

Quyết định tiêm vắc-xin là một quyết định quan trọng.

Những lý do quý vị nên chọn tiêm vắc-xin:

- Vắc-xin có thể cứu mạng sống và đã được chứng minh là có hiệu quả trong việc ngăn ngừa bệnh tật cũng như các di chứng suốt đời.
- Vắc-xin là cách hiệu quả nhất để tăng cường khả năng miễn dịch/bảo vệ chống lại bệnh tật mà không phải chịu những tác hại của bệnh.
- Bằng cách chọn tiêm vắc-xin, quý vị sẽ giúp ngăn chặn sự lây lan của bệnh tật đến những người dễ bị tổn thương nhất.
- Quý vị sẽ không bao giờ hết nhu cầu cần tiêm vắc-xin. Điều quan trọng là phải tiêm vắc-xin theo khuyến cáo trong suốt cuộc đời để duy trì khả năng bảo vệ cao.

Trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế về các loại vắc-xin được khuyến nghị cho quý vị và gia đình.



Quý vị có sắp đi tới một nơi khác không?

Nếu quý vị đang đi ra ngoài lãnh thổ Hoa Kỳ, quý vị có thể cần tiêm vắc-xin để bảo vệ bản thân khỏi các bệnh phổ biến ở những nơi khác trên thế giới.

Hãy hỏi nhà cung cấp dịch vụ y tế hoặc cơ quan y tế địa phương nếu quý vị có thắc mắc về các loại vắc-xin được khuyến nghị. Tìm thêm thông tin về tiêm chủng khi đi tới một nơi khác tại doh.wa.gov/immunization-travelers.

Truy cập hồ sơ tiêm chủng của gia đình bằng cách đăng ký MyIR Mobile.

Điều quan trọng là phải lưu giữ hồ sơ tiêm chủng cho quý vị và gia đình. Quý vị có thể cần những hồ sơ này để cung cấp cho cơ sở chăm sóc trẻ em, trường học, khu cắm trại, trường đại học, quân đội, khi đi tới một nơi khác hoặc nơi làm việc.

Nếu không có những hồ sơ này, quý vị có thể lấy bản sao từ phòng khám của bác sĩ, trường học của con, Department of Health (Sở Y Tế) hoặc đăng ký trực tuyến trên MyIR Mobile.



MyIR Mobile

Truy cập myirmobile.com và làm theo hướng dẫn đăng ký. Thông tin đăng ký của quý vị sẽ được đối chiếu với hồ sơ của quý vị tại cơ quan đăng ký tiêm chủng tiểu bang. Sau khi hoàn tất đăng ký, quý vị có thể xem hồ sơ tiêm chủng, Certificate of Immunization Status (CIS, Giấy Chứng Nhận Tình Trạng Tiêm Chủng) và truy cập giấy chứng nhận tiêm chủng COVID-19 của mình.



Thêm Thông Tin

Để được trợ giúp tìm nhà cung cấp vắc-xin và các nguồn lực khác, hãy gọi đến Đường Dây Nóng Help Me Grow Washington theo số 1-800-322-2588 hoặc truy cập helpmegrowwa.org.

Để biết các gợi ý về cách tìm kiếm thông tin vắc-xin đáng tin cậy, truy cập: bit.ly/4IYPxCx

Nguồn Trợ Giúp Tiểu Bang

- Department of Health (Sở Y Tế) Tiểu Bang Washington: doh.wa.gov/immunization
- Tìm cơ quan y tế địa phương: doh.wa.gov/localhealth
- Giải Thích Dễ Hiểu về Tiêm Chủng cho Trẻ Em: doh.wa.gov/plain-talk-about-imms

Nguồn Trợ Giúp Quốc Gia

- Immunize.org: vaccineinformation.org
- National Foundation for Infectious Diseases (Quỹ Quốc Gia về Bệnh Truyền Nhiễm): nfid.org/immunization
- Vaccinate Your Family: vaccinateyourfamily.org



DOH 348-108 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 (Washington Relay) hoặc gửi email đến doh.information@doh.wa.gov.

Tiêm Chủng ở Mọi Lứa Tuổi



Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Nhỏ

Vắc-xin có thể giúp ngăn ngừa các bệnh nghiêm trọng. Trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ thường có nguy cơ cao gặp các vấn đề nghiêm trọng nếu mắc phải những căn bệnh này. **Tiêm vắc-xin đúng lịch** để có hiệu quả bảo vệ tốt nhất.

