



# Ръководство за фаза 2 от програмата (от 18 до 49 години)

## Ваксиниране срещу COVID-19

### Какво е COVID-19 или коронавирус?

COVID-19 се причинява от нов коронавирус, познат като SARS-Cov-2. Установен е за пръв път в края на 2019 г. Той е силно инфекциозен и може да доведе до тежко заболяване на дихателната система.

Много от заразените може да нямат симптоми или да имат само леки симптоми. Те обикновено започват с кашлица, треска, главоболие и загуба на вкус и обоняние.

Някои хора чувстват силна отпадналост, болки в мускулите, възпалено гърло, диария и повръщане, треска и обърканост.

При малък брой хора състоянието се обостря и достига тежка форма, което може да наложи хоспитализация или прием в интензивно отделение.

Като цяло по-малко от 1 на 100 заразени умира от COVID-19, но при хора над 75-годишна възраст това съотношение се покачва до 1 на 10.

Все още няма лечение за COVID-19, въпреки че някои терапии, които се подлагат на нови изпитвания, спомагат да се ограничи рискът от усложнения.

### Относно видовете ваксини

През 2021 г. в Обединеното кралство ще бъдат използвани няколко различни вида ваксини срещу COVID-19. Ваксините ще бъдат одобрени само въз основа на обширни проучвания за безопасност и ефективност.

През 2021 г. в Обединеното кралство ще бъдат използвани няколко различни вида ваксини срещу COVID-19. Ваксините ще бъдат одобрени само въз основа на обширни проучвания за безопасност и ефективност.

Напоследък има съобщения за изключително рядко състояние, включващо кръвни съсиреци и необичайно кървене след ваксинация с AstraZeneca (AZ). То се разглежда внимателно, но рисковите фактори за това състояние все още не са ясни. Поради високия риск от усложнения и смърт от COVID-19, MHRA, Световната здравна организация и Европейската агенция по лекарствата стигнаха до заключението, че балансът изключително в полза на ваксинацията.

Понастоящем JCVI препоръчва здрави хора под 40 години да се ваксинират с ваксина, различна от AstraZeneca (AZ).

## За мен съществува ли риск от заразяване с COVID-19?

COVID-19 може да засегне всеки. Ако сте възрастен и имате дълготрайно заболяване, вече трябва да сте получили ваксината.

## Кой има право на ваксинация във фаза 2?

Сега ваксината се предлага на хора с по-нисък риск от усложненията на COVID-19. Все още има риск да хванете инфекцията и да я предадете на други. За повечето по-млади хора COVID-19 обикновено преминава като по-леко заболяване, което рядко води до усложнения. За някои хора симптомите могат да продължат по-дълго от обичайните две до три седмици. Ваксинацията ще Ви помогне да се предпазите от COVID-19 и дълго протичащ COVID. Във втората фаза на програмата ваксината ще се предлага на лица под 50 години в следния ред:

- 40 - 49 години
- 30 - 39 години
- на и над 18 години.

Рискът остава по-висок при по-напреднала възраст. Например рискът от смърт от COVID-19 при човек на възраст между 40 и 49 години е поне 3 пъти по-висок от този във възрастовата група от 30 до 39 години и поне 12 пъти по-висок от този във възрастовата група от 20 до 29 години.

С напредването на програмата Съвместната комисия по ваксинация и имунизация (JCVI) на Обединеното кралство препоръчва прилагането на подходяща ваксина за всяка възрастова група. Предлаганата ваксина може да зависи от Вашата възраст. Към момента JCVI смята, че е за предпочитане на здравите хора (тези, които не са в рисковата категория) на възраст под 40 г. да бъде прилагана ваксина, различна от AstraZeneca (AZ), при възможност. Времето, в което ще Ви бъде предложена, ще зависи от наличността на тези ваксини. Всеки, който предходно е имал право да се ваксинира, остава с това право и следва да започне или да завърши препоръчителния си курс.

## Всички жени в детородна възраст, тези, които са бременни или кърмят

JCVI препоръчва на бременните жени да се предлагат рутинни ваксини срещу COVID-19 едновременно с хората от същата възрастова или рисковата група. В САЩ около 90 000 бременни жени са ваксинирани основно с ваксини Pfizer и Moderna и не са установени опасения относно безопасността.

