

Важная информация для пациентов с  
сердечно-сосудистыми заболеваниями

# Защитите свое сердце от гриппа



Почему важно защититься от этой респираторной  
инфекции

---

Грипп – это не просто простудное заболевание. он может протекать в тяжелой форме и оказывать значительную нагрузку на сердечно-сосудистую систему. Особенно у людей с заболеваниями сердца риск развития осложнений значительно выше.

**К наиболее распространенным симптомам относятся:**

 высокая температура  
(часто выше 38,5 °C)

 озноб

 сухой кашель

 головная боль, боль в  
горле и суставах

 выраженное недомога-  
ние и слабость

---

**Инфекция, последствия которой могут сказаться на  
сердце**

 Лица старше 60 лет и пациенты с хроническими сердечно-сосудистыми заболеваниями относятся к группе повышенного риска тяжелого течения гриппа.

 В течение первых 30 дней после заражения гриппом существенно возрастает риск развития инфаркта миокарда. Это связано с тем, что воспалительные процессы могут привести к разрыву отложений в сосудах, а недостаток кислорода и стресс создают дополнительную нагрузку на сердце.

 У людей с уже имеющейся сердечной недостаточностью возможно ухудшение состояния. Кроме того, при поражении сердца вирусами может развиваться воспаление сердечной мышцы.

Полезно для сердца:

# Вакцинация как способ защиты от гриппа

Ежегодная вакцинация против гриппа современной вакциной, рекомендованной Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ), может защитить от тяжелого течения заболевания. Лучше всего делать прививку осенью, до начала сезона гриппа.

**Постоянная комиссия по вакцинации (STIKO) рекомендует проведение вакцинации против гриппа следующим группам:**

- ♥ всем лицам старше 60 лет – с использованием вакцины с высокой эффективностью, специально предназначенной для данной возрастной группы
- ♥ лицам любого возраста с хроническими сердечно-сосудистыми заболеваниями или другими основными заболеваниями
- ♥ беременным женщинам, начиная со второго триместра беременности (при наличии сопутствующих заболеваний – начиная с первого триместра), а также лицам, тесно контактирующие с пациентами с ослабленным иммунитетом

**Основные причины для вакцинации против гриппа:**

- ♥ защита от тяжелого течения гриппа и таких осложнений, как воспаление легких
- ♥ снижение риска инфаркта миокарда и инсульта после перенесенного гриппа
- ♥ меньшая нагрузка на сердце и снижение риска ухудшения уже имеющейся сердечной недостаточности

Вся информация также  
доступна на сайте



**Обсудите со своим кардиологом возможность вакцинации против гриппа.**

[herzmmedizin.de/herzen-impfen](https://herzmmedizin.de/herzen-impfen)