# КІР: ЩО НЕОБХІДНО ЗНАТИ ТА ЯК ЗАХИСТИТИ СЕБЕ

***Кір – одне з найбільш заразних захворювань, відомих у світі.***

Спалахи кору мають циклічний характер і відбуваються кожні 5-6 років. Головна причина – низьке охоплення населення щепленнями. З вересня 2017 року за рішенням оперативного штабу МОЗ України з реагування на ситуацію з кором тривають посилені заходи з імунізації, аби захистити якомога більше дітей від хвороби і запобігти епідемії.

## ЯК ПЕРЕДАЄТЬСЯ ВІРУС КОРУ

Morbillivirus – вірус кору – надзвичайно заразний, він швидко передається від хворої людини до здорової повітряно-крапельним шляхом, тобто під час вдихання найдрібніших крапель слизу, які потрапили в повітря при чханні, кашлі або розмові хворого. Вірус кору може жити в повітрі та на поверхнях до двох годин після того, як хвора людина залишила приміщення. 9 з 10 не імунізованих людей, що контактують із хворим, будуть заражені.

Кір – одна з головних причин дитячої смертності. За даними Всесвітньої організації охорони здоров'я щороку у світі 30-40 мільйонів дітей хворіють на кір, понад 800 тисяч помирають від самої інфекції та її ускладнень. Це означає 314 смертей на день, 13 смертей щогодини.

### Захворювання на кір може мати тяжкий перебіг

Інкубаційний період кору (тобто період, коли симптоми ще не проявляються) коливається від 6 до 21 днів. Далі починається період захворювання з такими симптомами: висока температура, головний біль, нежить, сухий кашель, збільшення лімфовузлів, запалення слизової оболонки очей (сльозотеча, світлобоязнь, гнійні виділення), пронос та блювота. На 4-5 день хвороби з'являється червоний висип, який починається зі шкіри голови й обличчя, а згодом розповсюджується на все тіло. Хвороба із симптомами триває до 4 тижнів і більше.

### Кір має серйозні ускладнення

Захворювання може призвести до пневмонії, вушної інфекції, запалення мозку – енцефаліту, інших серйозних ускладнень, а також до інвалідності та смерті.

### Усі діти та дорослі, які не робили щеплення, під загрозою

На сьогодні існує високий ризик захворювання на кір серед дітей, які не отримали щеплення. Підлітки та дорослі, які раніше не хворіли на кір і не робили щеплення, також залишаються вразливими до інфекції. У дорослих кір зазвичай має набагато тяжчий перебіг.

Невакциновані медичні працівники найбільше наражаються на ризик захворіти.

### Ліків від кору не існує

Специфічного лікування від кору немає. Проте захворюванню можна запобігти.

## ВАКЦИНАЦІЯ ПРОТИ КОРУ

Щеплення проти кору проводять уже понад 50 років, і за ці роки вакцини зарекомендували себе як безпечний та ефективний спосіб профілактики. Саме завдяки вакцинації вдалося знизити захворюваність на кір у десятки разів. Тільки з 2000 до 2016 року смертність від кору знизилася на 79%, а це означає, що вакцини зберегли 20,3 мільйони дитячих життів у всьому світі. Щонайменше в п'яти регіонах світу кір має бути повністю викорінений до 2020 року – таку стратегічну мету проголосила ВООЗ. Переважна більшість європейців мають усі щеплення КПК (комбінованої трикомпонентної вакцини за календарем, тож у 42 із 53 країн Європи вдалося зупинити поширення кору. Проблемними залишаються ті країни, де рівень охоплення щепленнями недостатній. На жаль, серед цих країн іУкраїна.

**2 дози вакцини захищають від кору**

Вакцинація формує специфічний імунітет, унаслідок чого організм людини стає нечутливим до захворювання. Згідно з календарем в Україні в 12 місяців проводять перше щеплення від кору, а в 6 років – планову ревакцинацію. Ці дві дози вакцини забезпечують захист організму від хвороби.

Вакцина проти кору входить до складу комбінованої трикомпонентної вакцини (для профілактики кору, епідемічного паротиту, краснухи). Вакцини КПК містять живі штучно ослаблені віруси кору, паротиту і краснухи.

**Захист від кору потрібний, якщо:**

- Дитині виповнилося 12 місяців: не зволікайте із плановим щепленням КПК.
- Дитина старша від 1 року і ви пропустили перше щеплення – негайно надолужте його, звернувшись до вашого медичного закладу.
- Дитині 6 років – це час іти на планову ревакцинацію КПК.
- Ви пропустили планову ревакцинацію в 6 років. У цьому випадку зверніться до медичного закладу, адже тільки дві дози вакцини забезпечують повний захист.
- Дитині 6 та більше років і вона не має жодного щеплення КПК. У такому разі потрібно зробити два щеплення з інтервалом не менше одного місяця.
- Ви не пам'ятаєте про те, чи робили дитині щеплення КПК і не маєте документальних підтверджень. У цьому випадку дитину також потрібно вакцинувати.
- Підлітки, а також дорослі, що не хворіли на кір, не отримували щеплень від кору. Їм також потрібна вакцинація.

**Колективний імунітет потрібен нам усім**

Віруси не знають кордонів. Однак навіть якщо кір завезено з іншої країни, то в середовищі, де рівень охоплення вакцинацією не нижчий за 98%, хвороба не буде поширюватися. Охоплення вакцинацією формує так званий колективний імунітет.

