

# 疫苗

## 适用于老年人的信息



随着年龄的增长，我们的身体在抵御疾病方面变得不那么有效。65 岁及以上的人患流感、COVID-19、肺炎等疾病的风险更高。但有一种方法可以获得保护：接种疫苗！

疫苗提供了一种保护老年人免于罹患可预防疾病的安全、有效和简单的办法，这些疾病可能导致住院和死亡。为了获得最佳的保护效果，请确保您及时接种了应接种的疫苗。建议接种的疫苗是根据您的年龄、健康状况或病史而定的，也可能是您的工作或旅行所要求接种的。如果您不知道自己已经接种了哪些疫苗，或仍需要接种哪些疫苗，请咨询您的医疗服务提供者。

### 我需要接种什么疫苗？

65 岁及以上的成年人应接种以下疫苗：

- **流感疫苗：**您应该每年接种这个疫苗，特别是在秋天，以减少患流感的风险。如果您年满 65 岁，请向您的医疗服务提供者询问更高剂量的流感疫苗。
- **COVID-19 疫苗：**该疫苗会不时更新，以预防最新的病毒株。建议所有年龄在 6 个月及以上的个人接种更新版 COVID-19 疫苗。您应该在上次接种任何 COVID-19 疫苗后等待至少两个月，然后再接种更新版 COVID-19 疫苗。
- **肺炎疫苗：**肺炎疫苗可以防止严重的细菌感染。您的医疗服务提供者会建议您何时接种。
- **带状疱疹 (Shingles) 疫苗：**这种包含两剂的疫苗可预防老年人感染带状疱疹，接种两剂疫苗之间相隔 2 到 6 个月能获得最大的保护效果。建议 50 岁及以上的成年人接种，即使您以前患过水痘。请咨询您的医疗服务提供者您是否已经接种了单剂带状疱疹 (Zoster) 疫苗。
- **破伤风、白喉、百日咳 (Tdap) 疫苗：**一剂这种疫苗可预防破伤风、白喉和百日咳。您可能需要每 10 年接种一针加强剂。
- **呼吸道合胞病毒 (RSV) 疫苗：**对于 75 岁及以上的人来说，一剂这种疫苗可以预防呼吸道合胞病毒。建议患 RSV 重症风险较高的 60-74 岁人士接种一剂 RSV 疫苗。请咨询您的医疗服务提供者以获取更多信息。



# 疫苗

## 适用于老年人的信息



### 我如何接种疫苗？

- ◆ 前往您的医疗服务提供者处或药房接种。
- ◆ 询问您的医疗服务提供者是否建议您接种额外剂量。
- ◆ 如果您没有医疗服务提供者，请访问 [publichealth.lacounty.gov/vaccines](https://publichealth.lacounty.gov/vaccines)，查看一个免费和低价疫苗接种诊所的清单，并了解有关疫苗的更多信息。
- ◆ Medicare（联邦医疗保险）承保大多数建议接种的疫苗，无需自付费用。联系您的 Medicare 或您的 Medicare Advantage Plan 服务提供者，了解有关保险承保范围的更多信息。可在以下网址获得信息：  
[www.medicare.gov/health-drug-plans/health-plans](https://www.medicare.gov/health-drug-plans/health-plans)。
- ◆ 最棒的是当您前去接种时，可以一次接种大多数疫苗！



### 公共卫生局呼叫中心

如需更多信息，公共卫生局呼叫中心的工作时间为每周七天，上午 8 点至晚上 8 点，电话号码是 **1-833-540-0473**。

