Das Gesundheitsprojekt
Mit Migranten für Migranten
in Bayern

russisch

Информационный материал о коронавирусе в Баварии

Многоязычная информация

Multilingual information

Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Спонсорская поддержка:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege

Gesund. Leben. Bayern.

При поддержке:

MSD INVENTING FOR LIFE

Содержание

Роль достоверной информации во времена коронавируса 2
Штамм коронавируса SARS-CoV-2 3
Механизм распространения вируса. Защитные меры 4
Маски и их применение 5
Признаки инфекции, вызванной коронавирусом SARS-CoV-2 5
Как следует себя вести в случае заражения 6
Тестирование на коронавирусную инфекцию COVID-19 7
Возможности прохождения/проведения тестирования 8
Методы лечения 9
Вакцинация против ковид-19 9
Вакцинация против ковид-19 (повторная вакцинация) 12
Рекомендации для различных возрастных групп 13
Рекомендации и предписания для въезжающих на территорию Германии 14
Дополнительные информационные источники 15
Impressum (Выходные данные) 16

Роль достоверной информации во времена коронавируса

Пандемия коронавируса надолго и всерьез изменила нашу повседневную жизнь, по-прежнему оказывая влияние на ее привычное течение. Даже с учетом того факта, что на сегодняшний момент количество драматических ноток во взляде на течение инфекции все-таки снизилось, мы по-прежнему нуждаемся в правдивой и понятной для нас информации по вопросам здоровья. Она необходима, чтобы суметь защитить себя – каждого из нас в отдельности, наши семьи, всех наших сограждан.

Ситуация, сложившаяся вокруг пандемии, изменилась. Представители органов власти, научных организаций, здравоохранения, СМИ и политических кругов стараются держать нас в курсе событий, предоставляя надежные и заслуживающие доверия сведения. И все же бывает нелегко найти как раз ту информацию, которая нужна именно сейчас. К сожалению, часто мы наталкиваемся и на ложную информацию, например, в социальных сетях, которая без всякой необходимости вселяет еще большую тревогу.

Кроме того, не вся информация доступна на понятном человеку языке. Поэтому мы на страницах нашей инфоброшюры предоставляем проживающим в Баварии лицам с миграционным прошлым возможность ознакомиться с наиболее важными, изложенными в краткой форме основными сведениями на данную тему. За последней оперативной и более детальной информацией вам следует обращаться на сайты, которые публикуют проверенные и достоверные данные. Воспользуйтесь для этого ссылками, указанными на последующих страницах.

Штамм коронавируса SARS-CoV-2

SARS-CoV-2 – это коронавирус нового типа, который вызывает заболевание ковид-19. Вирус был идентифицирован в начале 2020 года и с тех пор распространился по всему земному шару. Ученым сходные коронавирусы были известны и раньше – они приводили у человека к возникновению тяжело протекающих болезней дыхательных путей (SARS, или тяжелый острый респираторный синдром, Schweres Akutes Respiratorisches Syndrom, а также MERS, или ближневосточный респираторный синдром, Middle East Respiratory Syndrome). Для этих заболеваний типична высокая скорость распространения. Научными исследованиями было установлено, что человеку эти вирусы когда-то передались от предыдущих «хозяев» – диких животных.

Чем выше инфекционная активность, и, соответственно, масштабы распространения вируса, тем чаще происходят изменения в его геноме в процессе репликации. Это приводит к возникновению новых вариантов. Для их обозначения в случае с вирусом SARS-CoV-2 используют буквы греческого алфавита.

Намного возрос по сравнению с начальной фазой пандемии коллективный (популяционный) иммунитет, сформировавшийся в результате проведенной вакцинации и перенесенных случаев инфекции. Одновременно можно отметить, что у большинства людей хоть и присутствуют симптомы заболевания, вызванные доминирующими в настоящий момент штаммами вируса, однако отсутствуют тяжелые формы протекания инфекции.

И все-таки, повышенному риску протекания COVID-19 в тяжелой форме подвержены, как и прежде, пожилые люди, а также лица с уже имеющейся патологией/хроническими заболеваниями. Мы говорим об уменьшении количества смертельных исходов ковида, хотя нужно признать, что они по-прежнему встречаются, даже несмотря на проведение мер интенсивной терапии в отделении неотложной помощи. Болезнь заканчивается для пациента трагически. И не только для него самого – его смерть становится трагедией и для его родных, и – на уровне системы оказания медицинской помощи – для многих других пациентов, которым вследствие чрезмерной нагрузки (и в самом неблагоприятном случае перегрузки) на систему здравоохранения в результате повсеместного распространения вируса не оказывается должная помощь. Чтобы избежать подобной перегрузки, предусмотрены различные меры для защиты от инфекции.

Ковид может привести – независимо от степени тяжести протекания болезни – к формированию поздних (отсроченных) и устойчивых последствий, которые обозначают выражением «постковидный синдром», также говорят «лонг-ковид». Известны, к примеру, следующие: нарушения работы внутренних органов, общее болезненное состояние, вялость/изможденность, нарушения памяти, постоянная усталость. Некоторые из пациентов с постковидным синдромом с трудом справляются или же вообще больше не состоянии справиться со своими повседневными делами и обязанностями.

