались. Следует также отметить, что ни одна из вакцин не содержит эмбриональных тканей или клеток. Одобренные в настоящее время вакцины не содержат такие распространенные аллергены, как латекс и пищевые белки (например, яйца, глютен, продукты переработки орехов или побочные продукты). Вакцины не содержат металлы, имплантаты, микрочипы или устройства слежения.

**Я слышал(а), что после введения вакцины против COVID-19 у людей может возникнуть миокардит/перикардит. Правда ли это?**

В крайне редких случаях существует риск возникновения миокардита (воспаления или отека/покраснения сердечной мышцы) и (или) перикардита (воспаления или отека/покраснения наружной оболочки сердечной мышцы) в результате введения вакцины против COVID-19. У большинства людей симптомы быстро проходят при соблюдении постельного режима или успешно поддаются несложному лечению. Кроме того, в отношении вакцин Pfizer-BioNTech и Moderna было установлено, что такие случаи происходили в основном среди лиц юношеского возраста.

Люди, перенесшие миокардит или перикардит в результате предыдущей вакцинации от COVID-19, могут получить еще одну дозу вакцины, предварительно обсудив этот вопрос со своим лечащим врачом.



## Другие вопросы

### Сколько пожилых людей было вакцинировано в Канаде?

По состоянию на лето 2023 года, 97 % канадцев в возрасте 60 лет и старше получили по крайней мере одну дозу вакцины против COVID-19, причем 96 % из них завершили первичную серию вакцинации. Однако только 15 % пожилых людей в Канаде (исключая Квебек) получили дозу вакцины за последние шесть месяцев. Это свидетельствует о том, что большинство пожилых канадцев потенциально могут вакцинироваться обновленной вакциной, содержащей защиту от варианта ХВВ.1.5. Ожидается, что такая вакцина обеспечит более сильный иммунный ответ против циркулирующих в настоящее время штаммов COVID-19, а также усилит уровень защиты от инфицирования, симптоматического и тяжелого течения заболевания, который мог снизиться с момента последней вакцинации или перенесенной инфекции.

### Как я могу получить запись о проведенной вакцинации от COVID-19?

Получить запись о прохождении вакцинации от COVID-19 можно различными способами. Во-первых, это можно сделать онлайн следующим образом:

1. Перейдите по следующей ссылке: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>.
2. Щелкните на поле «Ваша провинция/территория».
3. Щелкните на зеленом поле, чтобы перейти на сайт нужной юрисдикции.
4. Укажите необходимую информацию для получения подтверждения вакцинации от COVID-19.

Во-вторых, это можно сделать по телефону следующим образом:

1. Обратитесь к своему лечащему врачу — у него должна быть запись о проведении вакцинации от COVID-19.
2. Если вы не можете подтвердить свою историю вакцинации, проконсультируйтесь со своим врачом, как это можно сделать иным способом.



## Придется ли нам ревакцинироваться каждые три–шесть месяцев?

В настоящее время существует неопределенность в отношении ежегодной динамики инфекции COVID-19, продолжительности иммунной защиты, формирующейся после вакцинации и (или) инфицирования, а также эффективности будущих вакцин. По мере появления новых результатов исследований и данных по этим вопросам NACI будет предоставлять канадцам дальнейшие рекомендации по интервалу между дозами вакцин.

Тем не менее, не стоит медлить с принятием решений, а начать вакцинироваться уже сейчас, тем более что в осеннее время традиционно повышается вероятность заражения респираторными вирусными инфекциями.

## Есть ли другие вакцины, которыми следует вакцинироваться?

В Канаде существует еще пять вакцин, одобренных и (или) рекомендованных для пожилых людей, в том числе:

Болезни, предотвращаемые вакцинацией	Продолжительность действия дозы (доз) вакцины
Грипп (гриппозная инфекция)	Одна доза ежегодно
Респираторный синцитиальный вирус человека (РСВ)	Одна доза
Пневмококковая инфекция (пневмония)	Одна доза
Опоясывающий лишай	Одна / две дозы
Столбняк и дифтерия	Одна доза каждые 10 лет

**Большинство рекомендованных вакцин можно вводить одновременно. Обсудите со своим лечащим врачом актуальную информацию, касающуюся рекомендованных для вас вакцин.**

Более подробную информацию об этих болезнях, предотвращаемых вакцинацией, национальных рекомендациях по вакцинации, стоимости и доступности вакцин можно получить, перейдя по следующей ссылке:

- Информационный бюллетень «Руководство по вакцинам для пожилых канадцев»

## Дополнительные полезные ресурсы

- [Всемирная организация здравоохранения — Вакцины против COVID-19 и безопасность вакцин](#)
- [Агентство общественного здравоохранения Канады — COVID-19: Ресурсы для пожилых людей и лиц, осуществляющих уход за ними](#)
- [Unambiguous Science](#)
- [Johns Hopkins Medicine — вакцины против COVID-19: Факты против мифов](#)

Чтобы узнать больше о NIA, посетите наш сайт [www.NIAgeing.ca](http://www.NIAgeing.ca) следите за нами в [Twitter @NIAgeing](https://twitter.com/NIAgeing)