

## Дізнайтеся більше

Проскануйте QR-код, потім натисніть кнопку **Tip Sheets** (Короткі поради), щоб перейти до переліку інформаційних матеріалів і посилань.



**Спілкуючись із клієнтами, говоріть просто і чесно, а також спирайтесь на факти.**



Коли ви ділитесь перевіреною інформацією, люди більше вам довіряють.

**Що саме варто знати про вакцинацію.**

**Ключові факти про вакцинацію для CHW.**

**Що потрібно знати, щоб впевнено говорити про вакцинацію.**



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).

Профінансовано на кошти гранту, отриманого Washington State Department of Health (Департамент охорони здоров'я штату Вашингтон) від US Centers for Disease Control and Prevention (Центри з контролю та профілактики захворювань США) (6NU50CK000515-05-14).  
**DOH 130-118 April 2026 Ukrainian**



## Ось кілька фактів про вакцинацію.



Вакцини **ретельно випробовують**, перш ніж допустити до використання. І навіть після затвердження продовжується регулярний контроль їхньої безпеки.



Вакцинація **рятує життя**, оскільки запобігає хворобам, інвалідності та смерті. Вакцинація – найкращий захист від низки захворювань, як-от поліомієліт, кір, COVID-19 тощо.



Якщо ви все ж захворієте після вакцинації перебіг хвороби **з меншою ймовірністю** буде небезпечним або смертельним.



Вакцинація **допомагає організму розпізнавати** інфекції й боротися з ними. Вона також запобігає поширенню хвороби в громаді.

## Нижче наведено перелік поширених щеплень і коли їх рекомендовано робити.

- **ДЛЯ ДІТЕЙ ВІД НАРОДЖЕННЯ ДО 12 МІСЯЦІВ:**  
щеплення проти гепатиту В після народження, РСВ, ротавірусу, дифтерії/правця/кашлюка, гемофільної інфекції типу b, пневмококової інфекції, поліомієліту, COVID-19 і грипу.
- **ДЛЯ ДІТЕЙ ВІКОМ ВІД 1 ДО 8 РОКІВ:**  
щеплення додатковими дозами деяких вакцин, які вводять немовлятам, а також щеплення вакциною проти гепатиту А, кору/паротиту/краснухи, вітряної віспи та грипу.
- **ДЛЯ ДІТЕЙ ВІКОМ ВІД 9 ДО 18 РОКІВ:**  
щеплення проти ВПЛ у віці 9 років, правця/дифтерії/кашлюка, менінгококової інфекції у віці 11 років, грипу й COVID-19 щосені.
- **ДЛЯ ДОРΟΣЛИХ:**  
щеплення проти грипу, COVID-19, оперізуючого герпесу, а також щеплення бустерними дозами вакцин проти РСВ, пневмококової інфекції, правця/дифтерії/кашлюка.
- **ЩЕПЛЕННЯ У ПЕРІОД ВАГІТНОСТІ:**  
під час вагітності рекомендується вакцинуватися проти правця, дифтерії та кашлюка, проти грипу, COVID-19 і РСВ, щоб захистити вагітну та плід.

Дія кожної вакцини індивідуальна. Клієнту варто обговорити з лікарем, щеплення якими вакцинами слід зробити, особливо в разі ослабленого імунітету. Записатися на щеплення можна в більшості аптек, місцевих клінік і департаментів охорони здоров'я.

## Дізнайтеся більше

Проскануйте QR-код, потім натисніть кнопку **Tip Sheets** (Короткі поради), щоб перейти до переліку інформаційних матеріалів і посилань.



## Під час спілкування з клієнтами про вакцинацію важливе значення мають ваш тон і ставлення.



Нижче наведено кілька порад про те, як зробити розмову продуктивною й невимушеною.

## Мати запитання про вакцинацію нормально



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).

Профінансовано на кошти гранту, отриманого Washington State Department of Health (Департамент охорони здоров'я штату Вашингтон) від US Centers for Disease Control and Prevention (Центри з контролю та профілактики захворювань США) (6NU50CK000515-05-14).  
**DOH 130-118 April 2026 Ukrainian**



Про вакцинацію існує багато неправдивої та недостовірної інформації, а клієнти можуть говорити про свої сумніви, занепокоєння й висловлювати різкі або категоричні думки. Незалежно від того, якої думки дотримуетесь ви й ваші клієнти, навіть якщо ваші погляди відрізняються, можна змістовно й увічливо говорити про важливість вакцинації.

