

# Vắc-xin

## Cho Người Cao Niên



Khi chúng ta già đi, cơ thể trở nên kém hiệu quả hơn trong việc bảo vệ chúng ta trước bệnh tật. Những người từ 65 tuổi trở lên có nguy cơ bị bệnh nặng cao hơn khi mắc các bệnh như cúm, COVID-19, viêm phổi và nhiều bệnh khác. Nhưng có một cách để luôn được bảo vệ: chích ngừa!

Vắc-xin cung cấp một phương thức an toàn, hiệu quả và dễ dàng để bảo vệ người cao niên trước những căn bệnh thực tế có thể phòng ngừa được, nhưng có khả năng dẫn đến nhập viện và tử vong. Để được bảo vệ tối đa, hãy chắc chắn rằng quý vị luôn chích ngừa cập nhật những vắc-xin của mình. Vắc-xin được khuyến nghị dựa trên tuổi tác và tình trạng sức khỏe hoặc bệnh sử của quý vị, và có thể được yêu cầu chích do công việc hoặc du hành của quý vị. Nếu quý vị không rõ mình đã chích loại vắc-xin nào, hoặc hiện còn cần chích loại vắc-xin nào, hãy hỏi bác sĩ của quý vị.

### Tôi cần chích những Vắc-xin nào ?

Người lớn từ 65 tuổi trở lên cần chích những vắc-xin sau:

- ♦ **Vắc-xin Cúm:** Quý vị cần chích vắc-xin cúm hàng năm, đặc biệt là vào mùa thu, để giảm nguy cơ mắc cúm. Nếu quý vị từ 65 tuổi trở lên, hãy hỏi bác sĩ về loại vắc-xin cúm liều cao hơn.
- ♦ **Vắc-xin COVID-19:** Vắc-xin này được nâng cấp theo thời gian để bảo vệ chống lại các chủng vi-rút mới nhất. Mọi người từ 6 tháng tuổi trở lên được khuyến nghị chích ít nhất 1 liều vắc-xin COVID-19 loại nâng cấp. Người từ 65 tuổi trở lên cần tiếp nhận một liều bổ sung vắc-xin COVID-19 loại cập nhật, ít nhất 4 tháng sau liều cuối cùng trước đó.
- ♦ **Vắc-xin Viêm phổi:** Vắc-xin bảo vệ không bị nhiễm vi khuẩn nghiêm trọng. Bác sĩ của quý vị sẽ cho quý vị lời khuyên khi nào nên chích vắc-xin này.
- ♦ **Vắc-xin Giời leo:** Vắc-xin này bảo vệ chống lại bệnh Giời leo ở người lớn tuổi, gồm hai liều, cách nhau từ hai đến sáu tháng, để có được sự bảo vệ tối đa. Khuyến nghị cho người từ 50 tuổi trở lên, ngay cả khi trước kia đã từng bị Thủy đậu. Kiểm tra với bác sĩ của quý vị xem liệu trước đây quý vị đã chích vắc-xin Zoster loại một liều chưa.
- ♦ **Vắc-xin Tdap:** Một liều vắc-xin này bảo vệ chống uốn ván, bạch hầu và ho gà. Quý vị có thể cần chích mũi nhắc lại sau mỗi 10 năm.
- ♦ **Vắc-xin RSV:** Đối với những người từ 60 tuổi trở lên, một liều vắc-xin này giúp bảo vệ trước vi-rút hợp bào hô hấp (RSV). Tham vấn với bác sĩ của quý vị để biết thêm thông tin.



# Vắc-xin

## Cho Người Cao Niên



### Tôi cần làm gì để được chích ngừa?

- Tới gặp bác sĩ của quý vị hoặc tới nhà thuốc.
- Hỏi bác sĩ của quý vị xem liệu quý vị có được khuyến nghị chích những liều vắc-xin bổ sung không.
- Nếu quý vị không có bác sĩ, vui lòng truy cập <http://publichealth.lacounty.gov/vaccines> để biết danh sách những địa điểm chích ngừa miễn phí hoặc với chi phí thấp, cũng như thông tin thêm về vắc-xin.
- Medicare đài thọ hầu hết các loại vắc-xin được khuyến nghị mà không có chi phí tự trả. Liên hệ với Medicare hoặc nhà quản lý Chương trình Medicare Advantage của quý vị để tìm hiểu thêm về [những gì được bảo hiểm chi trả](https://www.medicare.gov/health-drug-plans/health-plans). Thông tin có tại: <https://www.medicare.gov/health-drug-plans/health-plans>.
- Điều rất tốt là quý vị có thể chích hầu hết các loại vắc-xin trong cùng một lần hẹn chích ngừa!



### Tổng đài Điện thoại Y tế Công cộng

Để biết thêm thông tin, vui lòng gọi đến Tổng đài Điện thoại của Y tế Công cộng ở số **1-833-540-0473**, làm việc từ 8 a.m. đến 8 p.m., suốt 7 ngày trong tuần.

