

Важно:Памятка носит рекомендательный характер. Если у ребенка хронические заболевания, схему подготовки должен назначать лечащий врач.

За 2–3 дня до прививки

1. Оцените состояние здоровья

- Измерьте температуру. Она должна быть нормальной (36,6–36,8°C).
- Осмотрите горло (оно должно быть розовым) и нос (дыхание свободное).
- Убедитесь, что за 2 недели не было контактов с больными ОРВИ.

2. Сдайте анализы (если врач назначил)

- Общий анализ крови и мочи — для детей с аллергией, неврологическими проблемами или перед БЦЖ, АКДС.
- Консультация узких специалистов — при наличии хронических болезней.

3. Не вводите новые продукты

- Грудничкам — не давайте прикорм.
- Детям постарше — исключите потенциальные аллергены (цитрусовые, шоколад, яйца, красные ягоды, экзотические фрукты).

4. Скорректируйте прием лекарств

- Антигистаминные (от аллергии) — только по назначению врача (обычно за 2 дня до и 2 дня после).
- Жаропонижающие — не нужны до прививки, даже "для профилактики".

В день вакцинации (с утра)

Покормите ребенка, но не перекармливайте. Лучше дать легкий завтрак (каша, йогурт, суп). Грудничка покормите перед выходом.

Соблюдайте питьевой режим — давайте воду по желанию, не поите насильно.

Оденьте по погоде + один лишний слой. Перегрев и переохлаждение — лишний стресс для иммунитета.

Возьмите с собой в поликлинику:

- Паспорт и прививочный сертификат
- Пеленку или подгузник
- Влажные салфетки
- Воду в поильнике
- Любимую игрушку или книжку (для отвлечения)

В поликлинике: до и после вакцинации

Минимизируйте контакты

- Не ходите по коридорам. Один родитель стоит в очереди, второй гуляет с ребенком на улице или в холле у входа.

Осмотр врача обязателен!

Педиатр должен измерить температуру, послушать легкие, осмотреть горло и кожу.

Сразу после вакцинации

- Оставайтесь в поликлинике **20–30 минут** (время для оказания помощи при редкой аллергической реакции).
- Дайте попить воды, приложите к груди (грудничку), отвлеките игрушкой.

Первые 3 дня после вакцинации

НОРМАЛЬНО (и не требует паники):

- Капризность, сонливость или, наоборот, беспокойство
- Небольшое покраснение, припухлость или уплотнение в месте укола (до 5–8 см)
- Температура до 38,5°C (особенно после АКДС, Превенара, Менактры) — длится 1–2 дня