**Протипоказання до вакцинації КПК**

Перелік протипоказань щодо вакцинації КПК невеликий. За світовими стандартами він не включає легкі застуди з температурою до 38°С. Вакцинацію не роблять, якщо є високий ризик серйозної

реакції, та при станах, коли імунна відповідь на введену вакцину не сформується:

1. Гостре захворювання, що супроводжується температурою, вищою за 38,5°С.
2. Серйозна алергічна реакція (анафілактичний шок) на попередню дозу вакцини чи відома алергічна реакція на один із компонентів вакцини (наприклад, на желатин, неоміцин, курячий білок тощо).
3. Захворювання і стани організму, при яких після введення вакцини імунітет може не сформуватися (наприклад, в умовах хіміотерапії в онкологічних хворих; при вживанні великих доз стероїдних гормонів; при вживанні ліків, що пригнічують імунітет; при СНІДі).
4. Вагітність. Вакциною КПК не прищеплюють вагітних, адже вона містить живі віруси. Щеплення проти кору необхідно зробити на етапі планування вагітності.

У разі виникнення тимчасових протипоказань до вакцинації дитина отримує так зване медвідведення від щеплень. Протипоказання на більший термін, ніж два тижні, може визначити тільки імунологічна комісія, що зазвичай збирається в районній лікарні або міській /обласній поліклініці. Потім пропущені за календарем щеплення потрібно надолужити.

**Якщо дитина контактувала з хворим на кір**

У разі контакту з хорим на кір негайно зверніться до лікаря. Якщо дитина контактувала з хворим, вона має отримати вакцинацію проти кору протягом перших 72 годин. У деяких випадках також показана екстрена профілактика шляхом введення імуноглобуліну.

***Дітям, які мають хронічні захворювання, вакцина необхідна***

Існує міф, що наявність у дитини бронхіальної астми, цукрового діабету чи інших хронічних захворювань є протипоказанням до вакцинації. Проте насправді такі малюки потребують щеплення в першу чергу, адже ризик зараження кором і розвитку серйозних ускладнень після хвороби для них значно вищий.

**Порадьтеся щодо вакцинації КПК зі своїм лікарем або медичною сестрою**

Щоб прийняти інформоване рішення про вакцинацію, поговоріть з лікарем. Підготуйтеся до консультації та складіть список питань, що вас турбують. Лікар розкаже про вакцину, можливі реакції організму на щеплення та порадить, як користуватися жарознижувальними препаратами, якщо в дитини підвищиться температура. Дізнайтеся, у якому випадку слід звернутися до лікаря та коли потрібно робити наступне щеплення.

**Скажіть лікарю, якщо:**

- вам здається, що дитина хвора;
- у дитини є алергія на ліки або їжу;
- раніше в дитини була сильна реакція на щеплення;
- у дитини є серйозні захворювання серця, легенів, нирок тощо;
- у дитини були судоми;
- дитина приймає якісь ліки;
- дитина проходила курс хіміотерапії, гормональної терапії, отримувала стероїди або ліки, що пригнічують імунітет;

- з моменту останнього щеплення минуло менше, ніж 4 тижні.

Якщо не довіряєте своєму лікарю, знайдіть того медичного працівника, з яким будете почуватися спокійно і впевнено.

**Стежте, щоб вакцини вводили правильно**

Вакцину ніколи не вводять у сідницю. Якщо вакцина потрапить у жировий прошарок, вона може втратити свої властивості. Якщо зачепити голкою сідничний нерв, це може призвести до больового синдрому та інших порушень.

**Зауважте, що:**

- дітям до трьох років укол роблять у передню поверхню стегна;
- дорослішим дітям укол роблять у плече.

**Після щеплення спостерігайте за дитиною**

Не йдіть з поліклініки одразу після щеплення. Залишіться на 20-30 хвилин, щоб лікар міг побачити, що в дитини немає реакції негайного типу на вакцину. Незначне почервоніння та дискомфорт у місці ін'єкції, підвищення температури – це нормальна реакція на щеплення. Ці симптоми – ознака того, що вакцина діє та організм дитини формує імунітет. Вони зазвичай самі минають за кілька діб. Якщо підвищена температура турбує дитину, ви можете дати їй жарознижувальне відповідно до порад вашого сімейного лікаря, терапевта чи педіатра.

**Зверніться до лікаря, якщо:**

- у дитини висока температура, яка важко збивається жарознижувальними препаратами;
- дитина тремтить або здригається так, наче їй холодно;
- дитина млява, дуже зблідла;
- дитина відмовляється від води та їжі, блює;
- дитина виражено занепокоєна, довго плаче.

## РИЗИКИ ВІДМОВИ ВІД ВАКЦИНАЦІЇ

Якщо невакцинована дитина заразиться і перехворіє на кір, у неї, певна річ, сформується природний імунітет проти цього захворювання. Однак кір має тяжкий перебіг і часто потребує госпіталізації. Хворі на кір довго залишаються заразними, їх потрібно ізолювати на тривалий час. Інфекція може викликати ускладнення (пневмонію, енцефаліт), призвести до інвалідності чи смерті.

Вакцина КПК, як і будь-які медичні препарати, може мати побічні дії, проте ризик ускладнень після кору незрівнянно вищий, аніж ризик проявів після щеплення.

З 1 000 людей, які заразилися кором, 1 помирає, 1 захворює на енцефаліт, а 50 отримують тяжкі ускладнення, від яких страждають усе життя. Водночас випадки складних реакцій на вакцину трапляються з меншою імовірністю, ніж один раз на мільйон.

Варто пам'ятати, що вакцинація є законним правом кожного з нас на захист від кору – захворювання, яке може призвести до ускладнень або смерті. А ще вакцинація – це наш обов'язок: перед нашими дітьми, рідними, громадою і всіма людьми, які нас оточують.