

# QUÝ VỊ CÓ NÊN Tiêm Phòng Cúm Không



Inland Empire Health Plan

*iehp.org*



Inland Empire Health Plan



# CHÚNG TÔI Ở ĐÂY ĐỂ GIÚP QUÝ VỊ TÌM CÂU TRẢ LỜI.

Bước một – hãy tìm hiểu sự thật...

## CÚM LÀ GÌ?

Cúm là một loại vi-rút. Mỗi năm, hàng triệu người bị cúm.

- Vi-rút cúm gây bệnh từ nhẹ đến nặng.
- Cúm là bệnh truyền nhiễm, có nghĩa là nó có thể lây lan từ người này sang người khác.
- Đối với một số người, bệnh cúm có thể làm trầm trọng thêm các vấn đề sức khỏe mãn tính.
- Cúm có thể gây hại nhiều hơn cho phụ nữ mang thai, trẻ em dưới 5 tuổi và người lớn trên 65 tuổi.

## TIÊM PHÒNG CÚM LÀ GÌ?

Vắc-xin cúm được tạo ra từ một loại vi-rút cúm không hoạt động (bất hoạt). Vắc-xin bảo vệ chống lại vi-rút cúm mà nghiên cứu cho thấy sẽ phổ biến nhất vào mùa đó.

- Tiêm phòng cúm cũng làm giảm khả năng mắc bệnh cúm.
- Tiêm phòng cúm cũng giúp bảo vệ những người xung quanh quý vị.
- Tiêm phòng cúm không thể gây ra bệnh cúm.

**Tiêm phòng cúm MIỄN PHÍ** cho các hội viên nhận tiêm phòng từ một nhà cung cấp dịch vụ y tế trong mạng lưới của chúng tôi!

## TIÊM PHÒNG CÚM CÓ PHÙ HỢP VỚI QUÝ VỊ KHÔNG?



**Quý vị nên tiêm phòng cúm** – nếu quý vị có đánh dấu vào một trong các ô bên dưới cho quý vị hoặc người thân của quý vị:

- ☐ **Trẻ em từ 6 tháng tuổi trở lên** – các loại vắc-xin cúm khác nhau được phê duyệt cho những người ở các độ tuổi khác nhau. Nếu tiêm phòng cúm cho con quý vị, hãy đảm bảo rằng vắc-xin đó phù hợp với độ tuổi của trẻ.
- ☐ **Người lớn** – một số loại vắc-xin chỉ được chấp thuận cho người lớn. Ví dụ: vắc-xin cúm có tên là “Vắc-xin cúm tái tổ hợp” dành cho người từ 18 tuổi trở lên và “vắc-xin bất hoạt liều cao và có bổ trợ” dành cho người từ 65 tuổi trở lên.
- ☐ **Phụ nữ mang thai và những người mắc bệnh mãn tính.**



**Quý vị không nên tiêm phòng cúm** – nếu quý vị hoặc người thân của quý vị nằm trong số những người được liệt kê dưới đây:

- ☐ **Trẻ em dưới 6 tháng tuổi** – trẻ còn quá nhỏ để tiêm phòng cúm.
- ☐ **Những người bị dị ứng nghiêm trọng, đe dọa đến tính mạng với vắc-xin cúm hoặc bất kỳ thành phần nào trong đó.** Điều này có thể bao gồm trứng, gelatin, thuốc kháng sinh hoặc các thành phần khác.

## YẾU TỐ SỨC KHỎE NÀO KHÁC CÓ THỂ ẢNH HƯỞNG ĐẾN SỰ LỰA CHỌN CỦA QUÝ VỊ?

Quý vị nên tiêm phòng cúm nếu quý vị HOẶC người sống cùng quý vị mắc bệnh mãn tính cần thường xuyên thăm khám với bác sĩ.

*Chọn bất kỳ những gì áp dụng:*

- ☐ Bệnh tim mãn tính
- ☐ Bệnh tiểu đường
- ☐ Hen suyễn
- ☐ Không điều gì trong những điều này phù hợp với tôi
- ☐ Khác \_\_\_\_\_

## TÁC DỤNG PHỤ CÓ THỂ XẢY RA

Các tác dụng phụ thường nhẹ và hết sau vài ngày.

- Các tác dụng phụ của vắc-xin cúm có thể bao gồm:
  - Đau, sưng hoặc đỏ nơi tiêm
  - Đau đầu
  - Đau cơ
  - Sốt
  - Đau bụng
- Các tác dụng phụ nghiêm trọng của vắc-xin cúm là rất hiếm.
- Tiêm phòng cúm an toàn hơn là bị cúm.