- Запитайте, чи людина хоче поговорити про вакцинацію.
- Говоріть спокійно та з повагою.
- Спочатку вислухайте, а потім відповідайте. Добре подумайте над відповіддю.
- Поцікавтеся, чи має клієнт якісь запитання.
- Говоріть рівно, без тиску.
- Покажіть, що ви розумієте почуття людини.
- Будьте делікатними і м'яко підтримуйте людину зробити крок.



**Будьте допитливими й не робіть квапливих висновків. Ставте відкриті запитання, щоб зрозуміти, яких поглядів і цінностей дотримується клієнт.**

наприклад:

«Що ви вже чули про вакцинацію? Які запитання у вас виникають щодо щеплень для вашої родини?»

**Визнавайте право клієнта на сумніви й не осуджуйте.**

наприклад:

«Не лише ви маєте запитання про вакцинацію. Усі ми хочемо захистити себе і близьких. В інтернеті й соціальних мережах міститься багато суперечливої та плутаної інформації, і це може збивати з пантелику».

**Підкреслюйте переваги вакцинації для клієнта.**

наприклад:

«Бачу, ви турбуєтеся про здоров'я рідних. Вакцинація допоможе вам і їм захиститися від хвороб».

**Говоріть просто й доброзичливо, водночас даючи зрозуміти, що надаєте достовірну інформацію.**

наприклад:

«Чи можу я розповісти, що мені відомо про те, як вакцинація захищає вас і ваших рідних?»

**Пропонуйте інформаційні матеріали й підтримку.**

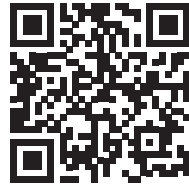
наприклад:

«Якщо вам цікаво, я можу надати інформацію, яка допоможе отримати відповіді на деякі з ваших запитань про вакцинацію. Крім того, якщо захочете дізнатися більше, ми завжди можемо продовжити нашу розмову».



## Дізнайтеся більше

Проскануйте QR-код, потім натисніть кнопку **Tip Sheets** (Короткі поради), щоб перейти до переліку інформаційних матеріалів і посилань.



**Коли клієнти діляться з вами сумнівами щодо вакцинації, відповідайте доброзичливо, виявляючи підтримку, і спирайтесь на факти.**

Ваші відповіді можуть стати початком плідної розмови, яка допоможе клієнту **зрозуміти**, чи потрібна вакцинація.



**Я допоможу розібратися з вашими сумнівами**



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).

Профінансовано на кошти гранту, отриманого Washington State Department of Health (Департамент охорони здоров'я штату Вашингтон) від US Centers for Disease Control and Prevention (Центри з контролю та профілактики захворювань США) (6NU50CK000515-05-14).  
**DOH 130-118 April 2026 Ukrainian**



## Ось деякі з поширених сумнівів клієнтів.

Ці відповіді можна адаптувати під свій стиль. Виявляйте співчуття й зацікавленість, водночас спираючись на факти.

### «Я чув(-ла), що люди хворіють внаслідок вакцинації».

Іноді після щеплення може бути біль у руці або температура – це нормальна реакція організму. Можливе відчуття втоми й легке підвищення температури тіла протягом одного дня. Серйозні ускладнення трапляються дуже рідко.

### «Я прочитав(-ла) в мережі, що вакцинація спричиняє аутизм».

Вакцинація не спричиняє аутизм. Учені досліджували це питання роками. Чинниками виникнення аутизму є гени та вплив довкілля. Розумію, що це лякає. Насправді дослідження показали, що вакцинація не пов'язана з аутизмом.

### «Я не маю страхування, а вакцини коштують дорого».

Більшість вакцин безкоштовні або недорогі. У штаті Вашингтон діти віком до 19 років можуть вакцинуватися безкоштовно. Також діє програма, за якою дорослі без страхування віком від 19 років можуть отримати вакцини за низькою ціною.

