20. Людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями и пожилым людям нужно ежегодно прививаться от гриппа

Выгодность исходной версии: высокая | Доказательность A · исходная версия | для жизни | немного денег | мимоходом | без силы воли | Частично Китай | Спорно | Российские данные: частично

> Китайские условия и российские данные разделены по полям. Российская сверка частичная; непроверенные поля отмечены отдельно. Оценки и фильтры относятся к исходной версии.

Оценки выше относятся к исходной версии; отдельная оценка российского варианта не проводилась.

Простыми словами

> **Китай — исходная версия.** В том испытании, где прививку от гриппа делали после инфаркта, доля умерших в течение года снизилась с 4.9% до 2.9%. Людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями и пожилым людям — по одной прививке каждую осень, от 50 до 150 юаней в Китае.

> **Россия.** В России прививку от гриппа рекомендуют делать раз в год, лучше в начале осени. Врачи особенно рекомендуют её людям с хроническими заболеваниями. Вакцинация добровольная и проводится с информированного согласия.

Затраты

Китай — исходная версия. Одна прививка в Китае стоит от 50 до 150 юаней. Делать раз в год, осенью.

Россия. Стоимость прививки в этих источниках не указана.

Цена в России (ориентир)

прививка от гриппа (за одну прививку): от 1 000 до 1 900 ₽. Цены в российских магазинах и клиниках меняются и зависят от региона.

Выгода

Китай — исходная версия. Одно испытание проводили после инфаркта миокарда, 2571 человек случайным образом распределили по группам. Ни врачи, ни пациенты не знали, какой именно укол делали. У получивших прививку от гриппа общая смертность за 12 месяцев составила 2.9%. У получивших плацебо — 4.9%. Исходное значение HR 0.59, доверительный интервал 95% CI от 0.39 до 0.89. Плацебо — это контрольный укол без действующего вещества. HR смерти от сердечно-сосудистых причин составил 0.59. В другом исследовании объединили результаты нескольких исследований и рассчитали общий результат. У получивших прививку от гриппа частота основных сердечно-сосудистых событий составила 3.6%, в контрольной группе — 5.4%. Исходное значение RR 0.66, доверительный интервал 95% CI от 0.53 до 0.83. RR смерти от сердечно-сосудистых причин составил 0.74 (95% CI от 0.42 до 1.30, эта разница ещё находится в пределах погрешности и не считается статистически значимой)

Россия. Защитный иммунитет формируется примерно за 10–14 дней и сохраняется 6–12 месяцев.

Примечания

Китай — исходная версия. Спорно: Уровень A относится только к людям с сердечно-сосудистыми заболеваниями. Для пожилых людей, которые изначально здоровы, обзор Cochrane даёт только один вывод: заболеваемость гриппом за один сезон снижается с 6% до 2.4%. Достоверность этих доказательств в нём оценена как «низкая», а доказательств о смертности — как «крайне низкая». Источник обзора — статья Demicheli V и соавторов 2018 года.

Россия. При высокой температуре, остром заболевании или обострении хронической болезни прививку откладывают до стабилизации. Тяжёлая аллергическая реакция на компонент выбранной вакцины — противопоказание.

Источники

Китай — исходная версия — источники

1. Fröbert O 等 (2021). Influenza Vaccination After Myocardial Infarction: A Randomized, Double-Blind, Placebo-Controlled, Multicenter Trial. Circulation. doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.121.057042
2. Behrouzi B 等 (2022). Association of Influenza Vaccination With Cardiovascular Risk: A Meta-analysis. JAMA Network Open. doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2022.8873
3. Demicheli V 等 (2018). Vaccines for preventing influenza in the elderly. Cochrane Database of Systematic Reviews. doi.org/10.1002/14651858.CD004876.pub4（备注里说的那份 Cochrane 汇总）

Россия — источники

1. Когда начинается вакцинация от гриппа в 2026 году | Управления.... Проверено 07.10.2026. 01.rospotrebnadzor.ru/content/когда-начинается-вакцинация-от-гриппа...

Россия — источники цен

1. zatotravma.ru — прививка от гриппа: 1 000 ₽. Проверено 06.10.2026. zatotravma.ru/wp-content/uploads/2026/04/Прайс-02.04.2026.pdf
2. Цены в России: fomin-clinic.ru — прививка от гриппа: 1 800 ₽. Проверено 06.10.2026. fomin-clinic.ru/services/privivka-ot-grippa-rebenku
3. Цены в России: medkvadrat.ru — прививка от гриппа: 1 900 ₽. Проверено 06.10.2026. medkvadrat.ru/vakcinaciya/vakcinaciya_gripp