

# ĐỀ KHÁNG CHỐNG LẠI CÚM KHỞI ĐẦU TỪ QUÝ VỊ

## Ai nên chích ngừa cúm

Tất cả mọi người từ sáu tháng tuổi trở lên nên chích ngừa cúm mỗi năm. Vắc-xin cúm không chỉ bảo vệ bản thân quý vị mà còn có thể giúp bảo vệ những người xung quanh.

## Chích ngừa cúm đặc biệt quan trọng đối với một số người cụ thể

Những người có nguy cơ dễ bị biến chứng do cúm gây ra nhất rất nên tiêm vắc-xin cúm miễn phí theo Chương trình Chủng ngừa Toàn quốc, bao gồm:

- Người 65 tuổi trở lên
- Phụ nữ mang thai (ở bất kỳ giai đoạn nào trong thời gian mang thai)
- Thổ dân và dân đảo Torres Strait 6 tháng tuổi trở lên
- Trẻ em 6 tháng đến dưới 5 tuổi
- Người từ 6 tháng tuổi trở lên bị một số bệnh tật nhất định.

Một số tiểu bang và lãnh thổ nhiều khi có cung cấp vắc-xin miễn phí cho các nhóm khác. Hãy liên lạc với cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa hoặc truy cập trang mạng bộ y tế tiểu bang hoặc lãnh thổ quý vị cư ngụ để tìm hiểu.

Nếu quý vị không hội đủ điều kiện được tiêm vắc-xin miễn phí, quý vị có thể mua vắc-xin. Hãy liên lạc với cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa tại địa phương để biết chi phí là bao nhiêu.

## Sơ lược về cúm

Cúm là bệnh do vi-rút gây ra, phổ biến, ảnh hưởng đến người thuộc mọi lứa tuổi.

Mặc dù có thể là bệnh nhẹ đối với một số người, nhưng cũng có thể khiến những người bình thường khỏe mạnh khác bị bệnh rất nặng. Cúm có thể dẫn đến nhập viện và có thể gây tử vong.

Chích ngừa là cách an toàn nhất để bảo vệ bản thân quý vị và những người khác khỏi bị cúm.

## Sơ lược về vắc-xin cúm

Vắc-xin cúm tiêm mỗi năm để bảo vệ chống lại các chủng vi-rút phổ biến nhất.

Các chủng vi-rút có thể thay đổi từ năm này sang năm khác nên vắc-xin có lẽ sẽ cập nhật từ mùa này sang mùa khác, vì vậy, điều quan trọng là phải chích ngừa hàng năm.

Việc sử dụng loại vắc-xin nào sẽ phụ thuộc vào độ tuổi của quý vị. Cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa có thể cho quý vị biết họ sẽ sử dụng loại vắc-xin nào để chủng ngừa cho quý vị hoặc con quý vị.

Tất cả các loại vắc-xin do Chương trình Chủng ngừa Toàn quốc tài trợ có sẵn để sử dụng đều có bốn chủng vi-rút (bốn chủng—hai chủng cúm A và hai chủng cúm B). Các vắc-xin này không có nhựa latex.

## Tính an toàn của vắc-xin cúm

Chúng ta đã có vắc-xin cúm trong nhiều thập niên và vắc-xin này có thành tích tuyệt vời về an toàn. Các tác dụng phụ thường gặp do vắc-xin cúm gây ra bao gồm hơi bị đau, đỏ hoặc sưng tại vết kim tiêm vắc-xin. Các tác dụng phụ này thường kéo dài trong vài ngày và tan biến mà không cần điều trị.

Mặc dù một số tác dụng có thể giống như cúm, nhưng không có loại vắc-xin cúm nào sử dụng ở Úc có vi-rút cúm còn sống, vì vậy, chúng không thể gây ra cúm.

Những người bị dị ứng với trứng (kể cả từng bị sốc phản vệ) có thể chích ngừa cúm NIP một cách an toàn. Nếu quý vị bị dị ứng với trứng, vui lòng thảo luận vấn đề này với cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa.

Tác dụng phụ trầm trọng, chẳng hạn như phản ứng dị ứng trầm trọng cực kỳ hiếm khi xảy ra.

## Khi nào nên chích ngừa cúm

Quý vị nên chủng ngừa mỗi năm từ giữa tháng 4 trở đi để được bảo vệ trước mùa cúm, thường là từ tháng 6 đến tháng 9 ở hầu hết các vùng của Úc. Tuy nhiên, chích ngừa cúm không bao giờ là quá trễ vì bệnh cúm có thể lây lan quanh năm.

Nếu đã chích ngừa cúm mùa trước vào khoảng cuối năm ngoái hoặc vào khoảng đầu năm nay, quý vị vẫn nên chích ngừa mùa cúm mới năm nay khi đã có vắc-xin.

Vắc-xin cúm có thể tiêm cùng ngày với vắc-xin COVID-19 và hầu hết các loại vắc-xin khác.

### Chích ngừa cúm ở đâu

Quý vị có thể đặt cuộc hẹn chích ngừa với nhiều dịch vụ y tế bao gồm:

- phòng mạch bác sĩ địa phương/phòng khám đa khoa
- phòng chủng ngừa của hội đồng địa phương (có sẵn ở một số tiểu bang và lãnh thổ)
- trung tâm y tế cộng đồng
- Dịch vụ y tế Thổ dân
- các nhà thuốc có tham gia chương trình.

