National Immunisation Program

A joint Australian, State and Territory Government Initiative

Pambansang Programa sa Pagbabakuna

2024 Pagbabakuna laban sa Trangkaso (Flu)

Papel-kaalaman para sa konsyumer

Tungkol sa trangkaso

Ang trangkaso ay isang karaniwang impeksyong sanhi ng virus na nakakaapekto sa mga tao maging anuman ang edad.

Bagama't maaaring banayad na sakit lang ito para sa ilan, maaari rin itong magdulot ng malubhang karamdaman at maging sanhi ng pagkaka-ospital ng mga karaniwang malulusog na tao.

Ang pagbabakuna na ibinibigay taun-taon ng isang propesyonal sa kalusugan ang pinakaligtas na paraan ng proteksyon laban sa trangkaso.

Tungkol sa mga bakuna laban sa trangkaso

Ang mga strain ng virus na kumakalat ay maaaring magbago taun-taon, kaya naman may mga update sa mga bakuna batay sa payo ng eksperto. Iyon ang dahilan kung bakit mahalagang mabakunahan bawat taon.

Ang tatak ng bakuna na ginamit ay depende sa edad. Maaaring sabihin sa iyo ng iyong propesyonal sa kalusugan kung aling bakuna ang gagamitin nila para sa iyo o para sa pagbabakuna ng iyong anak.

Ang lahat ng mga bakunang pinondohan ng National Immunization Program na magagamit sa 2024 ay quadrivalent, na sumasaklaw sa apat na strain.

Ang mga bakunang batay sa itlog at isang bakuna na nakabatay sa selula (para sa mga taong may edad na 5 - 64 na taon) ay magagamit sa programa. Walang mas pinipiling rekomendasyon para sa alinman sa mga ito. Lahat ng mga ito ay walang latex.

Kaligtasan sa bakuna laban sa trangkaso

Ang bakuna sa trangkaso ay maraming dekada nang narito at may magandang rekord sa kaligtasan.

Kabilang sa mga karaniwang side effect mula sa bakuna ang banayad na pananakit, pamumula o pamamaga kung saan itinurok ang bakuna. Ang mga side effect na ito ay karaniwang tumatagal ng ilang araw at nawawala nang hindi ginagamot. Ang mga malubhang epekto, tulad ng isang matinding alerdyi ay bihira.

Ang bakuna ay walang laman na mga buhay na virus ng trangkaso kaya hindi ito maaaring maging sanhi ng trangkaso.

Ang mga taong may alerdyi sa itlog, kabilang dito ang may kasaysayan ng anaphylaxis, ay ligtas na makakatanggap ng lahat ng bakuna laban sa trangkaso. Kung mayroon kang alerdyi sa itlog, mangyaring pag-usapan ninyo ito ng iyong propesyonal sa kalusugan.

Sino ang dapat tumanggap ng bakuna laban sa trangkaso

Inirerekomenda na lahat ng mga taong may edad na 6 na buwan o mahigit ay magpabakuna laban sa trangkaso (flu) bawat taon. Pinoprotektahan ka ng bakuna laban sa trangkaso, ngunit makakatulong din itong protektahan ang mga nasa paligid mo.

Ang pagbabakuna laban sa trangkaso ay lalong mahalaga para sa ilan

Ang bakuna laban sa trangkaso ay mahigpit na inirerekomenda at libre sa ilalim ng programa para sa mga sumusunod na tao na pinaka-nanganganib sa mga komplikasyon mula sa trangkaso:

- Mga bata na may edad na 6 na buwan hanggang kulang-kulang 5 taon
- Mga buntis na nasa anumang yugto ng pagbubuntis
- Mga taong Aboriginal at Torres Strait Islander na may edad na 6 na buwan at mahigit
- Mga taong may edad na 65 taong gulang at mahigit
- Mga taong may edad na 6 na buwan at mahigit na may mga partikular na kondisyong medikal.

Ang ilang mga estado at teritoryo ay maaaring nag-aalok ng mga libreng bakuna para sa ibang mga grupo. Makipag-usap sa iyong propesyonal sa kalusugan o bisitahin ang website ng kagawaran ng kalusugan ng iyong estado o teritoryo upang malaman.

Kung hindi ka kwalipikado para sa libreng bakuna, maaari kang bumili ng bakuna. Makipag-usap sa iyong propesyonal sa kalusugan upang malaman kung magkano ang halaga nito.

Mga batang wala pang 5 taong gulang

Ang mga sanggol at batang wala pang 5 taong gulang ay mas nanganganib na magkaroon ng mga komplikasyon mula sa trangkaso, na posibleng humantong sa pagkaospital. Kahit ang mga malulusog na bata ay maaaring magkasakit ng matinding trangkaso.

Ang iyong anak ay maaaring bakunahan laban sa trangkaso nang walang kasamang iba pa o kasabay ng appointment para sa iba pang mga karaniwang pagbabakuna sa bata.

Ang mga batang wala pang 9 na taong gulang na nagpapabakuna laban sa trangkaso sa unang pagkakataon ay nangangailangan ng 2 dosis na may 4 na linggo ang pagitan. Pinalalakas nito ang immune response sa lahat ng strain ng bakuna.

Mga buntis

Ang trangkaso ay isang malubhang sakit para sa mga buntis at kanilang mga sanggol. Ang bakuna laban sa trangkaso ay inirerekomenda at libre para sa bawat pagbubuntis. Ito ay ligtas na ibigay sa anumang yugto ng pagbubuntis at habang nagpapasuso.

