

Поширені міфи про вакцинацію

1. Міф: Вакцини викликають аутизм.

Цей міф з'явився після дослідження 1998 року, яке згодом визнали науково неспроможним і відкликали. Сучасні дослідження не виявили жодного зв'язку між вакцинами та аутизмом.

2. Міф: Вакцинація перевантажує імунну систему дитини.

Імунна система дитини може справлятися з тисячами мікробів щодня. Сучасні вакцини містять лише невелику кількість антигенів, і вони не перевантажують імунітет.

3. Міф: Натуральний імунітет кращий за імунітет від вакцини.

Так, природне зараження іноді формує тривалий імунітет, але це може супроводжуватись серйозними ускладненнями, такими як пневмонія, енцефаліт або навіть смерть. Вакцини забезпечують безпечний спосіб формування імунітету.

4. Міф: Вакцини містять небезпечні токсини (ртуть, алюміній, формальдегід).

Кількість цих речовин у вакцинах дуже мала і не є небезпечною. Наприклад, тіомерсал (з'єднання ртуті) використовується як консервант у деяких вакцинах, але в таких дозах він не шкодить здоров'ю.

5. Міф: Вакцини не потрібні, бо багато хвороб уже зникли.

Ці хвороби зникли завдяки вакцинації. Відмова від вакцинації може призвести до їх повернення, як це сталося з кором у багатьох країнах через зниження охоплення щепленнями.

6. Міф: Вакцинація викликає серйозні побічні ефекти.

Побічні ефекти від вакцин зазвичай легкі (почервоніння, біль у місці уколу). Серйозні ускладнення, такі як алергічна реакція, трапляються дуже рідко і ризики від хвороби набагато перевищують ризики від вакцинації.

7. Міф: Вакцини неефективні, бо все одно можна захворіти.

Жодна вакцина не дає 100% захисту, але вони значно знижують ризик тяжкого перебігу захворювання, госпіталізації та смерті.

8. Міф: Вакцини роблять із неякісних або шкідливих компонентів.

Виробництво вакцин суворо контролюється міжнародними організаціями (ВООЗ, FDA). Кожна вакцина проходить багаторівневі клінічні випробування перед затвердженням.

Національний портал з імунізації звернувся до сімейної лікарки, тренерки UNICEF з вакцинації, **Зої Чорної**, аби розвінчати найпоширеніші міфи щодо протипоказань до проведення профілактичних щеплень.

Протипоказання до вакцинації – це стан, за якого існує чітко визначена ймовірність виникнення серйозної побічної реакції на введену вакцину, а ризики від проведення вакцинації значно перевищують переваги від проведення щеплення. На жаль, пересічні громадяни (а подекуди й медичні працівники) через необізнаність часто відносять до протипоказань до вакцинації стани, які насправді ними не є. Через такі хибні “протипоказання” до вакцинації пацієнти приймають необґрунтовані рішення або відкласти вакцинацію, або ж відмовитися від неї зовсім. Це, в свою чергу, залишає дітей та дорослих беззахисними проти смертельно небезпечних захворювань та підвищує ризик спалахів цих хвороб. Тож розвінчання таких шкідливих “міфів” про протипоказання до вакцинації є надзвичайно важливим.

9. Міф: Коли дитина має простуду, її не можна вакцинувати.

Мабуть, це найпоширеніший хибний протипоказ. Розвінчуючи його, пояснюємо: якщо ваша дитина має нежить, кашель або навіть підвищення температури (до 38°C), все це не є протипоказанням до вакцинації, бо імунна система в такому стані здатна сформувати необхідну імунну відповідь на вакцину та виробити антитіла до інфекції. Разом з тим, перебіг інфекції, з якою стикнулася дитина, це не ускладнить: одужання від ГРВІ та формування імунної відповіді на вакцину є паралельними процесами. Тимчасовим протипоказанням до проведення щеплення є гострі інфекційні хвороби з високою температурою (від 38°C) або тяжкими симптомами (простіше кажучи, коли дитині погано). Тому легкі ГРВІ не є протипоказанням до вакцинації. Якщо ваша дитина має симптоми застуди і ви маєте хвилювання щодо проведення їй вакцинації, то для власного спокою проконсультуйтеся зі своїм педіатром чи сімейним лікарем. Але не варто відкладати вакцинацію без вагомих причин, адже відповідно до Календаря ми щеплюємо дітей проти смертельно небезпечних інфекцій. Тож не варто залишати дитину без захисту через власні хвилювання.

