



# زمان بندی واکسن ها

## چرا من به واکسن ها در زمان های مختلف نیاز دارم؟

### چرا من به واکسن ها نیاز دارم؟

واکسیناسیون ها راهی ایمن، مؤثر و آسان برای حفاظت در مقابل بیماری های قابل پیشگیری هستند. آنها برای همگان، از نوزادان تا سالمندان، در مرحله های مختلف زندگی توصیه می شوند.

واکسینه شدن نه تنها شما را حفاظت می کند، بلکه از انتشار بیماری به دیگران مانند سالمندان، افراد باردار و افراد مبتلا به عوارض پیشینه سلامتی و کودکان بسیار خردسال که ممکن است در صورت ابتلا بسیار بیمار شوند، پیشگیری می کند. واکسن ها بر مبنای سن تن و عارضه های خاص سلامتی یا سابقه پزشکی توصیه می شوند و ممکن است برای سفر، کار، مراقبت از کودک یا مدرسه الزامی باشند.

### چرا بعضی از واکسن ها نیاز به دوزهای متعدد یا تقویتی پس از گذشت زمان دارند؟

هر واکسن برای حفاظت قوی در مقابل ویروس ها یا باکتری های خاصی با عوارض جانبی حداقل و اثربخشی حداکثر ساخته شده است. برای نائل شدن به این منظور، زمان بندی های متفاوت برای واکسن و تقویتی ها الزام می شود تا حفاظت را مداوم نگاهدارد.

برخی از واکسن ها مانند واکسن های آنفولانزا و کووید-19 نیاز به بروز آوردن منظم دارند تا با رایج ترین و خطرناک ترین سویه های ویروس مطابقت داشته باشند. برخی از افراد، مانند افراد باردار یا آنها که سیستم ایمنی ضعیفی دارند ممکن است برای حفظ حفاظت، نیاز به دوزهای اضافی داشته باشند.

### من به کدام واکسن ها نیاز دارم؟

با ارائه دهنده خدمات درمانی خود صحبت کنید تا دریابید کدام واکسن ها برای شما و اعضای خانواده شما توصیه می-شوند. در اینجا بعضی از رایج ترین آنها درج شده است:

**واکسن آنفولانزا:** شما باید این را هر سال بویژه در پاییز دریافت کنید، تا خطر ابتلا به آنفولانزا را کاهش دهید. اگر شما 65 ساله یا سالمندتر هستید، از پزشک خانوادگی خود درباره دوز بالاتر واکسن آنفولانزا بپرسید.





# زمان بندی واکسن ها

## چرا من به واکسن ها در زمان های مختلف نیاز دارم؟

**واکسن کووید-19:** این واکسن هر چند وقت یکبار بروز آورده می شود تا در مقابل آخرین سویه های ویروس حفاظت کند. به هر فرد 6 ماهه و بزرگتر توصیه می شود تا حداقل 1 دوز از واکسن بروز شده کووید-19 را دریافت کند.

**واکسن ذات الریه:** در مقابل انواع مختلفی از باکتری نوموکوکال که می تواند سبب عفونت های جدی در کودکان و بزرگسالان شود، حفاظت می کند. سری های 4 دوزی کودکی پیش از سن 5 سالگی توصیه می شود. برای کودکان بزرگتر و بزرگسالان طبق توصیه دریافت کنید.

**واکسن آبله مرغان:** این یک سری دو دوزی است که به کودکان تزریق می شود و برای آنها که بیش از 13 سال دارند و قبلاً به آبله مرغان مبتلا نشده اند، نیز توصیه می شود.

**واکسن زونا:** این واکسن دو دوزی که برای بیشترین حفاظت در فاصله دو تا شش ماه تزریق می شود، در مقابل زونا در سالمندان حفاظت می کند. برای بزرگسالان 50 ساله و بزرگتر، حتی اگر قبلاً آبله مرغان گرفته-اید، توصیه می شود. اگر قبلاً واکسن زوستر یک دوزی دریافت کرده اید، از ارائه دهنده خدمات درمانی خود جویا شوید.

**واکسن تی دپ:** یک دوز از این واکسن در مقابل کزاز، دیفتیری و سیاه سرفه حفاظت می کند. شما ممکن است هر 10 سال به یک تقویتی نیاز داشته باشید.

**واکسن آر اس وی:** برای افراد 60 ساله و بزرگتر، یک دوز در مقابل ویروس تنفسی سینسیشال(آر اس وی) حفاظت می کند. برای اطلاعات بیشتر با ارائه دهنده خدمات درمانی خود مشورت کنید.

**واکسن هپاتیت ب:** این یک سری دو یا سه دوزی است که برای همگان توصیه می شود. آنها که 60 ساله یا بزرگتر هستند باید با ارائه دهنده خدمات درمانی خود درباره دریافت این واکسن مشورت کنند.

برای اینکه دریابید که به کدام واکسن ها نیاز دارید یا آیا نیازمند تقویتی هستید، از ارائه دهنده خدمات درمانی خود سؤال کنید. برای فهرست واکسن های توصیه شده از <https://www.cdc.gov/vaccines> دیدن کنید.



### مرکز تلفنی اداره بهداشت عمومی

برای اطلاعات بیشتر، مرکز تلفنی اداره بهداشت عمومی در

**1-833-540-0473** از 8 صبح تا 8 شب، هفت روز هفته باز است.

