

# Чего следует ожидать, получив прививку против коронавируса (COVID-19)

## What to Expect after Getting the COVID-19 Vaccine (Russian)

---

Прививка против коронавируса (COVID-19) поможет защитить Вас от заражения коронавирусной инфекцией (COVID-19). У Вас могут проявиться какие-либо побочные явления. Это естественный признак того, что Ваш организм начинает вырабатывать и укреплять защитные функции. После вакцинации могут возникнуть побочные эффекты, которые схожи с симптомами гриппа, и эти симптомы даже могут повлиять на Вашу повседневную деятельность, но при этом, они должны пройти в течение нескольких дней. Если Вы не испытываете никаких побочных эффектов, то будьте уверены, что прививка не менее эффективна.

COVID-19 vaccine will help protect you from getting COVID-19. You may have some side effects, which are normal signs that your body is building protection. These side effects may feel like flu and even affect your ability to do daily activities, but they should go away in a few days. If you do not experience any side effects, be assured that the vaccine is just as effective.

### Какие наиболее распространённые побочные явления у вакцины против коронавирусной инфекции? What are the most common side effects?

В плече, куда ввели прививку:

On the arm where you got the shot:

- Боли Pain
- Отёчность Swelling
- Покраснение кожи Redness of the skin

Общее самочувствие:

Throughout the rest of your body:

- Усталость Tiredness
- Головные боли Headache
- Озноб Chills
- Повышенная температура тела  
Fever
- Боли в мышцах Muscle pain
- Тошнота Nausea

ЦКЗ (CDC) (Центры по контролю и профилактике заболеваний) предоставляют новый способ под названием Ви-Сэйф (v-safe), для наблюдения за самочувствием людей после вакцинации, с использованием смартфона. После регистрации, Вы сможете использовать свой смартфон, чтобы сообщить ЦКЗ (CDC) о любых побочных эффектах, которые могут проявиться в период после вакцинации против коронавируса (COVID-19). Чтобы получить дополнительную информацию, посетите страницу: <http://www.cdc.gov/vsafe>.

Если у Вас нет смартфона, то Вы можете сообщить о любых побочных эффектах, посетив веб-страницу: <https://vaers.hhs.gov>.

The CDC (Centers for Disease Control and Prevention) is implementing a new smartphone-based tool called v-safe to check-in on people's health after they receive a COVID-19 vaccine. After enrolling you will be able to use your smartphone to tell CDC about any side effects after getting the COVID-19 vaccine. To learn more visit: <http://www.cdc.gov/vsafe>. If you do not have a smartphone, you can report any side effects at <https://vaers.hhs.gov>.

## **Полезные советы    Helpful tips**

Посоветуйтесь с Вашим лечащим врачом о приёме лекарств, отпускаемых без рецепта, таких как: ибупрофен, ацетаминофен, аспирин или антигистаминные препараты, которые помогают справиться с дискомфортом и болями, которые могут у Вас возникнуть после вакцинации. Вы можете принимать эти лекарства для облегчения поствакцинальных побочных эффектов, если для этого нет противопоказаний. Но эти лекарства не рекомендуется принимать до вакцинации, с целью предотвращения возможных побочных эффектов.

Talk to your health care provider about taking over-the-counter medicine, such as ibuprofen, acetaminophen, aspirin, or antihistamines, for any pain and discomfort you may have after getting the vaccine. You can take these medications to relieve post-vaccination side effects if you have no other medical reasons that prevent you from taking these medications normally.

It is not recommended you take these medicines before vaccination for the purpose of trying to prevent side effects.

## Инструкция для пациентов по уходу за здоровьем на дому

### What are my care instructions?

Для уменьшения боли и дискомфорта в месте введения укола:

To reduce pain and discomfort where you got the shot:

- Прикладывайте к болезненному месту чистую, прохладную, влажную салфетку/тряпочку.
- Чаще пользуйтесь той рукой, куда Вам ввели инъекцию или разрабатывайте эту руку.

Apply a clean, cool, wet washcloth over the area.

Use or exercise your arm.

Для облегчения дискомфорта при повышенной температуре:

To reduce discomfort from fever:

- Пейте больше жидкости.
- Наденьте лёгкую одежду.

Drink plenty of fluids.

Dress lightly.

### Когда следует звонить врачу? When should I call the doctor?

В большинстве случаев, дискомфорт от повышенной температуры или боли - это нормальное состояние.

Обратитесь к Вашему врачу или медработнику, если у Вас:

In most cases, discomfort from fever or pain is normal. Contact your doctor or healthcare provider if you have:

- Покраснение или небольшая боль или повышенная чувствительность в месте введения вакцины, которые усилились, спустя 24 часа с момента вакцинации

Redness or tenderness where you got the shot that increased after 24 hours

- Вас беспокоят побочные явления или Вы не чувствуете улучшения на протяжении нескольких дней

Side effects are worrying you or do not seem to be going away after a few days

## Сколько прививок (уколов) Вам будет необходимо сделать?

### How many shots do I need to get?

- Вам необходимо будет сделать **2 прививки** (2 укола), для получения максимальной защиты при использовании вакцины Пфайзер и Модерна (Pfizer and Moderna) (мРНК вакцины против коронавирусной инфекции (COVID-19)). Даже если после первой прививки у Вас появятся побочные эффекты, сделайте вторую прививку (за исключением тех случаев, когда медработник, который делал Вам прививку или Ваш врач порекомендуют Вам воздержаться от второй дозы).  
Pfizer and Moderna (mRNA COVID-19 vaccines) - you will need **2 shots** in order to get the most protection. You should get the second shot even if you have side effects after the first shot unless a vaccination provider or your doctor tells you not to get it.
- Вам необходимо будет сделать всего 1 прививку вакцины Янсен (вакцина на основе вирусного вектора против коронавирусной инфекции (COVID-19)), для получения максимальной защиты.  
Janssen vaccine (viral vector COVID-19 vaccine) - you will only need 1 shot.