10. Міф: алергія – не можна вакцинуватись.

Алергія є поширеним явищем, і багато батьків побоюються, що вона є перешкодою для вакцинації їхніх дітей. Проте важливо розуміти, що частіше за все наявність алергії НЕ є протипоказанням до проведення щеплення. Які стани є протипоказанням до щеплення, а які – ні.

- **Харчові алергії.** Алергія на продукти харчування, такі як молоко, яйця чи арахіс, не є протипоказанням до вакцинації. Раніше існувала думка, що алергія на білок яйця може бути протипоказанням для введення деяких вакцин – а саме проти грипу, а також кору, паротиту та краснухи. Однак численні дослідження довели, що ці вакцини є безпечними для осіб з

алергією на яйця. (Єдиним винятком з цього правила є вакцина проти жовтої лихоманки: рутинно вона не має вводитись особам з алергією на яєчний білок, а у випадку, коли ризик інфікування жовтою лихоманкою високий, вакцина може бути введена малими дозами під наглядом у випадку позитивного результату шкірної проби). Більшість інших харчових алергій також не впливають на здатність організму реагувати на вакцину чи на її безпеку. Винятком з цього правила є підтверджена алергія на желатин (у цьому випадку вакцини, що містять його у своєму складі, можуть бути введені пацієнтові малими дозами під наглядом, якщо результат шкірної проби позитивний) та на дріжджі (у цьому випадку вакцина проти гепатиту В може бути введена пацієнтові малими дозами під наглядом, якщо результат шкірної проби позитивний).

- **Алергія на побутові алергени.** Реакції на побутові алергени, такі як пилок, шерсть тварин або пил, не є протипоказаннями до щеплення. Вакцини не містять цих алергенів, і контакт із ними не впливає на процес вакцинації чи реакцію організму на неї.
- **Тяжкі алергічні реакції в анамнезі.** Історія тяжких алергічних реакцій, наприклад, на укуси комах чи медикаменти, зазвичай не пов'язана з вакцинами і не є причиною для їх уникнення. У таких випадках необхідно проконсультуватися з лікарем для оцінки індивідуальних ризиків.
- Важливо підкреслити, що навіть за наявності алергії на різні речовини вакцинація може проводитися безпечно, якщо алергічна реакція не була викликана компонентами вакцини.
- **Основним протипоказанням до вакцинації, що пов'язаний з алергією, є підтверджена тяжка (!) алергічна реакція на попередню дозу цієї (!) вакцини або один з її компонентів. У таких випадках вакцинація цією конкретною вакциною пацієнту більше не проводиться (проте це не означає, що йому не можуть проводитись інші щеплення).**

11. Міф: хронічні захворювання вважають протипоказанням до вакцинації.

Саме ці пацієнти часто мають підвищений ризик ускладнень інфекційних хвороб, що робить вакцинацію для них особливо важливою. Вакцинація допомагає не лише захистити таких пацієнтів від захворювання, але й знижує ймовірність ускладнень, госпіталізації та смерті.

Страх загострення хвороби. Деякі люди побоюються, що вакцинація може викликати загострення хронічного стану. Наукові дослідження доводять, що вакцинація не збільшує ризик загострення.

Недостатня обізнаність. Багато пацієнтів не отримують належної інформації про безпеку вакцин у контексті хронічних хвороб.

Хвилювання через можливі побічні реакції. Нормальні побічні реакції, такі як біль у місці ін'єкції чи легке підвищення температури, іноді помилково вважають шкідливими для пацієнтів із хронічними захворюваннями.

Вакцинацію відкладають лише за наявності **тимчасових протипоказань**, наприклад:

- гостре захворювання з лихоманкою вище 38С°;
- неконтрольоване загострення хронічного захворювання.

Після стабілізації стану пацієнта вакцинація може бути проведена.

