



Вакцинация от COVID-19 и алкоголь

Вакцинация от COVID-19 касается всех и каждого. Многим предстоит сделать первую прививку или ревакцинацию накануне или вскоре после новогодних праздников. Не повредит ли эффективности вакцины бокал шампанского, выпитый под бой курантов?

Алкоголь снижает эффективность вакцинации?

Ученые утверждают: пока нет убедительных доказательств того, что алкоголь препятствует образованию защитных антител.

Но точно известно, что употребление спиртного не укрепляет иммунитет и не повышает устойчивость организма к вирусным инфекциям.

Советы специалистов относительно сроков воздержания от горячительных напитков до и после вакцинации в разных странах мира несколько отличаются.

Российские рекомендации предписывают воздерживаться от алкоголя в течение трех дней после каждой инъекции. Впрочем, этот совет относится ко всем без исключения вакцинам.

Дело в том, что первые 48-72 часов после прививки – период, когда наиболее вероятно появление легких последствий, таких как усталость, мышечные боли, боль в месте инъекции. Алкоголь может усугубить эти симптомы.

Еще несколько причин отказаться от спиртного.

Алкоголь относится к психоактивным веществам, депрессантам, он угнетающе действует на нервную систему человека.

Регулярное употребление спиртного негативно влияет на все органы и системы организма. В долгосрочной перспективе, увеличивается риск развития цирроза печени, злокачественных новообразований, панкреатита, язвы желудка, инсульта, инфаркта миокарда и возникновения тромбов.

Алкогольные напитки категорически нельзя сочетать с лекарственными препаратами. Например – с обезболивающими, снотворными, антидепрессантами, нейролептиками, антибиотиками. Алкоголь может ослабить или усилить действие лекарств, вызвать побочные эффекты, вплоть до летального исхода.

После вакцинации у человека начинают вырабатываться антитела, задача которых – уничтожить коронавирус. Но после выпитого спиртного все силы организма будут уходить на удаление продуктов распада алкоголя, а не на формирование иммунной защиты.

При чрезмерном употреблении спиртного в организме образуются алкогольные альдегиды, они могут негативно влиять на работу иммунитета. Возникают метаболические расстройства, связанные с обменом углеводов, жиров, и белков. А белки – это основной материал, из которого строятся антитела (иммуноглобулины). При дефиците этих “строительных материалов” антител будет вырабатываться меньше, защита от вируса будет слабее.

Нет безопасного уровня потребления алкоголя – риск вреда здоровью растёт с каждым выпитым бокалом.

Разумное решение – создать лучшие условия для действия вакцины: полноценно питаться, не переохлаждаться, больше отдыхать и воздержаться от алкоголя.

