

	Russian
COVID-19 vaccination	Вакцинация от COVID-19
Protection for health and social care workers	Защита работников сферы здравоохранения и социального обеспечения
The COVID-19 vaccine is now available to help protect all frontline health and social care workers, including HSC Trust employees, care home staff and domiciliary and primary care staff	Вакцина от COVID-19 теперь доступна для обеспечения защитой всех занимающих передовые позиции работников сферы здравоохранения и соцобеспечения, включая сотрудников фонда HSC Trust, домов для престарелых, а также работников по оказанию услуг на дому и первичной медицинской помощи.
COVID-19 immunisation Protect yourself	Вакцинация от COVID-19 Защитите себя
Contents	Содержание
Why it's important to get your COVID-19 vaccination	Почему так важна вакцинация от COVID-19
Will the vaccine protect me?	Защитит ли меня вакцина?
Will the vaccine protect those I care for?	Вакцина защитит тех, о ком я забочусь?
Will the vaccine have side effects?	У вакцины есть побочные эффекты?
Who cannot have the vaccine?	Кому нельзя вводить вакцину?
What if I'm pregnant?	Что делать, если я беременная?
Can I go back to work after having my vaccine?	Можно вернуться на работу после введения вакцины?
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Я могу заразиться COVID-19 из-за введения вакцины?
What do I do next?	Что делать дальше?
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	Что делать, если мне нездоровится к следующему приёму?
After I have had the vaccine will I still need to follow all the infection prevention and control advice?	Пройдя вакцинацию, мне всё ещё следует придерживаться советов относительно профилактики и контроля инфекционных заболеваний?
I have had my flu vaccine, do I need the COVID-19 vaccine as well?	Может ли прививка от гриппа помочь в защите от COVID-19?
Getting your COVID-19 vaccination as soon as you can should protect you, and may help to protect your family and those you care for	Чем быстрее вы сделаете прививку от COVID-19, тем быстрее вы обезопасите себя, и, возможно, своих родных и подопечных.
The COVID-19 vaccine should help reduce the rates of serious illness and save lives, and will therefore reduce	Вакцинация от COVID-19 должна поспособствовать снижению показателя серьёзных заболеваний и

pressure on health and social care services.	спасти жизни – меньше давления на службы здравоохранения и соцобеспечения.
Why it's important to get your COVID-19 vaccination	Почему так важна вакцинация от COVID-19
If you're a frontline health and social care worker, you are more likely to be exposed to COVID-19 at work. Health and social care workers (particularly in care homes) are at much higher risk of repeated exposure to the infection.	Если вы работник сферы здравоохранения и соцобеспечения, занимающий передовую позицию, то вы, скорее всего, работаете в контакте с COVID-19. Такие работники (особенно в домах для престарелых) намного сильнее рискуют подвергнуться повторному воздействию инфекции.
Catching COVID-19 can be serious and may lead to long-term complications. These are more common in older staff or those with underlying clinical risk factors.	Заражение COVID-19 может серьезно отразиться на здоровье и привести к долгосрочным осложнениям. В большей степени это касается работников в возрасте и тех, у кого фактор риска завышен из-за исходных заболеваний.
You can have COVID-19 without any symptoms and pass it on to family, friends and patients/residents, many of whom may be at increased risk from coronavirus.	Заражение иногда протекает бессимптомно, и вы можете поделиться коронавирусом с родными, друзьями и пациентами/постояльцами, многие из которых находятся в повышенной зоне риска.
Being healthy doesn't reduce your risk of catching COVID-19 or passing it on.	Здоровый организм не уменьшает риск заражения COVID-19 и передачи инфекции другим людям.
With high rates of COVID-19, it's important to help stop the spread of coronavirus, to avoid pressure on the health service and to keep the health and social care workforce safe.	При наличии высокого показателя COVID-19 важно остановить распространение коронавируса, ослабить давление на медслужбы и обезопасить работников здравоохранения и соцобеспечения.
For more information on the COVID-19 vaccine and how to book, visit www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Дополнительную информацию о вакцинации от COVID-19 и записи на неё можно найти на странице www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Will the vaccine protect me?	Защитит ли меня вакцина?
The COVID-19 vaccination will reduce the chance of you suffering from COVID-19 disease. Like all medicines, no vaccine is completely effective and it	Вакцинация от COVID-19 уменьшит риск серьезно пострадать от вызванного инфекцией заболевания. Как и другие препараты, ни одна из