Рекомендації для пацієнтів із хронічними захворюваннями:

Проконсультуйтеся з лікарем, що орієнтується в питаннях вакцинації. Лікар розвіє Ваші сумніви стосовно доцільності вакцинації та за потреби порадить додаткові вакцини, які рекомендовано отримати у випадку Вашого захворювання.

Дотримуйтеся Календаря щеплень. Наявність хронічних хвороб потребує вакцинації згідно з Календарем для зменшення ризику ускладнень, а також, частіше за все, введення додаткових щеплень

Слідкуйте за станом. Якщо ви відчуваєте погіршення стану перед запланованим щепленням, обов'язково повідомите лікаря.

11. Міф: Вакцинація несумісна з лактацією.

Цей міф є абсолютно безпідставним. Вакцини не впливають на склад молока чи його якість. Ба більше, сучасні дослідження свідчать про те, що вакцинована матір може навіть передати дитині захисні антитіла через грудне молоко, посиливши тим самим її захист.

Переважна більшість вакцин абсолютно сумісна з грудним вигодовуванням (ГВ). Це стосується як інактивованих вакцин (наприклад, від грипу, правця, дифтерії, гепатиту В), так і деяких живих вакцин (наприклад, проти кору, паротиту та краснухи). **Винятком є вакцина проти вірусу жовтої гарячки:** ця вакцина рутинно не вводиться при ГВ (проте якщо жінка, що вигодовує дитину грудьми та не може уникнути подорожі до районів, що є ендемічними для жовтої лихоманки, вона має бути вакцинована).

12. Міф: Вакцини можуть “отруїти” грудне молоко.

Це абсолютно хибне твердження. Компоненти вакцини або зовсім не потрапляють у грудне молоко, або потрапляють у мізерно малих кількостях, які не становлять загрози для дитини.

6. Міф: Вакцинація зменшує кількість грудного молока.

Жодне дослідження не підтвердило негативного впливу вакцинації на лактацію. **Навпаки, спокій матері щодо власного здоров'я сприяє успішному ГВ.**

7. Міф: Дитина може заразитися від вакцинованої матері.

Це можливо лише у виняткових випадках, наприклад, при застосуванні живих вакцин проти жовтої гарячки (вакцина майже не використовується в Україні).

Грудне вигодовування (ГВ) та вакцинація матері – це поєднання, яке лише посилює здоров'я як жінки, так і дитини. Відмова від щеплень через необґрунтовані побоювання може значно підвищити ризик захворювання як для матері, так і для немовляти.

Як вакцинація матері впливає на дитину?

Передача антитіл: грудне молоко багате на імуноглобуліни, зокрема IgA, які допомагають дитині боротися з патогенами. На сьогодні існують [дані](#) про те, що після вакцинації деякими вакцинами під час ГВ (зокрема, проти кашлюку, коронавірусу, грипу) захисні антитіла проти цих інфекцій можуть передаватися дитині через грудне молоко.

Захист під час пандемій: у випадку спалаху інфекційної хвороби (наприклад, COVID-19) вакцинація матері може знизити ризик передачі інфекції дитині, оскільки імунітет матері захищає і її, і малюка. Результати досліджень свідчать про те, що антитіла до SARS-CoV-2 після вакцинації передаються через грудне молоко, що надає дитині додатковий захист проти цієї інфекції.

Неможливість передати інфекцію дитині: вакцинація матері, яка цілодобово контактує з дитиною, захищає її саму і, відповідно, немовля.

Сучасна медицина однозначно стверджує, вакцинація під час ГВ – це безпечно, ефективно та необхідно для захисту вашої родини. Приймаючи рішення про вакцинацію, не варто керуватися міфами чи порадами друзів. Завжди звертайтеся до науково обґрунтованих джерел, як-от Національний портал з імунізації.



Як боротися з міфами?

- ❖ Розмовляти з людьми, пояснюючи наукові факти.
- ❖ Рекомендувати звертатися до перевірених джерел, таких як ВООЗ чи МОЗ.
- ❖ Розвіювати страхи, надаючи інформацію про переваги вакцинації.

Національний портал з імунізації - vaccine.org.ua