



OCTOBER 2023 Ukrainian  
DOH 820-244

## Захистіться від тривалого COVID – зробіть щеплення



**За оцінками дослідників із  
симптомами тривалого  
COVID стикнулися  
мільйони людей.**



**Тривалий COVID може  
розвинути у будь-кого,  
хто заразився цим  
вірусом.**



**Дослідження виявили, що  
люди, які не робили  
щеплення проти COVID-19,  
мають більшу схильність  
до розвитку тривалого**

Тривалий COVID, або захворювання після перенесення COVID (PCC), визначають як ознаки, симптоми або захворювання, які розвиваються після перенесення COVID-19. [Симптоми](#), зокрема втому, затуманена свідомість, кашель, утруднене дихання або задишка, біль, втрата нюхових чи зміна смакових відчуттів, жар, проблеми зі сном, зміни настрою тощо, можуть тривати тижнями, місяцями й роками.

Незалежно від віку, кожен, хто заразився COVID-19, стає вразливим до розвитку довготривалого COVID. Від нього частіше страждають люди, які не робили щеплення та мали серйозні симптоми COVID-19. Люди, які хворіли на COVID-19 кілька разів, також можуть стати вразливішими, зокрема до розвитку тривалого COVID.

Знизити ризик розвитку симптомів тривалого COVID можливо, якщо робити всі необхідні щеплення проти COVID-19. Проводити вакцинацію проти COVID-19

## Профілактика тривалого COVID

Найкращий спосіб профілактики тривалого COVID – [захистити себе та інших](#) від зараження COVID-19. [Зробивши всі необхідні щеплення проти COVID-19](#), ви отримуєте найкращий захист від цього вірусу й тяжкого перебігу хвороби. Окрім цього, можна захистити себе та інших від COVID-19, якщо утримуватися від близького контакту з людьми, яким діагностували COVID-19 або в яких підозрюють наявність вірусу, мити руки чи користуватись антисептиком на спиртовій основі, носити маску в місцях скупчення людей, робити тести на наявність COVID-19 і залишатися вдома, коли відчуваєте, що захворіли.

Вакцини проти COVID-19 доступні для осіб віком від 6 місяців і рекомендовані Centers for Disease Control and Prevention (CDC, Центри контролю та профілактики захворювань).

## Поточні дослідження

За оцінками дослідників із симптомами тривалого COVID стикнулися мільйони людей.

Наразі дослідження виявили, що більшу схильність до розвитку тривалого COVID мають такі категорії людей:

- **Люди, які не робили щеплення проти COVID-19**
- Люди, у яких спостерігався важкий перебіг COVID-19, особливо ті, хто потребував госпіталізації
- Люди, які страждають від супутніх захворювань
- Люди, у яких виявлено мультисистемний запальний синдром (MIS) під час або після перенесення COVID-19
- Люди, які хворіли на COVID-19 декілька разів

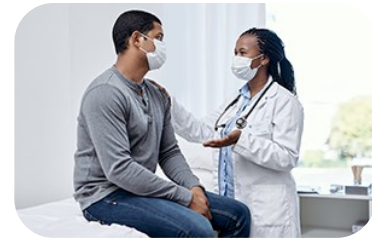
Хоча тривалий COVID у дітей і підлітків розвивається рідше, ніж у дорослих, довготривалі наслідки перенесеного COVID-19 можна зустріти й у них.

Згідно з [останніми дослідженнями](#) невакцинованим особам усе ще варто розглянути можливість щеплення проти COVID-19, навіть якщо вони вже перехворіли. Виявлено, що люди, які зробили щеплення після одужання від COVID-19, знизили ризик розвитку тривалого COVID.

## Консультація з лікарем щодо тривалого COVID

Тривалий COVID важко діагностувати через те, що на сьогодні не існує потрібних лабораторних тестів. Якщо ви підозрюєте в себе наявність тривалого COVID, [перед візитом](#) до лікаря, якому ви довіряєте, підготуйте такий список:

- Опис поточних і попередніх хвороб
- Будь-які препарати/дієтичні добавки, які ви приймаєте
- Усі симптоми, які з'явилися після перенесеного COVID-19, зокрема інформація про те, коли вони виникли вперше, як часто повторюються, що полегшує та погіршує стан і як вони впливають на ваше життя
- Усі інші методи лікування, які ви застосовували, і тести, які робили через симптоми, що, на вашу думку, з'явилися після перенесеного COVID-19



[Тривалий COVID можна вважати інвалідністю відповідно до Americans with Disabilities Act \(Закон про захист прав громадян США з особливими потребами\)](#), якщо він обмежує вашу можливість виконувати певні дії, наприклад піклуватися про себе, ходити, взаємодіяти з іншими чи працювати.

Щоб отримати цей документ в іншому форматі, зателефонуйте за номером 1-800-525-0127. Клієнтів із глухотою або з ослабленим слухом просимо телефонувати за номером 711 (Washington Relay) або писати на адресу електронної пошти [doh.information@doh.wa.gov](mailto:doh.information@doh.wa.gov).



Найближчі заклади, у яких проводять вакцинацію проти COVID-19, наведено на сайті [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov)

Маєте запитання?  
Електронна пошта:  
[COVID.Vaccine@doh.wa.gov](mailto:COVID.Vaccine@doh.wa.gov)