<p>takes a few weeks for your body to build up protection from the vaccine. Some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but this should lessen the severity of any infection.</p>	<p>вакцин не является на 100% эффективной, и вам понадобится несколько недель на то, чтобы вакцина начала защищать организм. Некоторые смогут заразиться COVID-19 несмотря на вакцинацию, однако заболевание не будет таким серьёзным.</p>
<p>The vaccine has been shown to be effective and no safety concerns were seen in studies of more than 20,000 people.</p>	<p>Основываясь на проведённые с участием 20.000 подопечных исследования, вакцина работает эффективно и не вызывает сомнения в её безопасности.</p>
<p>Will the vaccine protect those I care for?</p>	<p>Вакцина защитит тех, о ком я забочусь?</p>
<p>The evidence on whether COVID-19 vaccination reduces the chance of you passing on the virus is less clear. Most vaccines reduce the overall risk of infection, but some vaccinated people may get a mild infection or an infection with no symptoms and therefore be able to pass the virus on. It is highly likely that any infection in a vaccinated person will be less severe and that they will be infectious for a shorter period of time. We therefore expect that vaccinated health and social care staff will be less likely to pass infection to their friends and family and to the vulnerable people that they care for.</p>	<p>Показатели того, что вакцинация от COVID-19 уменьшает риск передачи вируса, не совсем ясны. Большинство вакцин снижают риск передачи инфекции, однако некоторые из привитых могут заразиться в лёгкой форме или стать бессимптомными носителями и разносчиками вируса. Есть высокая вероятность того, что инфекция у привитых людей окажется не такой сильной, и они будут оставаться заразными более короткий период времени. Поэтому мы считаем, что привитые работники здравоохранения и соцобеспечения вряд ли смогут заразить своих родных, друзей и менее защищённых подопечных.</p>
<p>Will the vaccine have side effects?</p>	<p>У вакцины есть побочные эффекты?</p>
<p>Like all medicines, vaccines can cause side effects. Most of these are mild and short term, and not everyone gets them. Even if you do have symptoms after the first dose, you still need to have the second dose. Although you may get some protection from the first dose, having the second dose will give you the best protection against the virus.</p>	<p>Как и у всех препаратов, у вакцины могут быть побочные эффекты. В основном они лёгкие и не долгосрочные, не у всех проявляются. Даже если у вас появятся симптомы после первой дозы, вам всё равно надо ввести вторую. Первая доза предлагает определённую защиту, но именно вторая лучше всего защитит от вируса.</p>

Very common side effects include:	Распространённые побочные эффекты:
<ul style="list-style-type: none"> • having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection. This tends to be worst around 1-2 days after the vaccine 	<ul style="list-style-type: none"> • болезненное ощущение, чувство тяжести в месте введения вакцины в руку – самое неприятное ощущение возникает через 1-2 дня после вакцинации
<ul style="list-style-type: none"> • feeling tired 	<ul style="list-style-type: none"> • чувство усталости
<ul style="list-style-type: none"> • headache 	<ul style="list-style-type: none"> • головная боль
<ul style="list-style-type: none"> • general aches, or mild flu like symptoms 	<ul style="list-style-type: none"> • ломка в виде лёгких гриппозных симптомов.
Although feeling feverish is not uncommon for two to three days, a high temperature is unusual and may indicate you have COVID-19 or another infection (see advice on page 6).	Хотя чувство озноба в первые два-три дня довольно распространённое явление, повышение температуры не является нормальным состоянием и может стать показателем наличия у вас COVID-19 или другой инфекции (рекомендации на стр. 6).
You can take the normal dose of paracetamol (follow the advice in the packaging) and rest to help you feel better. Do not exceed the normal dose.	Можно принять обычную дозу парацетамола (следуйте инструкциям на упаковке) и отлежаться. Не превышайте дозу.
These symptoms normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, call NHS 111. If you do seek advice from a doctor or nurse, make sure you tell them about your vaccination (show them the vaccination card) so that they can assess you properly.	Эти симптомы обычно проходят меньше чем за неделю. Если симптомы ухудшились или вы обеспокоены, то позвоните в ГСЗ по номеру 111. Если вам нужен совет врача или медсестры, обязательно упомяните вакцинацию (покажите им карточку), чтобы они могли правильно оценить состояние.
You can report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. You can do this online by searching Coronavirus Yellow Card or by downloading the Yellow Card app.	Вы можете сообщить о подозрительных побочных эффектах вакцины и лекарств, воспользовавшись системой «Жёлтой карточки». Введите онлайн «Coronavirus Yellow Card» или загрузите приложение «Yellow Card».
Who cannot have the vaccine?	Кому нельзя вводить вакцину?
The vaccines do not contain living organisms, and so are safe for people with disorders of the immune system. These people may not respond so well to	В вакцине не содержатся живые организмы, поэтому она безопасна для людей с нарушениями со стороны иммунной системы. Их реакция на вакцину может оказаться

