

Nhiều người lớn không biết rằng họ cần vắc-xin để bảo vệ bản thân khỏi các bệnh nghiêm trọng nhưng có thể phòng ngừa được.

Những yếu tố này sẽ xác định loại vắc-xin mà quý vị cần:

TÌNH TRẠNG Y TẾ

Lối sống

Tuổi tác và công việc

Nếu quý vị từ 60 tuổi trở lên, hãy hỏi bác sĩ về các loại vắc-xin này:

- Cúm (Cảm Cúm)
- Phế Cầu Khuẩn
- Bệnh Zona (Zoster) đủ điều kiện ở tuổi 50
- Uốn Ván, Bạch Hầu và Ho Gà (Pertussis)
- Virus hợp bào hô hấp
- COVID-19



Tôi có thể nhận vắc-xin ở đâu?

- Văn phòng của bác sĩ mà quý vị thăm khám
- Hiệu thuốc tại địa phương
- Một vài cơ sở của sở y tế địa phương:
www.doh.wa.gov/localhealth

Để tìm địa điểm mà quý vị có thể nhận vắc-xin, hãy gọi cho Đường Dây Nóng của Help Me Grow WA theo số **1-800-322-2588**.

Tôi có thể tìm hiểu thêm thông tin ở đâu?

Tìm kiếm các tổ chức này:

- Washington State Department of Health (Sở Y Tế Tiểu Bang Washington):
www.doh.wa.gov/Immunization hoặc gọi tới số 1-866-397-0337
- Immunization Action Coalition of Washington (Liên Minh Hành Động Tiêm Chủng của Washington):
www.immunitycommunitywa.org/iacw
- Centers for Disease Control and Prevention (Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh):
www.cdc.gov/vaccines/adults
- U.S. Department of Health and Human Services (Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ):
www.vaccines.gov



DOH 348-107 April 2024 Vietnamese

Để yêu cầu tài liệu này ở các định dạng khác, hãy gọi 1-800-525-0127. Khách hàng bị khiếm thính hoặc khó nghe, vui lòng gọi 711 (Washington Relay) hoặc gửi email đến doh.information@doh.wa.gov.

QUÝ VỊ TỪ

60

TUỔI TRỞ LÊN?

Hãy tiêm vắc-xin

Bảo vệ bản thân. Bảo vệ gia đình.



www.doh.wa.gov/Immunization

Nếu quý vị từ 60 tuổi trở lên, hãy hỏi bác sĩ về những lần tiêm chủng này.

Vắc-xin Cúm (Cảm Cúm)

Mọi người từ 6 tháng tuổi trở lên nên tiêm vắc-xin cúm hàng năm.

- Người lớn từ 65 tuổi trở lên có nguy cơ mắc bệnh nghiêm trọng và tỷ lệ tử vong cao hơn nếu họ bị cúm.
- Một số tình trạng sức khỏe cũng khiến quý vị có nguy cơ mắc bệnh cao hơn bao gồm hen suyễn, bệnh phổi mãn tính, bệnh tim, tiểu đường và hệ thống miễn dịch suy yếu.

Tiêm phòng cúm hàng năm là cách tốt nhất để bảo vệ bản thân và những người xung quanh.

Vắc-xin Uốn Ván, Bạch Hầu Và Ho Gà (Pertussis)

Vắc-xin Tdap bảo vệ chúng ta khỏi pertussis (ho gà), uốn ván và bạch hầu.

- Nếu quý vị sẽ tiếp xúc hoặc phải chăm sóc trẻ sơ sinh, quý vị cần tiêm vắc-xin Tdap đúng hạn.
- Hãy trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về số lượng liều vắc-xin Tdap hoặc Td mà quý vị cần.
- Cần tiêm liều tăng cường Td hoặc Tdap 10 năm một lần để duy trì khả năng bảo vệ cao.

Ho gà là một bệnh rất nghiêm trọng ở trẻ sơ sinh.

Vắc-xin Phế Cầu Khuẩn

Người lớn từ 65 tuổi trở lên nên được tiêm phòng phế cầu khuẩn.

- Nếu quý vị chưa bao giờ tiêm vắc-xin phế cầu khuẩn, PCV15 hoặc PCV20 được khuyến nghị cho người lớn từ 65 tuổi trở lên và người lớn từ 19-64 tuổi có một số tình trạng y tế nhất định. Nếu đã tiêm PCV15, hãy tiếp tục tiêm liều PPSV23 một năm sau đó.

RSV (Virus hợp bào hô hấp)

Người lớn từ 60 tuổi trở lên có thể cần tiêm một liều vắc-xin ngừa RSV.

- Một số người lớn có nguy cơ nhiễm RSV nghiêm trọng cao hơn người khác, đặc biệt nếu quý vị có hệ miễn dịch suy yếu hoặc mắc một số bệnh mạn tính nhất định.

Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe để xem việc tiêm ngừa RSV có phù hợp với quý vị không.



hãy tiêm vắc-xin ngừa COVID-19 đúng lịch

Vắc-xin Bệnh Zona (Zoster)

Tất cả người lớn từ 50 tuổi trở lên đều cần tiêm vắc-xin bệnh zona.

- Bệnh zona do cùng một loại vi-rút gây bệnh thủy đậu gây nên. Bất cứ ai từng bị thủy đậu đều có thể bị bệnh zona. Nguy cơ mắc bệnh zona tăng lên khi quý vị già đi.
- Bệnh zona là chứng phát ban gây đau đớn trên da có thể kéo dài hàng tháng hoặc thậm chí hàng năm. Không có cách nào chữa khỏi bệnh zona, nhưng các lựa chọn điều trị có thể làm giảm thời gian mắc bệnh và ngăn ngừa các biến chứng.

Hãy trao đổi với bác sĩ của quý vị về việc chủng ngừa bệnh zona, ngay cả khi quý vị đã bị bệnh zona.



Vắc-xin Cần Thiết Cho Việc Đi Lại

Quý vị sắp đi tới một nơi khác?

Hãy trao đổi với bác sĩ để biết những loại vắc-xin cần thiết cho điểm đến của quý vị.

Tìm thêm thông tin tại: www.cdc.gov/travel.

Tìm hiểu thông tin về vắc-xin cần cho việc đi lại tại: <https://gten.travel/trhip/trhip>