Ang mga pagbabago sa immune system, paggana ng puso at baga sa panahon ng pagbubuntis ay ginagawang mas madaling dapuan ng komplikasyon na kaugnay sa malubhang trangkaso.

Ang pagbabakuna sa pagbubuntis ay tumutulong sa paglipat ng mga pangprotektang protina (antibodies) sa sanggol sa pamamagitan ng inunan (placenta). Pinoprotektahan siya nito sa mga unang buwan habang napakabata pa niya para mabakunahan.

Para sa mga buntis na nabakunahan laban sa trangkaso noong nakaraang taon sa unang bahagi ng kanilang pagbubuntis ay inirerekomenda na magkaroon ng kasalukuyang bakuna laban sa trangkaso bago maipanganak ang kanilang sanggol.

Kung natanggap mo ang bakuna bago ang pagbubuntis, dapat kang muling bakunahan sa panahon ng pagbubuntis upang maprotektahan ang iyong hindi pa isinisilang na sanggol.

Ang pagbabakuna laban sa trangkaso ay maaaring ligtas na ibigay kasabay ng mga bakuna laban sa pertussis, COVID-19, o iba pa na inirerekomenda sa panahon ng pagbubuntis.

Mga taong may partikular na mga kondisyong medikal

Ang bakuna laban sa trangkaso ay libre para sa mga may edad na 6 na buwan o mas matanda na may mga sumusunod na kondisyon:

- sakit sa puso
- talamak na karamdaman sa paghinga
- huminang sistema ng resistansya
- sakit sa dugo
- talamak na karamdaman sa metabolismo
- talamak na sakit sa bato
- talamak na karamdaman sa utak (neurolical condition)
- pangmatagalang aspirin therapy sa mga batang may edad 5 hanggang 10 taon.

Makipag-usap sa iyong propesyonal sa kalusugan tungkol sa iyong medikal na kasaysayan at pagiging karapat-dapat.

Mga taong Aboriginal at Torres Strait Islander

Ang mga taong Aboriginal at Torres Strait Islander ay mas nanganganib na malubhang magkasakit at maospital dahil sa trangkaso.

Lahat ng mga taong Aboriginal at Torres Strait Islander na may edad na 6 na buwan at mahigit ay maaaring bakunahan nang libre laban sa trangkaso bawat taon.

Mga taong may edad na 65 taon at mahigit

Napakahalaga ng pagbabakuna para sa mga taong may edad na 65 taon at mahigit dahil sila ay may mataas na panganib na magkasakit mula sa trangkaso.

Lahat ng mga nasa hustong gulang na may edad na 65 taon at mahigit ay karapat-dapat para sa libreng bakuna laban sa trangkaso na sadyang ginawa upang palakasin ang depensa ng katawan para sa mas mabuting proteksyon.

Kailan magpabakuna laban sa trangkaso

Dapat kang magpabakuna bawat taon mula Abril hanggang sa hinaharap upang maprotektahan ka bago ang panahon ng trangkaso. Ang panahon na pinakamaraming kaso ng trangkaso ay karaniwan sa Hunyo hanggang Setyembre sa karamihan ng mga lugar sa Australya. Gayunpaman, hindi pa huli para magpabakuna dahil maaaring kumalat ang trangkaso sa buong taon.

Kung nagkaroon ka ng bakuna laban sa trangkaso sa katapusan ng nakaraang taon o sa unang bahagi ng taong ito, dapat ka pa ring magkaroon ng pinakabagong bakuna (new season vaccine) ngayong taon kapag mayroon na.

Saan magpabakuna laban sa trangkaso

Maaaring mag-book ng appointment sa pagbabakuna sa iba't ibang mga serbisyong pangkalusugan kabilang ang:

- mga lokal na doktor o GP
- mga klinika sa pagbabakuna ng lokal na konseho (makukuha sa ilang estado at teritoryo)
- mga sentrong pangkalusugan ng komunidad
- Mga serbisyong pangkalusugan ng mga Aboriginal
- mga kalahok na botika.

Hindi lahat ng mga serbisyong pangkalusugan na ito ay mayroong libreng mga NIP na bakuna. Alamin sa iyong piniling serbisyong pangkalusugan:

- ang mga partikular na bakuna na maaari nilang ibigay
- kung kailan sila magiging available
- kung kailan ka maaaring magpa-book para magpabakuna
- kung may bayad sa konsultasyon o singil sa serbisyo para makuha ang mga libreng bakuna.

Australian Immunisation Register

Inaatasan ang iyong propesyonal sa kalusugan na iulat ang lahat ng mga pagbabakuna laban sa trangkaso sa Australian Immunization Register, na sumisiguro ng tamang mga rekord.

Magtanong tungkol sa bakuna laban sa trangkaso ngayon sa health.gov.au/flu

Mga numero ng contact ng kagawaran ng kalusugan ng estado at teritoryo:

ACT	02 5124 9800	**SA**	1300 232 272
NSW	1300 066 055	**TAS**	1800 671 738
NT	08 8922 8044	**VIC**	immunisation@health.vic.gov.au
WA	08 9321 1312	**QLD**	Makipag-ugnayan sa inyong lokal na Public Health Unit

Australian Government
Department of Health and Aged Care

National Immunisation Program
A joint Australian, State and Territory Government Initiative

Filipino