

Nhiều người lớn không biết rằng họ cần tiêm vắc-xin để chống lại các bệnh nghiêm trọng nhưng có thể phòng

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

TÌNH TRẠNG SỨC KHỎE

Lối sống

Tuổi tác và Công việc

Nếu quý vị từ 50 tuổi trở lên, hãy hỏi ý kiến bác sĩ về các loại vắc-xin này:

- COVID-19
- Cúm (Influenza)
- Phế cầu khuẩn
- Virus hợp bào hô hấp (RSV)
- Bệnh zona (Zoster)
- Uốn ván, Bạch hầu và Ho gà (Bệnh ho gà)



Tôi có thể được tiêm vắc-xin ở đâu?

- Văn phòng bác sĩ
- Nhà thuốc tại địa phương
- Sử dụng vaccinefinder.org
- Một số cơ sở y tế địa phương: doh.wa.gov/localhealth

Để tìm một nơi quý vị có thể tiêm vắc-xin, hãy liên hệ Đường Dây Nóng Watch Me Grow WA tại helpmegrowwa.org/hotline hoặc gọi **1-800-322-2588**.

Tôi có thể tìm thêm thông tin ở đâu?

Liên hệ các tổ chức này:

- Department of Health (Sở Y Tế) Tiểu Bang Washington: doh.wa.gov/Immunization hoặc gọi 1-866-397-0337
- Vaccinate Your Family: vaccinateyourfamily.org/adults
- National Foundation for Infectious Diseases (Quỹ Quốc Gia về Bệnh Truyền Nhiễm): nfid.org/immunization
- Immunize.org: VaccineInformation.org/adults



DOH 348-107 CS September 2025 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 Relay) hoặc gửi email đến doh.information@doh.wa.gov.

QUÝ VỊ ĐÃ TRÊN 50 TUỔI?

Hãy tiêm vắc-xin!

Bảo vệ bản thân. Bảo vệ gia đình quý vị.



doh.wa.gov/Immunization

Nếu quý vị từ 50 tuổi trở lên, hãy hỏi ý kiến bác sĩ về các loại vắc-xin này.



Vắc-xin ngừa COVID-19

Tất cả người lớn cần tiêm một hoặc nhiều liều vắc-xin ngừa COVID-19 cập nhật:

- Những người có hệ miễn dịch suy yếu hoặc từ 65 tuổi trở lên nên tiêm hai liều của vắc-xin ngừa COVID-19 cập nhật, cách nhau 6 tháng.

Vắc-xin ngừa Cúm (Influenza)

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

- Người lớn từ 65 tuổi trở lên nên nhận một phiên bản vắc-xin liều cao hoặc có chất bổ trợ của mũi tiêm cúm. Những phiên bản này mang lại phản ứng miễn dịch mạnh hơn so với các mũi tiêm cúm thông thường.
- Một số tình trạng sức khỏe khiến quý vị có nguy cơ cao bị bệnh nặng do cúm, bao gồm hen suyễn, bệnh phổi mạn tính, bệnh tim, bệnh tiểu đường và có hệ miễn dịch suy yếu.

Vắc-xin Phế Cầu Khuẩn

Tất cả người lớn từ 50 tuổi trở lên nên tiêm đủ các mũi vắc-xin phế cầu khuẩn.

- Vắc-xin phế cầu khuẩn được khuyến cáo cho:
 - Tất cả người lớn từ 50 tuổi trở lên.
 - Người lớn từ 19–49 tuổi có một số tình trạng sức khỏe nhất định, bao gồm: nghiện rượu, tiểu đường, hệ miễn dịch suy yếu, đã cấy ghép ốc tai, hút thuốc lá hoặc mắc bệnh mạn tính về phổi, tim, thận hoặc gan.

Vắc-xin RSV (Virus Hợp Bào Hô Hấp)

Người lớn từ 50 tuổi trở lên có thể cần tiêm một liều vắc-xin RSV.

- Vắc-xin RSV được khuyến cáo cho:
 - Tất cả người lớn từ 75 tuổi trở lên.
 - Người lớn từ 50–74 tuổi có nguy cơ cao mắc bệnh nặng, bao gồm những người có hệ miễn dịch suy yếu, mắc các bệnh mạn tính hoặc sống tại viện dưỡng lão.

Vắc-xin Zona (Zoster)

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

- Bệnh Zona do cùng loại virus gây bệnh thủy đậu gây ra. Bất kỳ ai đã từng mắc thủy đậu đều có thể phát triển bệnh zona. Nguy cơ bị zona càng tăng lên khi quý vị càng lớn tuổi.
- Ngay cả khi quý vị đã từng bị zona, quý vị vẫn nên tiêm vắc-xin phòng bệnh zona để giảm nguy cơ tái phát trong tương lai. Quý vị có thể bị bệnh zona nhiều hơn một lần.

Vắc-xin Bạch hầu – Uốn ván (Td) và Vắc-xin Bạch hầu – Uốn ván – Ho gà (Tdap)

Khi một người lớn đã tiêm một mũi Tdap, họ có thể tiêm Td hoặc Tdap cho các mũi nhắc lại.

- Người lớn cần tiêm mũi nhắc lại Td mỗi 10 năm để duy trì khả năng bảo vệ chống lại bệnh uốn ván và bạch hầu. Nhà cung cấp dịch vụ y tế có thể tiêm Td hoặc Tdap cho mũi nhắc lại này.
- Nếu quý vị sẽ tiếp xúc với hoặc chăm sóc trẻ sơ sinh, quý vị cần tiêm đủ các mũi vắc-xin Tdap. Trẻ nhỏ dưới 1 tuổi có nguy cơ cao nhất bị ho gà và gặp các biến chứng nặng từ bệnh này.



Quý vị sắp đi tới một nơi khác?

Hãy trao đổi với bác sĩ hoặc dược sĩ của quý vị để biết quý vị cần tiêm những loại vắc-xin nào trước khi đi tới một địa điểm khác. Tìm hiểu thêm thông tin tại:

doh.wa.gov/immunization-travelers

Làm bài trắc nghiệm và nhận các khuyến nghị về đi lại dựa trên độ tuổi và điểm đến của quý vị tại:
gten.travel/trhip/trhip