## Сколько времени должно пройти с момента вакцинации до тех пор, когда вакцина будет иметь максимальный защитный эффект?

### How soon will I get the maximum protection from the vaccine?

После любой прививки, организму потребуется какое-то время, чтобы выработать защиту от заболевания. It takes time for your body to build protection after any vaccination.

- Вакцины против коронавируса (COVID-19) Пфайзер и Модерна (Pfizer and Moderna), требующие получения 2х доз, скорее всего, не сразу начнут Вас защищать от заражения коронавирусной инфекцией, а примерно, по истечении двух недель, после получения второй дозы вакцины.  
Pfizer and Moderna vaccines that require 2 shots may not protect you until about 2 weeks after your second shot.

- Вакцина Янсен, требующая получения 1 дозы , скорее всего, не сразу начнёт Вас защищать от заражения коронавирусной инфекцией, а примерно, по истечении двух недель, после вакцинации.

Janssen vaccine that requires 1 shot may not protect you until about 2 weeks after vaccination.

### **Если я получил(а) 2 дозы прививки, то нужно ли мне носить маску для лица и избегать тесного контакта с окружающими?**

### **Do I need to wear a mask and avoid close contact with others if I have received 2 doses of the vaccine?**

Вы считаетесь полностью вакцинированы, спустя 2 недели после получения второй дозы одной из вакцин, состоящих из 2 доз, таких как: вакцины, разработанные фармацевтическими компаниями Пфайзер или Модерна (Pfizer or Moderna), или через 2 недели после вакцинации одной дозой вакцины Янсен (Janssen).

Полностью вакцинированные люди могут вернуться к некоторым видам деятельности, которые они прекратили из-за пандемии. Пока эксперты продолжают исследования и уточняют данные о защите, которую обеспечивают вакцины от коронавируса (COVID-19) в реальных условиях, ЦКЗ (CDC) будет часто обновлять свои рекомендации.

Чтобы ознакомиться с последними рекомендациями к каким видам деятельности могут вернуться полностью вакцинированные люди, посетите, пожалуйста, веб-страницу:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated.html>

You are considered fully vaccinated 2 weeks after the second dose in a 2-dose series like the Pfizer or Moderna vaccine or 2 weeks after the single-dose vaccine like the Janssen vaccine. People who have been fully vaccinated can start to do some things that they had stopped doing because of the pandemic. While experts learn more about the protection that COVID-19 vaccines provide under real-life conditions, the CDC will update its guidelines frequently. Please visit: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated.html> to see the most current guidelines about what fully-vaccinated people can do.

Отказ от ответственности: Данный документ содержит информацию и/или инструкции, разработанные в Системе Мичиганской Медицины для типичных пациентов в Вашем состоянии. В документе могут содержаться ссылки на Интернет-материалы, которые не были созданы в Системе Мичиганской Медицины и за которые Система Мичиганской Медицины ответственности не несёт. Данный документ не заменяет медицинскую консультацию у Вашего доктора, потому что Ваше состояние может отличаться от состояния типичного пациента. Поговорите со своим доктором, если у Вас есть какие-либо вопросы относительно данного документа, Вашего состояния или плана лечения.

Disclaimer: This document contains information and/or instructional materials developed by Michigan Medicine for the typical patient with your condition. It may include links to online content that was not created by Michigan Medicine and for which Michigan Medicine does not assume responsibility. It does not replace medical advice from your health care provider because your experience may differ from that of the typical patient. Talk to your health care provider if you have any questions about this document, your condition or your treatment plan.

По материалам: ЦКЗ (CDC). Чего можно ожидать после вакцинации против коронавируса (COVID-19).

Доступ по адресу: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after.html>

Adapted from: CDC. What to Expect after Getting a COVID-19 Vaccine. Access at: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/expect/after.html>

Документ утверждён: Группой по работе с пациентами по вопросам, связанными с вакцинацией против коронавируса (COVID19)

Approved by: COVID19 Vaccine Patient Education/Communication Workgroup

Перевод: Отдел переводчиков Системы Мичиганской Медицины

Translation: Michigan Medicine Interpreter Services

Образование пациентов в [Системе Мичиганской Медицины](#) лицензировано корпорацией Creative Commons [Публичная лицензия Creative Commons С указанием авторства-Некоммерческая-С сохранением условий версии 4.0 Международная](#)

Последний пересмотр 11/03/2021

Patient Education by [Michigan Medicine](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International Public License](#). Last Revised 3/11/2021