

QUÝ VỊ CÓ NÊN  
*Tiêm Phòng  
Cúm Không?*

**IE**  **HP**

Inland Empire Health Plan

*iehp.org*



**IE**  **HP**  
Inland Empire Health Plan

# CHÚNG TÔI SẴN SÀNG GIÚP QUÝ VỊ TÌM CÂU TRẢ LỜI.

*Bước một -*  
hãy cùng tìm hiểu sự thật ...



## Bệnh cúm nặng đến mức nào?

Cúm là một vi-rút. Mỗi năm, hàng triệu người mắc bệnh cúm.

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

## Thuốc tiêm phòng cúm là gì?

Thuốc tiêm phòng cúm được làm từ vi-rút cúm bất hoạt. Nó bảo vệ chống lại các loại vi-rút cúm mà nghiên cứu cho thấy sẽ phổ biến nhất trong mùa đó.

- Tiêm phòng cúm cũng giúp giảm nguy cơ 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.

**Hội viên sẽ được tiêm phòng cúm MIỄN PHÍ nếu nhận dịch vụ từ nhà cung cấp 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 thể đánh dấu vào một trong các ô bên dưới cho bản thân hoặc người thân của quý vị:

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



**Quý vị không tiêm phòng cúm** – nếu quý vị hoặc người thân của quý vị là đối tượng được nêu dưới đây:

- Trẻ nhỏ dưới 6 tháng tuổi** – trẻ còn quá nhỏ để tiêm phòng cúm.
- Người bị dị ứng nghiêm trọng, đe dọa đến tính mạng đối với thuốc tiêm phòng cúm hoặc bất kỳ thành phần nào của thuốc.** Trong đó có thể bao gồm trứng, gelatin, kháng sinh hoặc các thành phần khác.

## Những yếu tố sức khỏe nào khác có thể ảnh hưởng đến lựa chọn của quý vị?

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

**Đánh dấu bất kỳ mục nào phù hợp:**

- Bệnh tim mãn tính
- Bệnh tiểu đường
- Hen suyễn
- Không có mục nào phù hợp với tôi
- Khác \_\_\_\_\_

## Tác dụng phụ có thể xảy ra

Các tác dụng phụ thường nhẹ và sẽ biến mất trong vài ngày.

- Các tác dụng phụ của vắc-xin cúm có thể bao gồm:
  - Đau, sưng hoặc đỏ tại chỗ tiêm.
  - Đau đầu
  - Đau cơ
  - Sốt
  - Khó chịu bao tử
- Các tác dụng phụ nghiêm trọng từ vắc-xin cúm rất hiếm gặp.
- Tiêm vắc-xin cúm an toàn hơn là mắc bệnh cúm.



## Kết quả nghiên cứu cho biết điều gì?

- ♥ Tiêm phòng cúm cũng giúp giảm nguy cơ mắc bệnh cúm.
- ♥ Đối với những người đã tiêm phòng cúm mà vẫn bị cúm, các triệu chứng thường nhẹ hơn so với những người không tiêm phòng cúm.
- ♥ Những người tiêm phòng cúm ít có khả năng phải nhập viện vì cúm hơn.
- ♥ Tiêm vắc-xin cúm trong thai kỳ giúp bảo vệ cả mẹ và bé khỏi bệnh cúm.



## Tiêm phòng cúm quan trọng như thế nào với quý vị?

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

Lý Do	KHÔNG Quan Trọng	RẤT Quan Trọng
Giúp tránh mắc bệnh cúm	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Giảm nguy cơ mắc bệnh cúm nặng	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Giảm nguy cơ phải nhập viện vì bị bệnh cúm nặng.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Phòng ngừa các bệnh mãn tính như bệnh tim, suyễn hoặc tiểu đường trở nên trầm trọng hơn	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bảo vệ những người xung quanh quý vị mà có nguy cơ mắc bệnh cúm nặng cao hơn.	<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 là đối tượng KHÔNG nên tiêm phòng cúm như đã liệt kê trên trang 2.

## Kiểm tra kiến thức của quý vị

Đánh dấu  vào câu trả lời đúng nhất:



Tiêm phòng cúm



Từ chối tiêm phòng cúm



Không chắc chắn

1. Lựa chọn nào khiến quý vị có nguy cơ mắc bệnh cúm cao nhất?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Lựa chọn nào khiến quý vị có nguy cơ mắc bệnh cúm nặng thấp nhất?	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Lựa chọn nào khiến quý vị có nguy cơ cao nhất bị tác dụng phụ là đau và sưng ở cánh tay?	<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



## Chi tiết bổ sung về tiêm phòng cúm?

Để tìm hiểu thêm, vui lòng truy cập [www.iehp.org/flu](http://www.iehp.org/flu) hay quét mã QR.


## Quý vị có thể tiêm phòng cúm ở đâu?

Nhiều văn phòng bác sĩ, phòng khám, sở y tế và nhà thuốc đều có dịch vụ tiêm phòng cúm. Hãy liên hệ với văn phòng bác sĩ của quý vị để tìm hiểu quý vị nên tiêm phòng cúm ở đâu.




## Tiêm phòng cúm có phù hợp với quý vị không?


Đánh dấu  vào các bước tiếp theo của quý vị:

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

---

-  Có thể, nhưng tôi cần trao đổi về lựa chọn này với bác sĩ và gia đình của tôi trước.

---

-  Không, tiêm phòng cúm không phù hợp với tôi.

## Câu hỏi dành cho bác sĩ của quý vị:

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

### Nguồn:

Tờ Thông Tin của Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Bệnh Tật (Centers for Disease Control and Prevention, CDC):  
“Vắcxin Cúm: Ai Nên Tiêm và Ai Không Nên Tiêm”.  
Hỗ Trợ Ra Quyết Định Tiêm Phòng Cúm của Ottawa (OIDA)”