



ВАКЦИНЫ ОТ COVID ТЕПЕРЬ ДОСТУПНЫ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ 12+

С 12 мая 2021 года вакцину от COVID-19 могут получить все люди в возрасте от 12 лет и старше. В настоящее время молодые люди младше 18 лет должны будут получить вакцину Pfizer. Вакцинация от COVID-19 в настоящее время проводится во многих различных местах, таких как поликлиники и больницы, супермаркеты Safeway, аптеки, аптечные магазины, аптечные сети Rite Aid и Walgreens, магазины Walmart, ярмарка штата Cal Expo, в северной части штата Калифорния (Cal NorthState), округ Сакраменто, парк Макклеллан и других небольших общественных местах.

В округе Сакраменто в некоторых пунктах вакцинации могут попросить записаться на прием с целью вакцинации от COVID-19 вас или членов вашей семьи, но во многих местах в настоящее время принимают без предварительной записи.

Для вакцинации от COVID-19 молодым людям младше 18 лет требуется согласие родителей. Участники должны иметь при себе любой документ, удостоверяющий личность, в котором указаны имя и дата рождения, если таковой имеется. Однако для вакцинации от COVID-19 не требуется гражданство США, законное место жительства или медицинская страховка. Все вакцины от COVID-19 **БЕСПЛАТНЫ**.

Записаться на прием для вакцинации от COVID-19 можно на странице <https://myturn.ca.gov/>. Если вам нужна помощь в записи на прием, вы можете позвонить по телефону 211 или (916) 529-4519.

**ВОПРОСЫ? ПОЗВОНИТЕ НА ГОРЯЧУЮ
ЛИНИЮ COVID ОКРУГА САКРАМЕНТО
(916) 875-2400**

В апреле 2020 года отдел здравоохранения округа Сакраменто открыл горячую линию COVID округа Сакраменто. Если у вас есть вопросы относительно тестирования на COVID-19, вакцинации от COVID-19, симптомов COVID-19 и т.д., то Горячая линия COVID-19 округа Сакраменто - отличный способ поговорить с волонтерами Sacramento Medical Reserve Corp, которые обладают обширными знаниями по всем темам, связанным с COVID-19.

На горячую линию COVID округа Сакраменто можно позвонить по телефону (916) 875-2400. Она работает с понедельника по пятницу с 8:00 до 17:00. Если вы предпочитаете писать по электронной почте, отправляйте общие вопросы о COVID-19 по адресу COVID19@saccounty.net. Если у вас есть вопросы, связанные с вакциной COVID-19, напишите по адресу COVID19vaccine@saccounty.net.

В этом выпуске

Преимущества вакцин от COVID	2
Безопасность вакцины	2
Месяц психического здоровья	3



КАКОВЫ ПРЕИМУЩЕСТВА ВАКЦИНАЦИИ ДЕТЕЙ ОТ COVID-19?

Вакцина COVID-19 очень эффективна для предотвращения заражения людей COVID-19. Преимущества вакцинации детей включают:

- **Защита детей от болезней:** Хотя дети реже заболевают COVID-19, они все же могут заболеть. Длительные эффекты COVID-19 у детей пока не известны. У некоторых людей COVID-19 вызывает длительные симптомы, включая усталость, затрудненное дыхание, боль в суставах и даже депрессию и беспокойство. COVID-19 также был связан со случаями редкого, потенциально серьезного состояния, известного как мультисистемный воспалительный синдром у детей (MIS-C).
- **Защита сообщества:** Дети заражаются COVID-19 и передают вирус другим. Это очень заразный вирус, и нам нужен высокий уровень иммунитета, чтобы остановить его распространение. Дети до 18 лет составляют около 24% населения Сакраменто. Чтобы защитить все наше сообщество, нам необходимо сделать детям прививки. Это особенно важно для защиты людей из группы высокого риска. Если у кого-то в вашей семье ослаблена иммунная система, вы должны убедиться, что все вокруг вакцинированы.
- **Предотвращение вариантов COVID-19:** Остановка распространения COVID-19 очень важна для предотвращения развития новых вариантов. Чем больше вирус передается от человека к человеку, тем больше у него шансов превратиться в более заразный или опасный штамм.

Посетите веб-сайт Американской академии педиатрии [HealthyChildren.org](https://www.healthychildren.org), чтобы получить дополнительную информацию для семей о вакцине COVID-19.

- **Улучшение благополучия детей:** Наконец, вакцинируя детей и сокращая вспышки заболеваний, сообщества могут на шаг приблизиться к обычному школьному расписанию, занятиям спортом, игровым мероприятиям и внеклассным мероприятиям для детей. Это важно для физического и психического здоровья детей, которые упустили эти возможности в течение последнего года.

БЕЗОПАСНОСТЬ ВАКЦИН ДЛЯ ДЕТЕЙ

До получения разрешения FDA (Управление по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов) на экстренное использование, клинические испытания показали, что вакцины от COVID-19 чрезвычайно безопасны и эффективны для взрослых и подростков в возрасте от 16 лет и старше. В испытаниях участвовали десятки тысяч добровольцев. После получения дополнительных данных о безопасности для подростков младшего возраста FDA предоставило разрешение на вакцинацию подростков в возрасте от 12 лет и старше. Клинические испытания проводятся на детях в возрасте от шести месяцев.