Các loại vắc-xin sau đây được khuyến nghị tiêm từ sơ sinh đến ba tuổi:

Từ sơ sinh đến 3 tuổi

- Viêm gan B
- RSV (virus hợp bào hô hấp)
- DTaP (bạch hầu, uốn ván và ho gà/bệnh ho gà)
- Hib (*Viêm màng não loại b*)
- Bại liệt
- Phế cầu khuẩn
- Virus Rota
- COVID-19
- Cúm mùa
- Thủy đậu
- Viêm gan A
- MMR (sởi, quai bị, rubella)



Người Đang Mang Thai

Tiêm vắc-xin theo khuyến cáo trước hoặc trong khi mang thai giúp bảo vệ cả quý vị và em bé khỏi các bệnh nghiêm trọng có thể khiến quý vị và em bé bị ốm nặng.

- COVID-19, 1 mũi trong mỗi lần mang thai
- Cúm, 1 mũi trong mỗi lần mang thai
- RSV, 1 mũi trong thời kỳ mang thai. Trong những lần mang thai tiếp theo, hãy tiêm vắc-xin RSV cho trẻ sơ sinh.
- Tdap, 1 mũi trong mỗi lần mang thai

Trẻ Em trong Cơ Sở Chăm Sóc/ Trẻ Em trong Độ Tuổi Đi Học

Trẻ em trong các môi trường tập thể như cơ sở chăm sóc trẻ em và trường học thường dễ mắc bệnh. Để giúp con quý vị luôn khỏe mạnh và được tiêm vắc-xin đúng lịch, chúng tôi khuyến nghị tiêm các loại vắc-xin sau:

Từ 4 đến 6 tuổi

- COVID-19
- Thủy đậu
- DTaP
- Cúm mùa
- MMR
- Bại liệt



Từ 7 đến 10 tuổi

- COVID-19
- Cúm mùa
- HPV (virus u nhú ở người) - có thể bắt đầu tiêm vắc-xin từ 9 tuổi
- Tdap (uốn ván, bạch hầu và ho gà - nếu quên tiêm bất kỳ mũi DTaP nào)

Người Có Các Vấn Đề về Sức Khỏe

Những người ở mọi lứa tuổi có tình trạng sức khỏe nhất định có thể cần tiêm nhiều vắc-xin hơn. Hãy hỏi nhà cung cấp dịch vụ y tế xem quý vị cần tiêm loại vắc-xin nào nếu đang gặp các vấn đề sức khỏe sau đây.

- Bệnh tiểu đường (tuýp 1 hoặc 2)
- Bệnh tim, đột quỵ hoặc các bệnh tim mạch khác
- HIV
- Bệnh thận
- Bệnh gan
- Bệnh phổi, bao gồm cả hen suyễn
- Không có lá lách
- Hệ miễn dịch suy yếu (ví dụ như do ung thư)

Trẻ Tiền Thiếu Niên, Thiếu Niên và Người Trẻ Trưởng Thành

Trẻ tiền thiếu niên, thiếu niên và người trẻ trưởng thành cũng cần tiêm vắc-xin để bảo vệ bản thân và những người khác khỏi bệnh tật. Các loại vắc-xin sau đây được khuyến nghị cho những nhóm người này:

Từ 11 đến 12 tuổi

- COVID-19
- Cúm mùa
- HPV
- Bệnh não mô cầu
- Tdap

Từ 13 đến 18 tuổi

- COVID-19
- Cúm mùa
- Bệnh não mô cầu ACWY, mũi 2
- Bệnh não mô cầu B (ưu tiên tiêm ở tuổi 16–18)
- Vắc-xin não mô cầu ABCWY (có thể tiêm thay cho vắc-xin MenACWY và MenB khi tiêm cả hai loại vắc-xin này trong cùng một lần tiêm)

Từ 19 đến 26 tuổi

- COVID-19
- Cúm mùa
- HPV (nếu chưa được tiêm vắc-xin này khi còn nhỏ)
- Td, 10 năm một lần (có thể thay thế bằng Tdap)



Người Lớn và Người Cao Tuổi

Bằng cách tiêm vắc-xin, người lớn có thể bảo vệ bản thân và những người xung quanh, đặc biệt là trẻ sơ sinh và những người mắc bệnh mạn tính hoặc có hệ miễn dịch yếu.

Một số loại vắc-xin được khuyến nghị cho người lớn đang gặp các vấn đề sức khỏe, công việc hoặc lối sống nhất định. Những loại khác được khuyến cáo dành riêng cho người cao tuổi. Hãy trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế của quý vị về các loại vắc-xin này:

Từ 27 đến 59 tuổi

- COVID-19
- Cúm mùa
- Phế cầu khuẩn, từ 50 tuổi trở lên
- Bệnh zona, từ 50 tuổi trở lên
- Td, 10 năm một lần (có thể thay thế bằng Tdap)

Từ 60 tuổi trở lên

- COVID-19
- Cúm mùa
- Phế cầu khuẩn
- RSV
- Bệnh zona
- Td/Tdap, 10 năm một lần