Като такива, ваксините Pfizer и Moderna са предпочитаните ваксини за бременни жени на всяка възраст, които идват за първата си доза.

Въпреки че общият риск от заболяване от COVID-19 при бременни жени и техните новородени бебета е нисък, при по-късна бременност някои жени могат да се разболеят сериозно и да се нуждаят от болнично лечение.

Бременните жени с COVID-19 имат по-висок риск от прием за интензивно лечение, отколкото жени на същата възраст, които не са бременни. При жените със заболяване от COVID-19 има също 2-3 пъти по-голяма вероятност да родят своите бебета по-рано, отколкото жените без COVID-19.

За допълнителна информация относно бременността и ваксинацията посетете: [gov.je/vaccine](https://gov.je/vaccine).

## Кой не може да бъде ваксиниран?

Ваксините не съдържат организми, които се развиват в тялото, и затова са безопасни за хора с нарушения на имунната система. Тези хора може да не реагират достатъчно добре на ваксината. Много малък брой хора, изложени на риск от COVID-19, не могат да бъдат ваксинирани – това включва някои хора, които имат тежки алергии.

## Кой трябва да изчака, за да бъде ваксиниран?

Ако в момента не се чувствате добре, самоизолирали сте се или чакате тест за COVID-19, трябва да отложите ваксинацията за по-късно.

## Ще ме защити ли ваксината?

Ваксинирането срещу COVID-19 ще намали вероятността да се разболеете от COVID-19. Може да отнеме няколко седмици на тялото Ви да изгради защита от ваксината.

Доказано е, че ваксината е безопасна и ефективна. Всяка от ваксините е тествана върху над 20 000 души и не е имало опасения относно безопасността.

Както е при всички медикаменти, няма ваксина, която да е напълно ефективна. Някои хора все пак може да се разболеят от COVID-19 въпреки ваксинирането, но болестта следва да протече много по-леко.

## Мога ли да се заразя с COVID-19 от ваксината?

Не можете да се заразите с COVID-19 от ваксината, но е възможно да сте се заразили с COVID-19 и да осъзнаете, че имате симптоми едва след посещението за ваксиниране.

След преглед на ранните етапи на инфекция с COVID-19, понастоящем се препоръчва на всяко лице, което развие някой от следните осем

симптома без очевидни или съществуващи причини, незабавно да се изолира заедно с домакинството си и да назначи PCR тест:

- висока температура
- кашлица
- загуба на обоняние/вкус
- умора
- главоболие
- възпалено гърло
- диария
- болки в мускулите

За повече информация относно симптомите на COVID-19 посетете: [gov.uk/symptoms](https://gov.uk/symptoms)

## Ваксината има ли странични ефекти?

Както е при всички медикаменти, ваксините може да причинят странични ефекти. Повечето са леки и краткотрайни и не се проявяват при всички ваксинирани. Дори и да имате симптоми след първата доза, трябва задължително да получите втората. Въпреки че можете да получите известна защита от първата доза, втората доза ще Ви осигури най-добрата защита от вируса.

### Често срещаните странични ефекти включват:

- болезненост, тежест и чувствителност в рамото на мястото на инжекцията. Обикновено това усещане е най-силно около 1–2 дни след ваксинирането
- отпадналост
- главоболие
- болки в тялото или леки грипоподобни симптоми

Макар усещането за треска да не е рядко срещано за около два до три дни, повишената температура е необичайна и може да е признак, че имате COVID-19 или друга инфекция.

Можете да вземете нормална доза парацетамол (спазвайте указанията на листовката в опаковката) и след това си почивайте, за да се почувствате по-добре. Не надвишавайте нормалната доза.

Симптомите след ваксиниране обикновено продължават по-малко от седмица. Ако усещате, че симптомите Ви се влошават или имате притеснения, обърнете се към Вашия общопрактикуващ лекар или здравен специалист.

Ако имате някои от горните симптоми след първата доза на ваксината, трябва да говорите с Вашия лекар или специалист, преди да приемете втората доза.

Ако в момента сте в клинично изключително уязвимата група, моля, продължете да следвате указанията на правителството.