За вакцинами по-прежнему очень внимательно следят. Фактически, Центры профилактики и контроля заболеваемости (CDC) говорят, что относительно вакцин от COVID-19 будет осуществляться «самый интенсивный мониторинг безопасности в истории США».

Вакцины от COVID-19 безопасны, но у вашего ребенка могут возникнуть некоторые краткосрочные побочные эффекты. В клинических испытаниях у некоторых подростков не было побочных эффектов, а у некоторых были побочные эффекты, аналогичные тем, о которых сообщили взрослые:

- боль, покраснение и отек в месте инъекции
- жар
- озноб
- головная боль
- утомление
- тошнота
- боль в мышцах

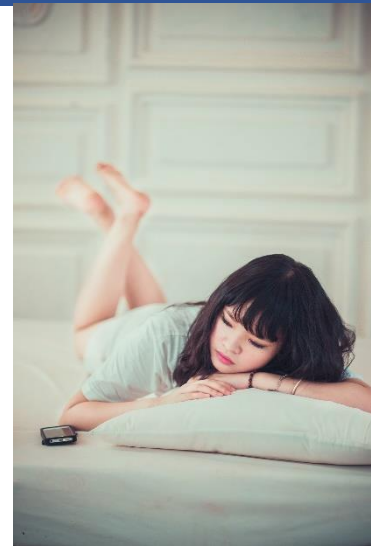
МАЙ - ЭТО МЕСЯЦ ИНФОРМАЦИИ О ПСИХИЧЕСКОМ ЗДОРОВЬЕ

Пандемия COVID-19 оказала значительное влияние на всех в сообществе. Как и все остальные, молодежь пережила за последний год значительное количество корректировок и изменений в ответ на пандемию. Так как учебный год 2020–2021 подходит к концу, и учащиеся уходят на летние каникулы, то Департамент образования Калифорнии создал список ресурсов для решения проблем психического здоровья и благополучия, пока школы закрыты. Ниже приведен список ресурсов, к которым учащиеся и их семьи могут обратиться за поддержкой.

Дополнительные ресурсы можно найти по адресу: <https://www.cde.ca.gov/ls/cg/mh/studentcrisishelp.asp>

- [Горячая линия помощи подросткам и молодежи](#). Телефон доверия для подростков, по которому можно получить совет, преодолеть кризис и депрессию. Вам нужна помощь в решении каких-либо вопросов? Вы хотите поговорить с кем-то, кто понимает как другой подросток? Мы здесь, чтобы помочь!
- [Национальная служба предупреждения самоубийств](#) 1-800-273-8255
Круглосуточная бесплатная конфиденциальная горячая линия по предотвращению самоубийств доступна для всех, кто находится в суицидальном кризисе или эмоциональном стрессе. Предоставляются консультанты, говорящие по-испански, а также доступны возможности для глухих и слабослышащих.
 - Национальная линия по предотвращению самоубийств предлагает бесплатные услуги на испанском языке для тех, кто находится в кризисной ситуации или нуждается в помощи, звоните 1-888-628-9454.
 - возможности для глухих и слабослышащих 1-800-985-5990 или отправьте сообщение «TalkWithUs» (Поговорите с нами) на номер 66746

- [Crisis Text Line](#)
Crisis Text Line - единственная общенациональная горячая линия для оказания помощи посредством SMS-сообщений в кризисных ситуациях, работающая круглосуточно и без выходных. Чтобы связаться с Crisis Text Line, отправьте текстовое сообщение HOME (ДОМ) на номер 741-741.
- [Горячая линия для ветеранов](#)
Круглосуточная бесплатная конфиденциальная горячая линия предоставляет возможность доступа к телефону, веб-чату и текстовым сообщениям ветеранам вооруженных сил, находящимся в кризисных ситуациях, а также их семьям и друзьям. Предоставляются возможности для глухих и слабослышащих.
 - Позвоните на горячую линию для ветеранов по телефону 1-800-273-8255 и нажмите 1 или отправьте текстовое сообщение на номер 838255.
- [Проект «Trevor»](#)
Общенациональная организация предоставляет круглосуточную горячую линию по телефону, а также ограниченный час веб-чата и текстовых сообщений для лесбиянок, геев, бисексуалов, транссексуалов и молодежи, задающей вопросы.
 - Trevor Lifeline - это общенациональная круглосуточная бесплатная конфиденциальная горячая линия по предотвращению самоубийств для молодежи LGBTQ. Звоните по номеру 1-866-488-7386 24/7
 - Конфиденциальный обмен мгновенными сообщениями онлайн с консультантом Trevor 24/7
 - Конфиденциальный обмен текстовыми сообщениями с консультантом Trevor 24/7. Отправьте сообщение «START» («НАЧАТЬ») на номер 678678.
 - Чтобы связаться с TrevorText, нужно отправить текстовое сообщение «TREVOR» на номер 1-202-304-1200 (доступно с понедельника по пятницу с 15:00 до 22:00 по ET).
- [Trans Lifeline \(горячая линия для трансгендеров\)](#) 1-877-565-8860
Trans Lifeline - это транснациональная организация, которая объединяет трансгендеров с сообществом.



Дополнительные ресурсы можно найти на веб-странице [SCPH Schools](#) (школы отдела здравоохранения округа Сакраменто).