the vaccine. There are very few individuals who cannot receive the COVID-19 vaccine, including those who have had a previous systemic allergic reaction to a previous dose of the same COVID-19 vaccine or to any component of the COVID-19 vaccine.	не очень хорошей. Есть некоторые люди, которым нельзя вводить вакцину от COVID-19, включая тех, у кого уже была системная аллергическая реакция на предыдущую вакцину от COVID-19 или любые из её компонентов.
If in doubt, speak to the relevant specialist or the local immunisation or health protection team.	Если есть сомнения, обратитесь за советом к соответствующему специалисту или бригаде иммунологов/защитников здоровья.
What if I'm pregnant?	Что делать, если я беременная?
Like all new medicines, the vaccines have not yet been tested in pregnant women. So, we advise that most low risk women should wait until their baby is born before they are vaccinated. Please speak to your employer about other ways to reduce your risk of COVID-19.	Как и все новые медицинские препараты, вакцина пока не испытывалась на беременных. Поэтому мы советуем женщинам в зоне наименьшего риска отложить вакцинацию до рождения ребёнка. Обсудите с работодателем другие способы уменьшить риск заражения COVID-19.
Most women who catch COVID-19 during pregnancy do not suffer a more serious outcome than non-pregnant women and will go on to deliver a healthy baby. As more safety data on the vaccine becomes available this advice may change. If you are pregnant, but believe you are at high risk, you may wish to discuss having the vaccine now with your doctor or nurse.	Большинство заразившихся во время беременности женщин не испытывают более серьёзные последствия, чем небеременные, и у них рождаются здоровые дети. По мере поступления большей информации о безопасности вакцины данный совет может измениться. Если вы в положении и находитесь в зоне повышенного риска, то обсудите возможность вакцинации на данном этапе со своим врачом или медсестрой.
If you find out that you are pregnant after you have had the vaccine, don't worry. The vaccines do not contain organisms that multiply in the body, so they cannot cause COVID-19 infection in you or your unborn baby. As for other vaccines, there will be a national monitoring system to follow up women who are vaccinated in pregnancy. We hope this will provide early reassurance for women as time goes on.	Если вы узнали о беременности после введения вакцины, ничего страшного. В вакцине не содержатся организмы, способные размножиться в вашем теле, поэтому они не передадут инфекцию вашему нерождённому малышу. Что касается других прививок, предполагается работа национальной системы мониторинга женщин, прошедших вакцинацию во время беременности. Надеемся, со временем она придаст женщинам уверенности.
Women of childbearing age, those who	Женщины детородного возраста,

are pregnant, planning a pregnancy or breastfeeding, please read the detailed information at www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	беременные, планирующие забеременеть и кормящие грудью – пожалуйста, ознакомьтесь с более подробной информацией на странице www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine
Can I go back to work after having my vaccine?	Можно вернуться на работу после введения вакцины?
Yes, you should be able to work as long as you feel well. If your arm is particularly sore, you may find heavy lifting difficult. If you feel unwell or very tired you should rest and avoid operating machinery or driving.	Да, вы сможете работать, если будете чувствовать себя хорошо. Если боль в руке довольно ощутимая, то вам будет тяжело поднимать тяжёлые предметы. Если почувствуете недомогание или усталость, то отдохните и откажитесь от управления оборудованием и транспортным средством.
Can I catch COVID-19 from the vaccine?	Я могу заразиться COVID-19 из-за введения вакцины?
You cannot catch COVID-19 from the vaccine but it is possible to have caught COVID-19 and not realise you have the symptoms until after your vaccination appointment. If you have any of the symptoms of COVID-19, stay at home and arrange to have a test.	Вы не сможете заразиться COVID-19 из-за введения вакцины, но вы могли уже оказаться заражённым без проявления симптомов к моменту приёма. Если у вас симптомы наличия COVID-19, то оставайтесь дома и организуйте проведение теста.
If you need more information on symptoms visit www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice Please continue to have the regular COVID-19 tests that your employer arranges.	Если вам нужна дополнительная информация о симптомах, зайдите на www.nidirect.gov.uk/articles/coronavirus-covid-19-overview-and-advice . Не забывайте регулярно сдавать тесты на COVID-19, организуемые вашим работодателем.
What do I do next?	Что делать дальше?
Plan to attend your second appointment. You should have a record card with your next appointment written on it, for a date between 3 and 12 weeks after the first.	Планируйте повторный приём. У вас должна быть карточка с указанием второго приёма, назначенного через 3-12 недель после первого.
Keep your card safe and make sure you keep your next appointment to get your	Держите карточку в надёжном месте и явитесь на следующий приём для