## NGHIÊN CỨU CHO THẤY GÌ?

- ♥ Tiêm phòng cúm giúp giảm khả năng mắc bệnh cúm.
- ♥ Đối với những người đã tiêm phòng cúm mà vẫn bị cúm, họ thường có các triệu chứng ít nghiêm trọng hơn so với những người không tiêm phòng cúm.
- ♥ Những người tiêm phòng cúm ít có khả năng phải nhập viện vì cúm.
- ♥ Tiêm phòng cúm khi mang thai giúp bảo vệ cả mẹ và bé khỏi bệnh cúm.



## TIÊM PHÒNG CÚM QUAN TRỌNG NHƯ THỂ NÀO ĐỐI VỚI QUÝ VỊ?

Sau khi đọc về việc tiêm phòng cúm ở trang 1-4, hãy đánh dấu vào ô “không quan trọng” hoặc “rất quan trọng” cho mỗi lý do bên dưới.

| Các Lý Do                                                                              | KHÔNG Quan Trọng         | RẤT Quan Trọng           |
|----------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| Giữ cho một người không bị bệnh cúm                                                    | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Giảm nguy cơ mắc bệnh cúm nặng                                                         | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Giảm nguy cơ đến bệnh viện vì cúm nặng                                                 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Ngăn ngừa các bệnh mãn tính như bệnh tim, hen suyễn hoặc tiểu đường trở nên tồi tệ hơn | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| Bảo vệ những người xung quanh quý vị, những người có nhiều khả năng bị cúm nặng        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Nếu hầu hết các câu trả lời của quý vị là “RẤT QUAN TRỌNG,” thì quý vị nên tiêm phòng cúm – trừ khi quý vị nằm trong số những người được liệt kê ở trang 2 KHÔNG nên tiêm phòng.

# KIỂM TRA KIẾN THỨC CỦA QUÝ VỊ

Tìm hiểu xem tài liệu này đã giúp quý vị hiểu rõ các lựa chọn hiệu quả như thế nào. Đánh dấu ☒ câu trả lời đúng nhất:

|                                                                                 |                                                            |                                     |                                     |                                     |
|---------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input checked="" type="checkbox"/> Tiêm phòng cúm                              | <input checked="" type="checkbox"/> Từ chối tiêm phòng cúm | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> | <input checked="" type="checkbox"/> |
| <input checked="" type="checkbox"/> Không chắc                                  |                                                            |                                     |                                     |                                     |
| 1. Lựa chọn nào có khả năng khiến quý vị bị cúm cao nhất?                       | <input type="checkbox"/>                                   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |
| 2. Lựa chọn nào có ít khả năng khiến quý vị bị cúm nặng nhất?                   | <input type="checkbox"/>                                   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |
| 3. Lựa chọn nào có khả năng bị đau và sưng ở cánh tay do tác dụng phụ cao nhất? | <input type="checkbox"/>                                   | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            | <input type="checkbox"/>            |

ĐÁP ÁN: 1. ☒ Từ chối tiêm phòng cúm | 2. ☒ Tiêm phòng cúm | 3. ☒ Tiêm phòng cúm



## MUỐN BIẾT THÊM CHI TIẾT VỀ TIÊM PHÒNG CÚM?

Để tìm hiểu thêm, vui lòng truy cập <https://www.iehp.org/members/healthy-living?target=flu> hoặc quét mã QR

# QUÝ VỊ CÓ THỂ TIÊM PHÒNG CÚM Ở ĐÂU?

Các mũi tiêm phòng cúm được cung cấp tại nhiều văn phòng bác sĩ, phòng khám, sở y tế và nhà thuốc. Liên hệ với văn phòng bác sĩ của quý vị để tìm ra nơi quý vị nên đến để tiêm phòng.



## TIÊM PHÒNG CÚM CÓ PHÙ HỢP VỚI QUÝ VỊ KHÔNG?

Đánh dấu chọn ☒ các bước tiếp theo của quý vị:

☐  Có. Tôi đã chọn tiêm phòng cúm trước hoặc trong mùa cúm.

☐  Có thể, nhưng tôi cần nói về sự lựa chọn với bác sĩ và gia đình của tôi trước.

☐  Không. Tôi không tiêm phòng cúm.

## CÂU HỎI DÀNH CHO BÁC SĨ CỦA QUÝ VỊ:

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

### NGUỒN:

Tờ thông tin của CDC:  
“Vắc-xin cúm: Ai Nên Tiêm Phòng,  
Và Ai Không Nên Tiêm Phòng.”

Hỗ Trợ Quyết Định Bệnh Cúm Ottawa (OIDA).