Если перенесенная инфекция вызвала нарушения в работе организма, от которых вы страдаете в течение продолжительного времени, то следует обратиться к семейному врачу. Перечень услуг и видов лечения для больных с постковидным синдромом неуклонно расширяется; дополнительная информация на эту тему размещена, к примеру, на следующих сайтах:

https://www.infektionsschutz.de/coronavirus/basisinformationen/long-covid-langzeitfolgen-von-covid-19/#c16099

https://www.stmgp.bayern.de/coronavirus/post-covid/

Дополнительную/оперативную информацию на различных языках можно получить на следующих сайтах:

integrationsbeauftragte.bayern.de/downloads/

mimi.bayern/index.php/muenchen-corona-alltag

integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona

zusammengegencorona.de

Механизм распространения вируса. Защитные меры

Передача коронавируса SARS-CoV-2 происходит с выдыхаемым воздухом (особенно при разговоре и пении), который содержит образовавшиеся (как, например, при кашле и чихании) капельки жидкости и аэрозоли. Аэрозольное облако еще в течение нескольких часов может служить источником заражения для других людей. Также возможно занесение вируса на слизистые носа, рта и глаз – в том случае, когда человек прикасается сначала к различным поверхностях, а затем руками касается своего лица.

Соблюдение общих правил гигиены (или, как их еще называют по-немецки, правила **AHA+L+A**) призвано остановить распространение и передачу вируса:

Социальное дистанцирование (**A**bstand): возможность передачи вируса от одного человека окружающим его людям значительно снижается, если расстояние между ними составляет не менее 1,5 метров.

Гигиена (**H**ygiene): регулярное, основательное мытье рук с мылом снижает количество возбудителей заболевания, находящихся на поверхности рук.

Использование маски в повседневных условиях (Maske im **A**lltag): правильное ношение медицинской маски, закрывающей рот и нос, а также полумаски фильтрующей (без клапана) предотвращает вдыхание и выдыхание инфицированных частиц аэрозольного облака – смотри раздел *«Маски и их применение»*.

Проветривание (**L**üften): регулярное проветривание закрытых помещений снижает концентрацию содержащихся в аэрозольном облаке патогенных частиц.

Мобильное приложение (**A**pp): использование разработанного для смартфонов приложения против коронавируса поможет прервать цепочку заражения – для этого система предупреждает пользователя, если он в какой-то момент был подвержен повышенному риску заражения. Приложение можно бесплатно получить в магазинах/на сайтах App Store и Google Play.

Помимо этих основных правил, в федеральных землях действуют дополнительные положения.

Последние положения действующего в Баварии «Распоряжения о противоинфекционных защитных мероприятиях» доступны на различных языках на сайте:
stmgp.bayern.de/coronavirus/rechtsgrundlagen

Маски и их применение

Соблюдение правил использования медицинских масок, а также фильтрующих полумасок без клапана (должны плотно прилегать, закрывая нос и рот), препятствует переносу возбудителя, содержащегося в аэрозольном облаке и капельках жидкости. В настоящее время ношение масок – в зависимости от действующих на данный момент правил – является обязательным в определенных местах, например, в учреждениях по уходу. Бытовыми (не медицинскими) масками из ткани больше вообще не рекомендуют пользоваться. В настоящий момент рекомендованы к применению только медицинские маски и антивирусные маски-респираторы с фильтрацией частиц:

Медицинские маски (медицинские хирургические маски): с помощью такой маски ее носителю удастся защитить в первую очередь посторонних лиц от выдыхаемых им инфицированных частиц. Если она оптимально зафиксирована на лице и обеспечено ее плотное прилегание, то она в определенной степени может гарантировать безопасность для ее носителя. Данные медицинские маски являются изделиями одноразового пользования и, при наличии маркировки «CE», соответствуют требованиям со стороны законодательства. Как только такая маска напитала влагу, она теряет свои защитные свойства – ее нужно заменить на новую.

Респиратор с фильтрацией частиц (респираторы класса защиты FFP2, FFP3 и антивирусные маски-респираторы типа KN95/N95): эти маски способны фильтрировать частицы, капельки жидкости, вирусы. Они предлагаются с клапаном и без. Маски без клапана – при условии правильного ношения, то есть плотного прилегания – защищают как носителя, так и окружающих. Выдыхаемый через клапан воздух не фильтруется. Маска, снабженная клапаном, защищает только ее носителя и при этом может являться небезопасной для окружающих, поэтому люди, использующие такие маски, не выполняют требований закона в отношении обязательного ношения масок.

Любая маска должна плотно прилегать к лицу, она защищает только в том случае, если закрывает нос и рот. Если из-за проблем со здоровьем вам трудно носить маску, лучше всего будет обратиться по этому поводу к врачу.

Признаки инфекции, вызванной коронавирусом SARS-CoV-2

С момента заражения до появления признаков заболевания, вызванного доминирующим в настоящий момент вариантом «омикрон», проходит в среднем 3 дня. Максимальный срок до начала проявления симптомов – 14 дней. Однако еще до того момента, когда симптомы станут заметными, инфицированный человек уже может являться источником заражения для других людей. Заболевает, опять же, не каждый заразившийся.

Самыми частыми симптомами являются: кашель, насморк, повышение температуры тела, нарушения вкуса и обоняния. Также наблюдаются головная боль, боль в конечностях, разбитость, боль в горле, боль в животе, тошнота, рвота, понос.

Если вы заметили у себя признаки ковидной инфекции, или если вы контактировали с зараженным, нужно избегать контактов с другими людьми и оставаться дома **(добровольный режим самоизоляции).** Не следует посещать врачебную практику без предварительной записи. Если состояние ухудшилось, или же нужна врачебная помощь по другому вопросу, обращайтесь к врачу/дежурному врачу по телефону. В Германии существует единый номер телефона 116 117 для обращения к дежурному врачу в любое время суток. В неотложном случае звоните по номеру 112.

Как следует себя вести в случае заражения

Если ваш тест на короновирусную инфекцию был положительным, то по действующим в Баварии правилам вам не обязательно придерживаться режима самоизоляции. Как и при других респираторных инфекциях, в случае заболевания ковидом рекомендуется: больному лучше оставаться дома, чтобы не заразить других людей. Дополнительно действуют обязательные меры защиты, к которым относятся: за пределами собственного дома обязательно ношение маски, запрещены посещения и трудовая деятельность в определенных учреждениях – домах престарелых, домах по уходу, больницах, других подобных учреждениях, в которых проживает/размещено большое количество людей.