### «Я боюся вакцинуватися через свій імміграційний статус».

Щоб вакцинуватися, не потрібно повідомляти свій імміграційний статус.

### «Я вже хорів(-ла) на ковід і почуваюся добре».

Захворіти на COVID-19 можна повторно. Це може призвести до виникнення довгострокових симптомів або підвищення ризику появи інших проблем зі здоров'ям, як-от серцеві захворювання. Навіть якщо ви вже хворіли, можна захворіти знову. Вакцина допомагає знизити ризик ускладнень.

### «Лікарі хочуть, щоб люди вакцинувалися, бо для них це вигідно».

Лікарі рекомендують вакцинацію, тому що вона допомагає запобігти серйозним захворюванням.

### «Мені вже робили це щеплення. Чому потрібно робити його знову?»

Віруси мутують, і вакцини оновлюють, щоб забезпечувати від них кращий захист. Віруси змінюються, тому іноді потрібні оновлені вакцини або повторні щеплення.

### «Пастор моєї церкви каже, що мені не варто вакцинуватися».

Розумію, що для вас це важливо. Багато релігій підтримують турботу про здоров'я. Якщо хочете, можемо подивитися факти разом. Я можу надати додаткову інформацію.



## Дізнайтеся більше

Проскануйте QR-код, потім натисніть кнопку **Tip Sheets** (Короткі поради), щоб перейти до переліку інформаційних матеріалів і посилань.



## Заохочуйте клієнтів до ведення здорового способу життя, поважаючи їхню культуру.



Поясніть клієнту, що вакцинація захищає від серйозних захворювань, але не забувайте підтримувати його рішення. Продовжуйте говорити про вакцинацію, щоб краще зрозуміти його точку зору.

## Як і вакцинація, ці звички допомагають вам залишатися здоровими



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).

Профінансовано на кошти гранту, отриманого Washington State Department of Health (Департамент охорони здоров'я штату Вашингтон) від US Centers for Disease Control and Prevention (Центри з контролю та профілактики захворювань США) (6NU50CK000515-05-14).  
**DOH 130-118 April 2026 Ukrainian**



Серед ваших клієнтів можуть трапитися ті, хто не хоче вакцинуватися. Як CHW ви можете й далі розповідати про наукове обґрунтування вакцинації, водночас виявляючи повагу до рішення клієнта. Нижче наведено низку порад на щодень, які допоможуть вашим клієнтам, їхнім рідним і громадам залишатися здоровими.

### Якщо ви захворіли:

- Пам'ятайте: маленькі діти, немовлята, літні люди й люди з хронічними захворюваннями **мають вищий ризик** розвитку небезпечних побічних ефектів багатьох хвороб.
- Якщо є змога, **залишайтеся вдома** й уникайте людних закритих приміщень.
- Коли кашляєте або чхаєте, **прикривайте рота** ліктем або хусткою.
- **Носіть маску-респіратор N95**, щоб запобігти поширенню респіраторних вірусів, які є збудниками таких захворювань, як COVID-19 і грип.
- Часто **мийте руки**.
- Якщо ви отримали позитивний результат тесту на COVID-19, противірусні лікарські засоби, як-от Paxlovid, можуть допомогти **видужати швидше й запобігти серйозним ускладненням**.

### Як захиститися від хвороб.

- Дотримуйтеся здорового збалансованого режиму харчування, підтримуйте фізичну активність і дбайте про достатню кількість сну, щоб **зміцнити імунну систему**.
- Не пропускайте профілактичні **візити до лікаря й медичні огляди**. Відвідуйте лікаря принаймні раз на рік. Регулярні медичні огляди допоможуть підтримувати ваше здоров'я та знизять ризик виникнення хвороб.
- **Мийте руки** після користування туалетом, перед їжею й перш ніж торкатись обличчя.

### Вакцинація – найефективніший спосіб запобігти виникненню багатьох хвороб.

- Вакцинація може **захистити вас** від низки смертельних захворювань.
- Дослідження показали, що **вакцинація рятує життя**, запобігає виникненню захворювань і стражданням. Завдяки вакцинації деякі хвороби, як-от поліомієліт і кір, виникають значно рідше, а ризик появи пов'язаних з ними незворотних порушень знизився.

