**Всероссийский конкурс «Будьте здоровы» (для студентов – медиков ) Статья. Тема материала: Вакцинация: разбор популярных мифов вакцинах . Абдулкадыров Магомедсайгид Ахмедович – обучающийся ЕТЖТ-филиал РГУПС Куратор: Бокарева Зоя Николаевна – преподаватель высшей категории ЕТЖТ-филиал РГУПС, город Елец, Липецкая область.**

Вакцинация — это один из важнейших методов профилактики инфекционных заболеваний. Несмотря на её эффективность, вокруг вакцин существует множество мифов и заблуждений. Как работают вакцины?

Вакцины содержат ослабленные или неактивные части патогена (антигены). В современных вакцинах используются преимущественно синтетические (созданные искусственным образом) антигены. Не имея в себе полноценного живого патогена, вакцины не могу вызвать саму болезнь, но они запускают выработку специфических антител так, как это сделал бы сам патоген. Иммунная система будет реагировать таким же образом, как если бы это был первичный контакт с настоящим патогеном. Для получения устойчивого иммунного ответа часто используется схема вакцинации с введением нескольких доз с длительными интервалами (в несколько недель или месяцев). Такая схема необходима для выработки долгоживущих антител и развития клеток памяти. Организм накапливает память о патогене, чтобы в случае контакта с ним в будущем иметь возможность сразу же вступить с в борьбу и уничтожить его.

Ниже приведены некоторые из наиболее распространённых мифов о вакцинах, а также разъяснения по ним.

**Миф 1: Вакцины вызывают аутизм**

Разоблачение: Этот миф возник из-за исследования, опубликованного в 1998 году, которое впоследствии было опровергнуто. Многочисленные научные исследования не нашли никакой связи между вакцинацией и аутизмом. Основные медицинские организации, включая Всемирную организацию здравоохранения (ВОЗ) и Центры по контролю и профилактике заболеваний (CDC), подтвердили, что вакцины безопасны.

**Миф 2: Вакцины содержат вредные химические вещества**

Разоблачение: Вакцины могут содержать консерванты и адъюванты, которые используются для повышения их эффективности и безопасности. Например, тиомерсал, который иногда используется как консервант, был исследован на безопасность и не представляет опасности в тех дозах, в которых он используется. Все компоненты вакцин проходят строгие испытания на безопасность.

**Миф 3: Прививки не нужны, если я здоров или у меня крепкий иммунитет**

Разоблачение: Даже здоровые люди могут поддаваться инфекциям. Вакцинация помогает создать коллективный иммунитет, защищая не только вакцинированных людей, но и тех, кто не может быть вакцинирован (например, людей с ослабленным иммунитетом). Это важно для предотвращения вспышек заболеваний.

**Миф 4: Вакцины вызывают заболевания, от которых они защищают**

Разоблачение: Вакцины содержат ослабленные или убитые частицы вирусов или бактерий, которые не могут вызвать заболевание. Они стимуляция иммунной системы, чтобы подготовить её к борьбе с инфекцией, если она возникнет в будущем. В некоторых случаях, например, после вакцинации против ветряной оспы, могут возникнуть лёгкие симптомы, но это не является заболеванием.

**Миф 5: Вакцинация не необходима, если у меня уже была болезнь**

Разоблачение: Перенесённое заболевание может обеспечить некоторую степень иммунитета, но вакцинация часто обеспечивает более надёжную и устойчивую защиту. Например, вакцинация против гриппа рекомендуется каждый год, поскольку вирусы гриппа изменяются, и иммунная защита может ослабевать с течением времени.

**Миф 6: Вакцинация может привести к эпидемиям**

Разоблачение: Наоборот, отсутствие вакцинации может способствовать вспышкам заболеваний. Коллективный иммунитет достигается только при высокой степени вакцинации в населении. Когда многие люди отказываются от прививок, это ослабляет защиту всех, включая тех, кто не может быть вакцинирован.

**Миф 7. Множественная вакцинация в один приём перегружает детскую иммунную систему.**

Однако, научные исследования и клиническая практика доказывают, что одновременное применение нескольких вакцин абсолютно безопасно и результативно усиливает иммунный ответ.

Разоблачение: современная медицина подтверждает, что детская иммунная система способна одновременно реагировать на тысячи антигенов. Это значит, что множественные вакцины не только не перегружают иммунную систему, но и помогают её стимулировать и развивать

**Миф 8. Предотвращаемые с помощью вакцин детские болезни – это просто неизбежные неприятности.**

Разоблачение: распространённое мнение, что болезни, такие как корь, свинка и краснуха, являются лишь досадными реалиями детства, глубоко заблуждается. На самом деле, эти заболевания могут привести к тяжёлым и даже смертельным осложнениям как у детей, так и у взрослых. Примеры осложнений включают пневмонию, энцефалит, слепоту, тяжёлую диарею, ушные инфекции, а также синдром врожденной краснухи, который может развиться, если женщина заразится краснухой во время беременности.

Все эти последствия можно предотвратить с помощью вакцинации. Вакцины были разработаны не просто как средство уменьшения дискомфорта от временных болезней, а как критически важный инструмент защиты здоровья и жизней. Принятие вакцинации как нормы – это не только личный выбор в пользу здоровья, но и вклад в общественное благо, способствующий созданию здоровых сообществ без угрозы «детских» болезней.

**Миф 9. Грипп – это просто заболевание, а вакцинация от него не результативна.**

Разоблачение: грипп гораздо серьезнее, чем многие думают. Это заболевание ежегодно приводит к смерти от 300 до 500 тысяч человек по всему миру. Особенно уязвимы перед тяжелыми формами гриппа и его осложнениями беременные женщины, маленькие дети, пожилые люди и люди с хроническими заболеваниями, такими как астма или сердечные недуги.

Вакцина против гриппа разрабатывается для защиты от трех или четырех наиболее активных вирусных штаммов каждый год и является лучшим способом предотвращения заболевания. Она значительно снижает риск заражения и предотвращает распространение вируса, что крайне важно для общественного здоровья.

**Миф 10. Вакцинация сопровождается побочными эффектами, которые по частоте и тяжести превосходят осложнения от соответствующих инфекций.**

Разоблачение: научные данные и статистика показывают, что побочные реакции на вакцины в подавляющем большинстве случаев незначительны и проходят без вмешательства врача, включая такие симптомы, как кратковременная боль в месте инъекции, легкая лихорадка или кожная сыпь. Тяжёлые осложнения от вакцин встречаются крайне редко и их вероятность намного меньше, чем риски, связанные с осложнениями от самих инфекционных заболеваний

Вакцинация — это важный шаг в защите общественного здоровья. Важно полагаться на научные данные и рекомендации врачей при принятии решений о вакцинации. Распространение мифов и недоверие к вакцинам могут повлиять на здоровье населения в целом, поэтому важно опираться на проверенные источники информации.