Меры защиты вводятся как минимум на 5 дней, начиная с момента первичного выявления/подтверждения возбудителя заболевания, при условии, что признаки заболевания отсутствуют в течение как минимум 2 суток (бессимптомный интервал). Если к 5-му дню заболевания бессимптомный период составлял меньше 2 суток, то заболевший должен и дальше соблюдать режим самоизоляции, который заканчивается тогда, когда бессимптомный интервал будет составлять не менее 2 суток, однако в любом случае по прошествии 10 дней после первичного выявления инфекции.

Защитная мера: ношение масок
В отношении лиц, чей результат теста оказался положительным, за пределами квартиры/дома действует обязанность ношения медицинской маски (хирургической маски). Более надежными считаются FFP-2 маски.
Исключения: необходимость ношения маски отпадает при пребывании на свежем воздухе, если есть возможность соблюдать дистанцию не менее 1,5 метра по отношению к другим людям; также маски необязательны в помещениях, где нет других людей. Кроме того, их не обязаны носить дети младше 6 лет и люди с инвалидностью или же с медицинскими противопоказаниями (нужно подтверждение от врача); глухие и слабослышащие, а также сопровождающие их лица, если маска препятствует общению/затрудняет идентификацию людей с проблемами слуха. Также ношение маски может быть необязательным в связи с другими обязательными требованиями/неотложными потребностями, как-то: прием пищи, оказание медицинской/стоматологической помощи, проведение лечебных мер.

Защитная мера: запрет на посещения и трудовую деятельность
В таких учреждениях, как дома престарелых, дома по уходу, в определенных подразделениях больничных заведений, где лежат пациенты с особенно высоким риском протекания короновирусной инфекции в тяжелой форме в случае заражения, необходимо предпринять все меры для предотвращения инфекции. Именно поэтому в названных структурах/отделениях/службах действует запрет для всех лиц с положительным результатом – посетителей, штатных сотрудников, волонтеров, представителей администрации и эксплуатирующих организаций.
Точно также действует запрет на пребывание и трудовую деятельность для всех лиц с положительным результатом – работников, волонтеров, представителей администрации и эксплуатирующих организаций, посетителей – в учреждениях для временного пребывания определенных групп населения; для ориентировки здесь можно назвать следующие: приюты для бездомных, общежития для соискателей статуса беженца, исправительные учреждения, предназначенные для отбытия наказаний в виде лишения свободы из-за высокого риска распространения инфекционных заболеваний.

Добровольный режим самоизоляции с целью предотвращения заражения других лиц
Лица, заразившиеся короновирусом, должны по возможности держаться на безопасном расстоянии от других членов семьи, чтобы не заразить их. Кроме того, следует отказаться от посещения общественных/публичных мероприятий, заведений общепита. Если это только возможно, то лучше работать из дома.

Тестирование на коронавирусную инфекцию COVID-19

Чтобы определить, заразился ли человек коронавирусом SARS-CoV-2, существуют несколько методов диагностики. В нашем материале будут освещены два вида анализов, которые распространены в настоящий момент.

Экспресс-тест на антигены призван выявить наличие в организме человека вируса, точнее, его определенных компонентов – протеинов. Забор материала проводится специальным зондом, мазок берется со слизистой носовой полости, затем проводится анализ. Экспресс-тест не занимает много времени, его необязательно проводить в лаборатории. Однако результат теста не даёт стопроцентной уверенности.
К тому же есть более качественные и менее качественные тесты. Список тестов, рекомендованных Институтом им. Пауля Эрлиха, постоянно обновляется. С ним можно ознакомиться, воспользовавшись ссылкой
https://www.pei.de/DE/newsroom/dossier/coronavirus/coronavirus-inhalt.html;jsessionid=588CBB6CF0B0E096A1D596D1788FA8AC.intranet231?nn=169730&cms_pos=8

Наиболее надежными являются тесты, у которых оцениваемый показатель «порогового цикла», или Cq-Wert, достигает наивысшего значения (его максимум составляет 100 %). Cq в значении до/или же равным 25 должен составлять 100 %, а Cq в значении от 25 до 30 должен быть как можно более высоким.

Отрицательный результат говорит только о том, что с большой долей вероятности тестируемый человек в момент проведения теста не заразен, то есть присутствует лишь минимальный риск, что он в последующие несколько часов кого-либо может заразить. Однако этот риск не равен нулю, может случится и так, что заболевание еще только начинается или же наоборот, организм уже почти переборол инфекцию и она идет на убыль. Поэтому даже в случае отрицательного результата экспресс-теста на антиген рекомендуется соблюдать правила гигены AHA+L+A. Если анализ экспресс-теста положительный, то рекомендуется перепроверить его с помощью ПЦР-теста.

Тест ПЦР (полимеразная цепная реакция; Polymerase-Ketten-Reaktion) показывает, имеется ли в организме тестируемого генный материал вируса. Он более надежный и информативный, чем экспресс-тест на антигены, поэтому им пользуются в качестве контрольного теста. При проведении ПЦР-теста по аналогии с экспресс-тестом из полости носа или глотки производится забор биоматериала, который затем исследуют в лаборатории. Результат обычно готов через 1 – 2 дня. Этот тест дает исключительно надежные результаты и соответствует самым высоким стандартам.

Следует знать: в общем и целом положительный результат теста не означает, что человек виновен в заражении: защитные меры могут снизить, но не могут полностью исключить масштабы распространения вируса и возможность заражения людей.