## Ако получите някои от следните симптоми от около 4 дни до четири седмици след ваксинацията, трябва спешно да потърсите медицинска помощ.

новопоявило се, силно главоболие, което не се облекчава от обичайните болкоуспокояващи средства или се влошава

- необичайно главоболие, което се влошава, когато лежите или се навеждате или може да бъде придружено от
- замъглено зрение, гадене и повръщане
- затруднения в речта,
- слабост, сънливост или припадъци
- нови, необясними синини или кървене далеч от мястото на инжектиране
- задух, болка в гърдите, подуване на краката или постоянна коремна болка

За повече информация относно симптомите посетете [gov.uk/vaccine](https://gov.uk/vaccine)

Ако се обръщате за съвет към лекар или медицинска сестра, не забравяйте да ги информирате за ваксинирането (по възможност покажете им ваксинационната си карта), за да могат да преценят състоянието Ви правилно.

Можете да съобщите за предполагаеми странични ефекти от ваксини и лекарства и чрез схемата Yellow Card. Моля, прочете брошурата с информация за продукта за повече информация относно Вашата ваксина, включително възможни странични ефекти, като потърсите Coronavirus Yellow Card в интернет или посетите: [coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/](https://coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk/) Схемата Yellow Card е система в Обединеното кралство за събиране на информация за предполагаеми нежелани лекарствени реакции към медикаменти.

## Какво мога да направя, след като съм се ваксинирал срещу COVID-19?

Ваксината не може да Ви зарази с COVID-19, а двете дози ще намалят вероятността да се разболеете тежко. Все още не знаем доколко това ще намали шанса да се заразите и предадете вируса. Така че, важно е да продължите да защитавате хората около себе си.

Не забравяйте да защитите себе си и вашето семейство, приятели и колеги, като ТРЯБВА да спазвате всички национални или местни ограничения и:

- да спазвате физическо дистанциране
- да носите лицева маска
- да миете ръцете си редовно
- да отваряте прозорците, за да влиза свеж въздух
- да спазвате актуалните инструкции на [gov.je/coronavirus](http://gov.je/coronavirus)

## Какво трябва да направя след това?

След като сте получили първата доза, трябва да планирате посещение за втората доза след 4–12 седмици. Ще получите SMS или потвърждение по имейл за това кога трябва да се постави втората доза две седмици преди второто Ви посещение.

Важно е да получите и двете дози от ваксината, за да си осигурите най-добрата защита.

Keep your card safe with details of your vaccination.



## Какво следва да направя, ако не се чувствам добре, когато дойде времето за следващото ми посещение?

Ако не се чувствате добре, по-добре е да изчакате да се възстановите и тогава да получите ваксината, но трябва да я получите възможно най-скоро.

Не трябва да идвате на посещение за ваксинация, ако сте в самоизолация, чакате резултат от тест за COVID-19 или не сте сигурни дали се чувствате добре.

Ако не можете да присъствате на уговореното посещение, трябва да се свържете с телефонната линия за помощ при коронавирус **0800 735 5566**, за да уговорите нов час за посещение.

Неспазването на уговорените посещения води до загуба на ваксина, което излага на риск живота на други хора.

## Пазете себе си, семейството си, приятелите и колегите

Дори след като сте били ваксинирани, трябва да продължите да спазвате указанията за обществено здраве, за да защитите себе си и останалите.

Отнема няколко седмици на тялото Ви да изгради защита от ваксината. Както е при всички медикаменти, няма напълно ефективна ваксина, затова следва да продължите да спазвате препоръчаните мерки за предпазване от заразяване.

Някои хора могат все пак да се заразят с COVID-19, въпреки че са се ваксинирали, но рискът от тежко развитие на болестта е по-малък.

COVID-19 се разпространява чрез капчици, издишани от носа или устата, особено при говорене или кашляне.

Заразяване може да настъпи и при докосване на очите, носа и устата след контакт със замърсени предмети или повърхности.

### Трябва да продължите да:

- спазвате физическа дистанция от другите
- носите лицева маска
- миете ръцете си внимателно и често
- спазвате актуалните инструкции: [gov.je/coronavirus](http://gov.je/coronavirus)