

# Вакцинация для взрослых



## Бюллетень «Здоровье»

Посетите сайт [nyc.gov/health](https://nyc.gov/health), чтобы просмотреть все бюллетени «Здоровье». Позвоните по номеру **311**, чтобы заказать бесплатные копии.



## Взрослые также нуждаются в вакцинации

- Каждый год тысячи взрослых жителей Нью-Йорка страдают (а некоторые даже умирают) от заболеваний, которые можно предотвратить с помощью вакцин.



Грипп и пневмония по-прежнему остаются **третьей ведущей причиной смерти** в г. Нью-Йорке.\*

- Вакцины — один из самых безопасных и эффективных способов защиты вашего здоровья. Они снижают вероятность возникновения определенных заболеваний и распространения их на ваших близких и могут помочь вам сохранить здоровье.

\* Сводные данные демографической статистики города Нью-Йорка за 2005–2014 гг.

## Рекомендованные вакцины

Центры по контролю и профилактике заболеваний (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) рекомендуют взрослым более 10 вакцин в зависимости от возраста и факторов риска. Среди этих вакцин особо важным является следующее:



**Каждый год делать прививку против гриппа.** Вакцина обновляется каждый год, чтобы защитить вас от текущих вирусов гриппа.



**Сделать прививку против пневмококковой инфекции,** если вам 65 лет или больше или если вы страдаете определенными медицинскими заболеваниями. Эти вакцины защищают от пневмонии и других серьезных заболеваний.



**Сделать прививку против вируса ветряной оспы** для защиты от опоясывающего лишая, если вам 60 лет или больше.



**Сделать прививку от дифтерии, столбняка и коклюша (судорожного кашля),** если вам ее не делали в детском возрасте, чтобы защититься от этих заболеваний. Беременным женщинам необходимо делать прививку от дифтерии, столбняка и коклюша во время каждой беременности. Для защиты от столбняка проходите ревакцинацию каждые 10 лет.

# Центры вакцинации

Поговорите со своим поставщиком медицинских услуг о том, какие вакцины вам подходят. Вы можете пройти вакцинацию в кабинете вашего врача и во многих других местах:



Посетите ближайшую аптеку — многие аптеки предлагают вакцины для взрослых.



Проверьте, предлагают ли вакцинацию на вашем месте работы.



Посетите клинику иммунизации Департамента здравоохранения, городскую клинику или больницу.



Найдите центр вакцинации в своем районе: посетите сайт **[nyc.gov/health/map](https://nyc.gov/health/map)** или **[nyc.gov/health/clinics](https://nyc.gov/health/clinics)**.

## Ведите учет пройденной вакцинации

**Данные о пройденных прививках могут понадобиться вам в учебном заведении или на работе. Мы предлагаем несколько советов о том, как вести учет прививок:**

- Попросите своего поставщика услуг направить информацию о вашей вакцинации в Общегородской реестр учета профилактических прививок (Citywide Immunization Registry, CIR) Департамента здравоохранения. CIR — безопасный способ, с помощью которого поставщики услуг могут получить доступ к вашей истории иммунизации и поделиться этой информацией с вами.
- Попросите у своего поставщика медицинских услуг подписанную карту профилактических прививок. Попросите своего поставщика обновлять эту карту каждый раз, когда вы проходите вакцинацию.
- Соберите информацию о своей вакцинации у родителей, в школе, где вы учились, и у ваших прежних работодателей. Затем вместе со своим поставщиком услуг обновите вашу карту прививок.

# Источники

## Следите за новостями



@nychealthy



nychealth



@nychealthy

## Более подробная информация

Посетите сайт [cdc.gov/vaccines/adults](https://www.cdc.gov/vaccines/adults)

## Найдите недорогую или бесплатную клинику

Посетите сайт [nyc.gov/health/map](https://www.nyc.gov/health/map) или [nyc.gov/health/clinics](https://www.nyc.gov/health/clinics)

## Получайте свежие выпуски бюллетеня «Здоровье»

Посетите сайт [nyc.gov/health/pubs](https://www.nyc.gov/health/pubs)



На сайте [nyc.gov/health](https://www.nyc.gov/health) данный бюллетень «Здоровье» и прочие материалы по вопросам здравоохранения доступны на других языках. Вы имеете право на получение услуг на своем языке. Эти услуги оказываются бесплатно во всех учреждениях и клиниках Департамента здравоохранения г. Нью-Йорка.