Возможности прохождения/проведения тестирования

С 25 ноября 2022 еще более сокращено число определенных групп населения, которые могут претендовать на бесплатное проведение теста (так называемое тестирование населения с использованием экспресс-теста на антигены). Сейчас бесплатное тестирование может быть предложено только 4 категориям граждан – к ним, для примера, относятся посетители больничных учреждений/заведений по уходу, ухаживающие родственники. Кроме того, сотрудники некоторых учреждений по-прежнему могут воспользоваться бесплатными тестами, также бесплатно можно сдать тест для перепроверки после того, как при самостоятельном тестировании был получен положительный результат экспресс-теста на антигены.

Кроме всех других возможностей, тесты можно сделать в центрах тестирования и в аптеках. Тестирование проводится обученными сотрудниками, которые выдадут вам результат тестирования в письменном или электронном виде. Отрицательный результат теста действителен в течение суток (максимально) и пригоден только для определенных целей/случаев. Лица с симптомами заболевания могут пройти бесплатный тест в практике своего домашнего доктора.

Список всех на текущий момент предлагаемых возможностей для бесплатного тестирования проживающих в Баварии граждан вы можете посмотреть в Интернете на сайте:
www.stmgp.bayern.de/wp-content/uploads/2021/11/uebersicht-testungen_26-11-2021.pdf

Существуют экспресс-тесты на антигены для самостоятельного тестирования. Их можно приобрести в аптеках, магазинах розничной торговли/магазинах гигиены и косметики. Опять же для официальных целей/запросов результаты самостоятельного тестирования обычно не признаются – однако их можно использовать при проведении частных мероприятий/визитов, поскольку они обеспечивают дополнительный уровень безопасности при условии, что все участвующие в мероприятии незадолго до его начала провели самостоятельное тестирование.

Чтобы снизить интенсивность передачи инфекции на рабочих местах, работодатели обязаны разработать и ввести организационные меры по защите здоровья сотрудников в связи с распространением COVID-19. К универсальным мерам относятся, кроме всех прочих, физическое дистанцирование, обеспечивающее нахождение людей на расстоянии друг от друга, проветривание помещений, ношение масок и тестирование сотрудников (экспрес-тесты и тесты для самодиагностики), работающих как удаленно, так и в офисе. Решение о том, какие меры на каждом конкретном предприятии являются необходимыми и какие из них будут реализованы, принимает работодатель.

Доля ложных результатов повышена в случае экспресс-теста на антиген и в случае самостоятельного тестирования. Поэтому при наличии положительного результата экспресс-теста на антиген/самостоятельного тестирования всегда должен проводиться еще и ПЦР-тест.

ПЦР-тест проводит медицинский персонал в том числе и во врачебной практике или в центрах тестирования. Там вам также выдадут справку о результатах в письменной или электронной форме. Она пригодна для официальных целей.

О любом положительном результате тестирования (за исключением самостоятельно проведенных тестов) необходимо сообщать в местный Департамент здравоохранения, сотрудники которого ответственны за проведение мер по профилактике и защите от инфекционных заболеваний. Чтобы обезопасить других лиц, рекомендуется на своем телефоне внести информацию о положительном результате в мобильное приложение против коронавируса. Тогда лица, находившиеся вблизи от заразившегося, получат соответствующее предупреждение о том, что они были подвержены повышенному риску заражения. Им рекомендуется пройти тестирование на коронавирус, если у них появились признаки заболевания.

Для всех лиц, которые после самостоятельного тестирования получили положительный результат, действует следующее: необходимо перейти на режим самоизоляции и отказаться, насколько это возможно, от контактов с другими людьми, поскольку существует опасность, что вы очень заразны для других. Соблюдайте при этом правила гигиены и социального дистанцирования, пользуйтесь маской в закрытых помещениях и в местах, где невозможно соблюдение минимальной дистанции в 1,5 метра до других лиц. При наличии симптомов свяжитесь с практикой вашего домашнего врача с целью проведения ПЦР-теста для подтверждения результатов самостоятельного тестирования.
Лица с положительным тестом, но без признаков заболевания могут обратиться в пункты тестирования для подтверждения результатов (если в пункте тестирования предлагается подобная процедура).

Методы лечения

В Германии в настоящее время уже предлагаются эффективные препараты для лечения ковидной инфекции на ее ранних этапах. Особенно это относится к больным, у которых существует высокий риск протекания ковида в тяжелой форме. Лекарства, используемые для данного вида лечения, способны/призваны снизить скорость размножения вируса в организме больного. Различают лечение с помощью моноклональных антител (в виде уколов или же капельниц, проводится во врачебной практике или в больнице) и противовирусную терапию (прием препарата в таблетированной форме в домашних условиях). Необходимо заметить, что лечение ковидной инфекции должно быть начато после постановки диагноза как можно раньше и в большинстве случаев только в течение первых пяти дней после манифестации симптомов заболевания. Проконсультируйтесь у вашего домашнего врача, показано ли такое лечение.

Вакцинация против ковид-19

Ограничения в общественной и частной сфере – такие, как ограничения контактов и режим локдаун, являются краткосрочными мерами. Они направлены на ограничение распространения вируса и служат тому, чтобы уменьшить нагрузку на систему здравоохранения, а также сократить число смертей от заболевания. Долгосрочными же целями являются возможность контроля за распространением вируса и снижение/устранение тяжелых последствий. В этом нам может помочь в том числе и вакцинация.