Không phải tất cả các cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa đều có vắc xin miễn phí do Chương trình Chủng ngừa Toàn quốc tài trợ. Hãy hỏi cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa quý vị thích để tìm hiểu:

- các loại vắc xin cụ thể họ có thể cung cấp
- khi nào sẽ có vắc xin; và
- khi nào quý vị có thể đặt cuộc hẹn chích ngừa
- liệu có phải trả chi phí khám bệnh hoặc lệ phí hành chính để được chích ngừa miễn phí.

### Trẻ em dưới 5 tuổi

Trẻ sơ sinh và trẻ em dưới 5 tuổi có nguy cơ dễ bị biến chứng và phải nhập viện do cúm gây ra hơn. Ngay cả trẻ em khỏe mạnh cũng có thể bị bệnh nặng do cúm gây ra.

Con quý vị có thể chích ngừa cúm riêng rẽ hoặc vào cùng một cuộc hẹn với các lần chích ngừa thường lệ khác.

Trẻ em dưới 9 tuổi chích ngừa cúm lần đầu tiên cần tiêm 2 liều vắc-xin cách nhau 4 tuần. Điều này tăng cường phản ứng miễn dịch đối với tất cả các chủng vắc-xin.

### Người 65 tuổi trở lên

Chủng ngừa là điều đặc biệt quan trọng đối với người 65 tuổi trở lên vì họ có nguy cơ dễ bị biến chứng do cúm hơn rất nhiều.

Tất cả người lớn từ 65 tuổi trở lên đều hội đủ điều kiện được tiêm vắc-xin cúm miễn phí được bào chế đặc biệt để tăng cường phản ứng miễn dịch nhằm bảo vệ tốt hơn.

### Cơ quan Đăng ký Chủng ngừa Úc

Cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa phải báo cáo tất cả các lần chích ngừa cúm với Cơ quan Đăng ký Chủng ngừa. Điều này bao gồm một số thông tin cá nhân như tên, ngày sinh, chi tiết liên lạc và số thẻ Medicare của quý vị.

### Thổ dân và dân đảo Torres Strait

Thổ dân và dân đảo Torres Strait có nguy cơ dễ bị bệnh rất nặng và phải nhập viện vì bệnh cúm hơn.

Để bảo vệ cộng đồng của quý vị, tất cả mọi người từ 6 tháng tuổi trở lên đều có thể chích ngừa cúm miễn phí hàng năm.

### Phụ nữ mang thai

Cúm là bệnh nguy hiểm đối với phụ nữ mang thai và thai nhi. Phụ nữ mang thai nên chích ngừa cúm, an toàn và miễn phí cho mỗi lần mang thai và có thể tiêm ở bất kỳ giai đoạn nào trong thời gian mang thai. Đồng thời cũng có thể chích ngừa cúm một cách an toàn trong thời gian cho con bú sữa mẹ.

Những thay đổi về chức năng miễn dịch, tim và phổi trong thời gian mang thai khiến phụ nữ mang thai dễ bị bệnh nặng và biến chứng do cúm gây ra.

Khi chủng ngừa trong thời gian mang thai, quý vị sẽ truyền các kháng thể bảo vệ qua nhau thai cho con mình. Nhờ vậy, con quý vị sẽ được bảo vệ trong vài tháng đầu tiên khi cháu dễ bị bệnh nhất và còn quá nhỏ để được chích ngừa.

Phụ nữ mang thai đã chích ngừa cúm năm ngoái vào khoảng đầu thai kỳ, nên chích ngừa cúm hiện nay nếu có vắc-xin trước khi con chào đời.

Nếu đã chích ngừa trước khi mang thai, quý vị nên chích ngừa lại trong thời gian mang thai để bảo vệ thai nhi.

Có thể chích ngừa cúm cùng lúc với vắc-xin ho gà và/hoặc vắc-xin COVID-19.

### Người bị vấn đề sức khỏe nhất định

Người từ 6 tháng tuổi trở lên bị các bệnh dưới đây khiến họ có nguy cơ dễ bị cúm nặng và các biến chứng hơn được chích ngừa cúm miễn phí:

- bệnh tim
- vấn đề sức khỏe hệ hô hấp kinh niên
- vấn đề sức khỏe hệ thần kinh kinh niên
- vấn đề sức khỏe suy giảm miễn dịch
- tiểu đường và các rối loạn chuyển hóa khác
- bệnh thận
- rối loạn huyết học
- trẻ em từ sáu tháng đến 10 tuổi đang điều trị bằng aspirin dài hạn.

Thảo luận với cơ sở cung cấp dịch vụ chủng ngừa về bệnh sử của mình và hỏi xem quý vị có nguy cơ bị bệnh hay không.



Hãy hỏi về vắc-xin cúm hôm nay

[health.gov.au/flu](https://health.gov.au/flu)



Tất cả thông tin trong tờ thông tin này đều chính xác tính vào thời điểm tháng 2 năm 2023.