second dose.	введения второй дозы.
It is important to have both doses of the same vaccine to give you the best protection.	Для обеспечения максимальной безопасностью вам должны ввести обе дозы одинаковой вакцины.
What should I do if I am not well when it is my next appointment?	Что делать, если мне нездоровится к следующему приёму?
If you are unwell, it is better to wait until recovered to have your vaccine, but you should try to have it as soon as possible. You should not attend a vaccine appointment if you are self-isolating, waiting for a COVID-19 test or unsure if you are fit and well.	Если вам нездоровится, то лучше поправиться перед введением вакцины, однако постарайтесь получить её как можно быстрее. Не приходите на вакцинацию, если находитесь на самоизоляции, ожидаете результатов анализа на наличие COVID-19 или не уверены, как вы себя чувствуете.
After I have had the vaccine, will I still need to follow all the infection prevention and control advice?	Пройдя вакцинацию, мне всё ещё следует придерживаться советов относительно профилактики и контроля инфекционных заболеваний?
While two doses of the vaccine will reduce your chance of becoming seriously ill, no vaccine is completely effective and it will take a few weeks for your body to build up protection.	Несмотря на то, что введение обеих доз вакцины снизит риск серьезно заболеть, ни одна вакцина не является на 100% эффективной, и вам понадобится несколько недель на то, чтобы она начала защищать организм.
So, you will still need to follow the guidance in your workplace, including wearing the correct personal protection equipment and taking part in any screening programmes.	Поэтому вам всё ещё следует соблюдать правила на работе, включающие ношение соответствующих средств индивидуальной защиты и участие в программах скрининга.
To continue to protect yourself, your patients/residents, your family, friends and colleagues, you should follow the general advice at work, at home and when you are out and about:	Продолжайте оберегать себя, ваших пациентов/постояльцев, родных, друзей и коллег, следуя общим рекомендациям действия на рабочем месте, дома и на людях:
<ul style="list-style-type: none"> practise social distancing 	<ul style="list-style-type: none"> соблюдайте социальную дистанцию
<ul style="list-style-type: none"> wear a face covering 	<ul style="list-style-type: none"> носите защитную маску
<ul style="list-style-type: none"> wash your hands carefully and frequently 	<ul style="list-style-type: none"> тщательно и часто мойте руки
<ul style="list-style-type: none"> follow the current guidance 	<ul style="list-style-type: none"> придерживайтесь

www.nidirect.gov.uk/coronavirus	действующего руководства к действию: www.nidirect.gov.uk/coronavirus
Please read the product information leaflet for more details on your vaccine, including possible side effects, by searching Coronavirus Yellow Card. You can also report suspected side effects on the same website or by downloading the Yellow Card app. coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk	Ознакомьтесь с информационным буклетом о вводимой вам вакцине, включая её побочные эффекты, введя в поисковик «Coronavirus Yellow Card». Вы также можете сообщить о подозрительных побочных эффектах на этом же вебсайте или загрузив приложение «Yellow Card». coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk
Remember	Помните
COVID-19 is spread through droplets breathed out from the nose or mouth, particularly when speaking or coughing. It can also be picked up by touching your eyes, nose and mouth after contact with contaminated objects and surfaces.	Инфекция COVID-19 распространяется за счёт выдыхания капель из носа и рта, в основном в ходе разговора и кашля. Её также можно подхватить за счёт трогания глаз, носа и рта после контакта с заражёнными предметами и поверхностями.
I have had my flu vaccine, do I need the COVID-19 vaccine as well?	Может ли прививка от гриппа помочь в защите от COVID-19?
The flu vaccine does not protect you from COVID-19. As you are eligible for both vaccines you should have them both, but normally separated by at least a week.	Вакцина от гриппа не защитит вас от COVID-19. Если вам положены обе эти прививки, то сделайте их, только выждите как минимум неделю между их введением.
Vaccination, helping to protect those most vulnerable.	Вакцинация, стремление защитить самые уязвимые слои населения.
If you need more information on the COVID-19 vaccination please visit: www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine	Если вам нужна дополнительная информация о вакцинации от COVID-19, то зайдите на страницу www.nidirect.gov.uk/covid-vaccine