Разработанные вплоть до настоящего времени вакцины против ковид-19 служат для предотвращения особенно тяжело протекающих случаев заболевания и случаев со смертельным исходом. Они также способны снизить вероятность заражения других лиц, однако не в состоянии полностью, стопроцентно, исключить инфицирование. Кроме того, сформированный иммунитет (обычно после двукратной прививки) обеспечивает только определенный, ограниченный уровень защиты против инфекционного агента, и со временем он снижается, точно также, как и ослабевает защитный эффект, предотвращающий тяжелую форму болезни. После ревакцинации последний, однако, опять усиливается и держится около 6 месяцев.
В Германии в настоящий момент получен допуск для семи вакцин против ковид-19, они получили известность по имени фирм-производителей:

- Вакцина Comirnaty® (производитель BioNTech/Pfizer, в рамках первичной вакцинации: две дозы с рекомендуемым интервалом в 3 – 6 недель, для пациентов старше 12 лет; для детей старше 5 лет с предшествующими/хроническими заболеваниями или же при контакте с лицами, относящимися к группе риска, или же по желанию и только после предварительной разъяснительной беседы с врачом, две дозы с соблюдением возрастной дозировки с интервалом в 3 – 6 недель; для всех здоровых детей в возрасте 5 – 11 лет одна доза препарата с соблюдением возрастной дозировки); далее, рекомендована для детей в возрасте от 5 месяцев до 4 лет с сопутствующими/хроническими заболеваниями: три дозы с минимальным интервалом между ними 0-3-8 недель с соблюдением возрастной дозировки. сопутствующими/хроническими заболеваниями

- Вакцина Spikevax® (производитель Moderna, в рамках первичной вакцинации: две дозы с рекомендуемым интервалом в 4 – 6 недель, для пациентов старше 30 лет; для беременных не рекомендуется)

- Вакцина Vaxzevria® (производитель AstraZeneca, две дозы с рекомендуемым интервалом в 4 – 12 недель, для пациентов старше 60 лет; на сегодняшний день в качестве препарата для второй дозы рекомендуют вместо Vaxzevria® использовать какую-либо из мРНК-вакцин)

- Вакцина Jcovden® (фирма-производитель Johnson&Johnson, одна доза, рекомендуется для пациентов старше 60 лет; лицам, получившим данную однокомпонентную вакцину для первичной иммунизации, должны с целью достижения необходимого уровня антител по прошествии 4 недель поставить еще одну дополнительную прививку. Рекомендуется использовать какую-либо из мРНК-вакцин)

- Вакцина Nuvaxovid® американской фирмы-производителя Novavax (в рамках первичной вакцинации: две дозы с рекомендуемым интервалом не менее 3 недель между прививками, допущена к применению у прививаемых с 12 лет, как правило, не рекомендуется применение у беременных и кормящих), рекомендация применения в рамках ревакцинации лиц старше 18 лет

- Вакцина Valneva® фирмы-производителя Valneva (в рамках первичной вакцинации: две дозы с рекомендуемым интервалом не менее 4 недель между прививками; допущена для применения у лиц в возрасте 18 – 50 лет; как правило, не рекомендуется применение у беременных и кормящих)

- Вакцина VidPrevtyn Beta® французской корпорации Sanofi Pasteur (допуск получен во второй половине ноября 2022 в рамках ревакцинации лиц старше 18 лет; адаптирована для борьбы с бета-вариантом коронавируса, пока еще отсутствует рекомендация Постоянного комитета по вакцинации STIKO Института им. Роберта Коха)

С конца сентября/середины октября 2022 в качестве препарата для ревакцинации лиц старше 12 лет допущены следующие 4 вакцины, модифицированные для защиты против доминирующего в настоящий момент омикрон-штамма:

- Comirnaty Original/Omicron BA.1 (модифицированная вакцина фирмы-производителя BioNTech/Pfizer против варианта омикрон-штамма BA.1)

- Comirnaty Original/Omicron BA.4-5 (модифицированная вакцина фирмы-производителя BioNTech/Pfizer против вариантов омикрон-штамма BA.4 и BA.5)

- Spikevax bivalent Original/Omicron BA.1 (модифицированная вакцина фирмы-производителя Moderna против варианта омикрон-штамма BA.1)

- Spikevax bivalent Original/Omicron BA.4-5 (модифицированная вакцина фирмы-производителя Moderna против вариантов омикрон-штамма BA.4-5)

С середины ноября 2022 в качестве препарата для ревакцинации детей в возрасте 5 – 11 лет допущена следующая модифицированная вакцина для защиты от доминирующего в настоящий момент омикрон-штамма с соблюдением возрастной дозировки:

- Comirnaty Original/Omicron BA.4-5 (5/5 µg) (модифицированная вакцина фирмы-производителя BioNTech/Pfizer против омикрон-подвидов BA.4-5)

Вакцины Comirnaty® (производитель BioNTech/Pfizer) и Spikevax® (производитель Moderna) являются **мРНК-вакцинами.** Вакцина не содержит вирус, она доставляет лишь «инструкцию по сборке» для так называемого белка-«шипа» (spike, S-белок) в клетки организма, которые начинают его синтезировать в течение непродолжительного времени. Наш организм реагирует на него как на чужеродный и начинает вырабатывать антитела и иммунные клетки для защиты. Если привитый человек впоследствии столкнётся с коронавирусом, то его иммунная система распознает S-белок на поверхности вируса и начинает сразу же бороться с ним с помощью имеющихся антител, при этом вырабатывая в течение короткого времени новые антитела в большом количестве. Вероятность тяжелого течения инфекции становится тогда маловероятной.

Новые мРНК-вакцины, адаптированные для борьбы с подвидами омикрон-штамма: действие модифицированных вакцин различных фирм против короновирусной инфекции в принципе такое же, как и их допущенных на фармацевтический рынок предшественников. Особенностью же новых препаратов является то, что они защищают не только от первоначального варианта SARS-CoV-2, но и его подвидов BA.1, а также BA.4 и 5, то есть имеют улучшенный механизм действия для защиты организма от короновирусов SARS-CoV-2. Целью адаптации вакцин было стремление расширить их спектр действия, включив в него и различные подвиды омикрон-штамма. Иммунная система человека, получившего вакцинацию подобной вакциной и столкнувшегося с вирусом, сразу начинает бороться с ним. Адаптированные вакцины разрешены к применению только у лиц старше 12 лет, уже получивших первичную вакцинацию (по крайней мере, одну однокомпонентную прививку).

Информационный бюллетень о вакцине против ковид-19 (мРНК-вакцина) можно посмотреть на сайте rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html
Информация дана на более чем 20 языках.

Вакцина фирмы-производителя Novavax (Nuvaxovid®) содержит, в отличие от вышеописанных вакцин, изготовленные лабораторным методом готовые белковые субъединицы – спайковый белок; комплекс дополнен адъювантами, усиливающими иммунный ответ организма. Вводится в виде инъекции, в месте укола происходит процесс «распознавания» клетками иммунной системы и запускается выработка антител. По сходному принципу работают и многие другие вакцины, уже много лет применяющиеся для вакцинации против гриппа.

Вакцина VidPrevtyn Beta, также как и препарат Nuvaxovid, основана на рекомбинантном белковом антигене, а также включает в себя иммуноукрепляющий адьювант, использующийся для повышения эффективности самого препарата. Допущена в качестве бустерной прививки для борьбы с коронавирусом.

Разъяснительная информация о прививке против ковид-19 на более чем 20 языках:
www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Proteinimpfstoff-Tab.html

Векторными вакцинами являются Vaxzevria® (производитель AstraZeneca) и вакцина Jcovden® фирмы Johnson&Johnson. Коронавирус также не входит в состав данных вакцин, они транспортируют генетический материал, который содержит «инструкцию по сборке» для белка-«шипа». Разработчики этих вакцин использовали другие вирусы в качестве «транспортного средства» для доставки в клетки организма; они безопасны для человека и не способны к размножению (от латинского слова vector, т.е. несущий). В данном случае в нашем организме также происходит кратковременная выработка белка-«шипа», в результате чего происходит синтез антител для борьбы с чужеродным белком коронавируса.

Информационный бюллетень о вакцине против ковид-19 (мРНК-вакцина) можно посмотреть на сайте
rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html
Информация дана на более чем 20 языках.

Вакцина Valneva® содержит инактивированную версию целого вируса SARS-CoV-2 **(его отдельные цельные фрагменты).** Кроме того, препарат содержит 2 специальных компонента, усиливающих иммунный ответ, вызванный прививкой. При введении вакцины иммунная система организма распознает ее как чужеродную и начинает вырабатывать антитела, которые впоследствии нейтрализуют вирус.

В Германии проверкой безопасности, эффективности и срока действия вакцин занимается Институт им. Пауля Эрлиха (Федеральный институт вакцин и биомедицинских лекарственных средств). Постоянным комитетом по вакцинации STIKO Института им. Роберта Коха издаются рекомендации по прививкам; эти рекомендации регулярно пересматриваются/обновляются и служат стандартом для сотрудников здравоохранения при проведении вакцинации.

Как и при любой прививке, возможны побочные эффекты и реакция на прививку. В основном симптомы появляются через несколько часов или пару дней. В редких случаях они сохраняются дольше трех дней. Самая частая местная реакция – это болезненность в месте укола. Также возможны такие поствакцинальные реакции, как: разбитость, головная боль, лихорадочное состояние, повышение температуры тела. Если такое состояние длится дольше 3 дней, следует обратиться за врачебной помощью. Такие тяжелые осложнения на прививку, как аллергическая реакция, паралич лицевого нерва, тромбозы или же нарушения свертывания крови встречаются крайне редко.

Причиной, почему не рекомендуют применять вакцину Spikevax фирмы-производителя Moderna у лиц моложе 30 лет, является тот факт, что в очень редких случаях ее применение может вызвать в первые две недели после прививки воспаление сердечной мышцы и перикарда у мальчиков и мужчин молодого возраста. Подавляющее число описанных поствакцинальных осложнений со стороны сердечной мышцы и перикарда протекало в легкой форме или же симптомы были выражены в умеренной форме. Поскольку данные осложнения наблюдались при применении вакцины Spikevax чаще, чем при при применении вакцины Comirnaty, STIKO рекомендует ставить последнюю. Эти побочные явления (повышенный риск развития воспаления миокарда/перикарда) не наблюдаются у лиц старше 30 лет.

Рекомендации «для пациентов старше 60 лет» для применения вакцин, выпускаемых фирмами-производителями AstraZeneca и Johnson&Johnson, связаны с тем фактом, что возможны крайне редкие, но чрезвычайно опасные нарушения венозного кровообращения в головном мозге в виде тромбоза у привитых, которым еще не исполнилось 60 лет. Прививаемые моложе 60 лет – при желании привиться данными препаратами – должны дать после разъяснительной беседы с врачом свое согласие в письменной форме.

Подчеркиваем: новая вакцина фирмы-производителя Novavax, также как и мРНК-вакцины и векторные вакцины, не содержит способных к воспроизводству частей вируса SARS-CoV-2. В данном случае речь также идет о неактивированной вакцине (Totimpfstoff).

Инактивированная вакцина фирмы Valneva не содержит фрагментов вируса, способных к размножению. Речь в данном случае идет о классической инактивированной цельно-вирионной вакцине для борьбы с короновирусной инфекцией.

Вакцинация против ковид-19 (повторная вакцинация)

Постоянный комитет по вакцинации STIKO Института им. Роберта Коха рекомендует всем лицам старше 12 лет проводить повторную вакцинацию против ковид-19. Повторную прививку можно, как правило, ставить с того момента, когда прошло 6 месяцев после первичной иммунизации.
Для повторной вакцинации, или же ревакцинации, рекомендуют использовать мРНК-вакцину, модифицированную для защиты от омикрон-варинта вируса. У всех лиц младше 30 лет, а также беременных, следует применять только вакцину Comirnaty®.

У лиц старше 30 могут применяться все три находящиеся в настоящий момент в обращении мРНК-вакцины (как Comirnaty®, так и Spikevax®).
У лиц с дефицитом иммунной системы повторную вакцинацию рекомендуют через 3 месяца после предшествующей последней прививки или же перенесенной короновирусной инфекции.

Рекомендации по ревакцинации против ковид-19 действуют также и в отношении беременных (начиная с 13-й недели беременности) и лиц старше 12 лет, которые уже перенесли инфекцию, вызванную вирусом SARS-CoV-2 и после этого получили прививку.

Вторая прививка в рамках ревакцинации рекомендуется группам лиц, в отношении которых существует особенно высокая опасность для здоровья (лица старше 60 лет; проживающие/опекаемые в домах по уходу; лица с ослабленным иммунитетом старше 5 лет), а также лицам, занятым в учреждениях по уходу и в медицинских учреждениях.

Для указанных категорий в основном рекомендуется проведение второй прививки не ранее, чем через 6 месяцев после первой.
У лиц с дефицитом иммунной системы повторную вакцинацию рекомендуют через 3 месяца после предшествующей последней прививки или же перенесенной короновирусной инфекции.

Рекомендации для лиц, получивших в рамках первичной вакцинации как минимум 2 прививки вакцинами, не имеющими допуска на территории ЕС CoronaVac фирмы Sinovac, Covilo фирмы-производителя Sinopharm, Covaxin фирмы-производителя Bharat Biotech International Ltd. или Sputnik V фирмы-производителя Gamaleja, включают проведение одноразовой ревакцинации с использованием, как правило, мРНК-вакцины по прошествии 6 месяцев после последней прививки.

Те же, кто был привит вакцинами, не имеющими допуска на территории ЕС или же получил только одну прививку названными, не имеющими допуска на территории ЕС вакцинами (CoronaVac, Covilo, Covaxin, Sputnik V), нуждаются по-новому в проведении полноценной вакцинации с применением допущенных на территории ЕС вакцин, включая ревакцинацию.

Рекомендации для различных возрастных групп

- лица с сопутствующими/хроническими заболеваниями, включая иммунодефициты, начиная с возраста 6 месяцев: общая рекомендация (в рамках первичной вакцинации и начиная с возраста 5 лет две бустерные прививки)

- лица в возрасте от 6 месяцев до 4 лет (после врачебной оценки индивидуального риска): в рамках первичной вакцинации здоровых детей, которые в своем окружении тесно контактируют с людьми, имеющими повышенный риск тяжелого течения короновирусной инфекции, и эти лица не могут быть сами надежно защищены от заражения с помощью вакцинации.

- лица в возрасте от 5 до 11 лет: общая рекомендация – вначале предусмотрена одна доза для здоровых детей; после врачебной оценки индивидуального риска: первичная иммунизация здоровых, которые в своем окружении тесно контактируют с людьми, имеющими повышенный риск тяжелого течения короновирусной инфекции, и эти лица сами не могут быть надежно защищены от заражения с помощью вакцинации. Или же в соответствии с индивидуальными пожеланиями ребенка и родителей/лиц, наделенными родительскими правами

- лица в возрасте от 12 до 17 лет: общая рекомендация (первичная вакцинация и ревакцинация)

- лица в возрасте от 18 до 59 лет: общая рекомендация (первичная вакцинация и ревакцинация)

- лица в возрасте старше 60 лет: общая рекомендация (первичная вакцинация и дважды ревакцинация)

- беременные, начиная со 2. триместра и кормящие грудью: общая рекомендация (первичная вакцинация и ревакцинация)

- жильцы в домах по уходу и лица, проживающие в/посещающие заведения системы социальной интеграции инвалидов и имеющие повышенный риск тяжелого течения короновирусной инфекции общая рекомендация (первичная вакцинация и дважды ревакцинация)

- персонал медицинских учреждений и учреждений по уходу, особенно те, кто напрямую контактирует с пациентами/жильцами: рекомендация по показаниям в связи с условиями труда вакцинируемого (первичная вакцинация и дважды ревакцинация)

Рекомендации и предписания для въезжающих на территорию Германии

Для въезжающих на территорию Германии действуют предписания, которые ориентируются на степень риска в стране, из которой прибывает путешествующий.

Странам и регионам может быть присвоен статус страны/области, где распространены определенные варианты вируса. В таком случае сохраняют и далее свое действие строгие правила регистрации, подтверждения документов и правила пребывания на карантине; в краткосрочном порядке может быть временно введен запрет на въезд/транспортировку в Германию из такой страны. Сведения о том, какие страны/области имеют статус территории с распространением определенных вариантов вируса, можно получить на сайте Института им. Р. Коха; эти сведения постоянно уточняются и обновляются.
rki.de/DE/Content/InfAZ/N/Neuartiges_Coronavirus/Risikogebiete_neu.html

Общая обязанность предъявления документов при въезде в Германию отменена, начиная с 31.05.2022.

Если въезду в Германию предшествовало пребывание в области с распространением определенных вариантов вируса, то необходимо предъявление документов, подтверждающих отрицательный анализ теста; наличия вакцинации или документов, свидетельствующих о выздоровлении после перенесенной инфекции, будет недостаточно.
Теста на антигены также недостаточно. ПЦР-тест должен быть проведен (за границей) не ранее, чем за 48 часов до вьезда в Германию.
После пребывания за границей в области с распространением определенных вариантов вируса дополнительно действует обязанность пребывания в Германии на карантине, более подробно см. ниже.

Если въезд на территорию Германии осуществляется из области с распространением определенных вариантов вируса, то при пересечении границы с целью контроля федеральная полиция или же компетентные органы могут требовать предъявления отрицательного результата ПЦР-теста. Контроль проводится выборочно.

В случае, если желающий въехать в Германию до этого в течение последних 10 дней находился в области с распространением определенных вариантов вируса, он обязан зарегистрировать свой въезд в страну в цифровом виде (digitale Einreiseanmeldung, DEA), заполнив электронный формуляр на сайте einreiseanmeldung.de/#/

Если регистрация в электронной форме невозможна, то в порядке исключения допускается иметь с собой заменяющее ее, полностью заполненное сообщение о въезде в бумажном виде. При определенных обстоятельствах возможны исключения. Министерство здравоохранения Германии предоставляет информацию по данному вопросу на сайте:
www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus/infos-reisende/faq-tests-einreisende.html

Кроме того, в целом для всех въезжающих из зоны высокого риска/из области с распространением определенных вариантов вируса (пребывание в течение 10 последних дней перед въездом) действует обязанность соблюдения **карантинного режима**. Это значит, что после въезда в Германию вы обязательно должны 14 дней оставаться дома. В определенных случаях срок пребывания на карантине может быть сокращен. В определенных случаях возможны исключения в отношении пребывания на карантине. Министерство здравоохранения Германии предоставляет информацию по данной теме на сайте
www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus/infos-reisende/faq-tests-einreisende.html

Если вы думаете, что заразились коронавирусом (см. раздел Признаки инфекции, вызванной коронавирусом SARS-CoV-2, сразу же проведите тестирование (см. раздел Тестирование на коронавирусную инфекцию COVID-19).

Дополнительные информационные источники

В федеральной земле Бавария:

Bayerisches Staatsministerium für Gesundheit und Pflege
stmgp.bayern.de/coronavirus

Bayerisches Landesamt für Gesundheit und Lebensmittelsicherheit
lgl.bayern.de/gesundheit/infektionsschutz/infektionskrankheiten_a_z/coronavirus/faq.htm

МЧС: Bayerisches Staatsministerium des Innern – Katastrophenschutz
corona-katastrophenschutz.bayern.de

Kassenärztliche Vereinigung Bayern – Arztsuche für Test (Поиск врачебной практики для проведения теста)
https://dienste.kvb.de/arztsuche/app/suchergebnisse.htm?hashwert=a126d5d04b692b87be6ccbe3b2717826&lat=48.1351253&lng=11.5819805&zeigeKarte=true

Integrationsbeauftragte der Bayerischen Staatsregierung – (Информация на различных языках)
https://integrationsbeauftragte.bayern.de/infos-und-downloads/#Corona-Downloads

Общегерманские:

Robert Koch-Institut (RKI) – Pandemie aktuell (Пандемия: положение дел на текущий момент)
rki.de/DE/Home/homepage_node.html

Robert Koch-Institut (RKI) – Impfinformation zu mRNA-Impfstoffen in mehr als 20 Sprachen
Информация на более чем 20 языках, посвященная мРНК-вакцинам
rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Aufklaerungsbogen-Tab.html

Robert Koch-Institut (RKI) – Impfinformationen zu Vektorimpfstoffen in mehr als 20 Sprachen
Информация на более чем 20 языках, посвященная векторным вакцинам
rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Materialien/COVID-19-Vektorimpfstoff-Tab.html

Das Auswärtige Amt – Sicherheit von Reisenden (Для путешествующих: безопасность в поездке)
auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit

Bundesministerium für Gesundheit – Einreiseanmeldung (Регистрация при въезде)
einreiseanmeldung.de/#/

Bundesministerium für Gesundheit – Zusammen gegen Corona (Вместе против коронавируса)
zusammengegencorona.de

Integrationsbeauftragte der Bundesregierung – mehrsprachige Info
(Информация на различных языках)
integrationsbeauftragte.de/ib-de/staatsministerin/corona/coronavirus-wir-informieren-in-mehreren-sprachen-deutsch--1874222

BZgA – (Информация на различных языках)
infektionsschutz.de/mediathek/printmaterialien/printmaterialien-zum-coronavirus.html

Impressum/Legal Notice

Herausgeber:
MiMi Zentrum für Integration in Bayern
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.
Zenettiplatz 1 – 80337 München
E-Mail: bayern@mimi.eu – mimi.bayern

Gefördert durch:
Bayerisches Staatsministerium
für Gesundheit und Pflege
Haidenauplatz 1 – 81667 München
Gewerbemuseumsplatz 2 – 90403 Nürnberg
stmgp.bayern.de

Unterstützt durch:
MSD Sharp & Dohme GmbH
Levelingstraße 4a – 81673 München

Presseanfragen: bayern@mimi.eu
© 2021 Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Stand: 12.12.2022 | Version 004

Layout: eindruck.net, Hannover

Sprachen: Verfügbar in verschiedenen Sprachen

Übersetzungen: Dolmetscherdienst –
Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.

Abbildungen: iStock.com

Quellen:
Bayerisches Staatsministerium für
Gesundheit und Pflege, LGL, BMG, RKI, BZgA, KVB,
StMUK, StMI, StMAS, EMZ-COVID Alliance

URL-Verweise:
Für Inhalte externer Seiten, auf die hier verwiesen wird,
ist der jeweilige Anbieter verantwortlich.

Datenschutzerklärung
V.i.S.d.P.: Ethno-Medizinisches Zentrum e.V.