TUMULONG NA PIGILIN ANG TRANGKASO SA 2022

LALONG MAHALAGA NGAYONG TAON NA ITO NA MAGPABAKUNA LABAN SA TRANGKASO

Ano ang trangkaso?

Ang trangkaso ay isang labis na nakakahawang impeksyong dulot ng virus na maaaring maging sanhi ng laganap na mga pagkakasakit at pagkakamatay taun-taon.

Ang mga virus ng trangkaso ay karaniwang kumakalat kapag ang taong may impeksyon ay umuubo o bumabahing. Maaaring maikalat ng mga tao ang virus bago nila malamang sila ay naimpeksyunan.

Sa taon na ito, tayong lahat ay mas mahina laban sa trangkaso dahil sa mas mababang pagkalantad kamakailan sa virus at mas kakaunting pagpapabakuna laban sa trangkaso. Sa pagbubukas ng mga hangganang internasyonal, malamang na makakita tayo ng mas maraming trangkaso sa 2022.

Ang mga sintomas ng impeksyong trangkaso ay karaniwang dumarating nang biglaan at maaaring kabilang ang:

- **lagnat at mataas na temperatura**
- **ubo**
- **mga pananakit ng kalamnan o katawan**
- **pagkahapo (kapaguran)**
- **mga sakit ng ulo**
- **makirot na lalamunan**
- **tumutulo o baradong ilong**

Ang impeksyong trangkaso ay mas malubha sa mga buntis, sanggol, matatanda, at taong may talamak na mga kondisyong kagaya ng sakit sa puso, baga o bato, o huminang mga naturalesa (immune systems).

Gayunpaman, maski ang mga taong malalakas at malulusog, lalo na ang mga bata, ay maaaring magkasakit nang malubha mula sa trangkaso. Ang trangkaso ay maaaring maging sanhi ng malubhang impeksyon sa baga at maaaring palalain ang mga talamak na kondisyon sa kalusugan. Ang ilang mga tao ay maaaring mamatay mula sa trangkaso at sa mga kumplikasyon nito.

Ang bakuna laban sa trangkaso

Ang pagbabakuna ang ating pinakamahusay na pananggol laban sa mga virus ng trangkaso. Maski ang mga taong malalakas at malulusog ay dapat magpabakuna laban sa trangkaso upang maprotektahan ang kanilang sarili at mapigilan ang pagkalat ng trangkaso.

Inihahanda ng pagbabakuna laban sa trangkaso ang iyong naturalesa upang labanan ang mga virus ng trangkaso. Ang bakuna laban sa trangkaso ay gumagamit ng mga bahagi ng patay na mga virus upang lumikha ng pantugon ng naturalesa matapos mabakunahan. Ang bakuna laban sa trangkaso ay hindi makakapagbigay sa iyo ng trangkaso dahil wala itong taglay na anumang buhay na mga virus.

Ang imyunidad na ibinibigay ng bakuna ay maaaring magprotekta sa iyo laban sa pagkakasakit kung ikaw ay malantad sa trangkaso sa komunidad. Ang imyunidad na ito ay makakabawas din sa kalubhaan ng karamdaman kung ikaw nga ay magkasakit.

Sino ang dapat magpabakuna laban sa trangkaso?

Inirerekomenda na ang lahat na may edad na anim na buwan pataas ay magpabakuna laban sa trangkaso taun-taon.

Ang ilang mga tao sa ating komunidad ay mas mahina laban sa virus ng trangkaso at maaaring dumanas ng mas malubhang mga kumplikasyon mula sa trangkaso. Ang mga taong ito ay marapat para sa libreng pagbabakuna laban sa trangkaso sa pamamagitan ng Pambansang Programa ng Imyunisasyon:

- Mga taong may edad na 65 taon pataas
- Mga buntis (sa anumang yugto sa panahon ng pagbubuntis)
- Lahat ng mga taong Aboriginal and Torres Strait Islander na may edad na anim na buwan pataas
- Lahat ng mga batang may edad na 6 na buwan hanggang sa wala pang 5 taong gulang
- Mga tao na may edad na 6 na buwan pataas na may partikular na mga kondisyong medikal na nagpapalaki ng tsansa ng pagkakaroon ng malubhang trangkaso at mga kumplikasyon nito.

Sa ilang mga estado at teritoryo, ang mga bakuna laban sa trangkaso ay maaari ring ibigay nang libre sa iba pang mga tao na hindi nakalista sa itaas. Makipag-usap sa iyong GP o bisitahin ang website ng Kagawaran ng Kalusugan ng inyong estado o teritoryo upang alamin ito.

Kung ikaw ay hindi marapat para sa libreng bakuna, maaari ka ring bumili ng bakuna laban sa trangkaso. Makipag-usap sa iyong GP o iba pang tagapagbigay ng imyunisasyon para sa karagdagang impormasyon.

Filipino

Ang pagbabakuna ang pinakaligtas na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili at ang ibang tao laban sa mga virus ng trangkaso

Ang bakuna laban sa trangkaso ay may magaling na rekord ng kaligtasan.

Kabilang sa mga side effect ng bakuna laban sa trangkaso ang bahagyang pananakit, pamumula o pamamaga sa bahaging naturukan ng bakuna. Ang mga side effect na ito ay karaniwang tumatagal nang ilang araw at nawawala nang walang anumang paggamot.

Anumang gamot, kabilang ang mga bakuna laban sa trangkaso, ay maaaring magkaroon ng posibleng malubhang mga side effect, kagaya ng malubhang allergy. Gayunpaman, ang mga reaksyong ito ay bihirang-bihira.

Kailangan ko bang magpabakunang muli kung ako ay nabakunahan na noong nakaraang taon?

Oo. Ang mga virus ng trangkaso ay palaging nagbabago, kaya ang mga bakuna ay maaaring magbago kada panahon upang magprotekta laban sa mga uri ng mga virus na iminumungkahi ng mga pananaliksik ay magiging karaniwan sa parating na panahon ng trangkaso. Kahit na ikaw ay nabakunahan ng 2021 na bakuna laban sa trangkaso sa katapusan ng 2021 o sa simula ng 2022, inirerekomenda pa rin na ikaw ay magpabakuna ng 2022 na bakuna laban sa trangkaso kapag mayroon na nito.

Bakit ko kailangan ng bakuna laban sa trangkaso sa taon na ito kung wala naman halos anumang trangkaso noong nakaraang panahon?

Sa panahon ng pandemyang COVID-19, nabawasan ang pag-ikot ng virus ng trangkaso at mas mababa ang mga antas na nasaklawan ng bakuna laban sa trangkaso kumpara sa nakaraang mga taon. Sa pagbubukas ng mga hangganan, inaasahan ang posibleng paglitaw ng trangkaso.

Kailan ako dapat magpabakuna?

Inirerekomenda ang pagbabakuna taun-taon bago dumating ang pinaka-aktibong panahon ng trangkaso (karaniwan ay Hunyo hanggang Setyembre). Gayunpaman, hindi pa huli para magpabakuna dahil maaaring kumalat ang trangkaso sa buong taon.

Maaari ba akong magpabakuna kung ako ay may allergy sa itlog?

Oo. Ang mga taong may allergy sa itlog, kahit na anaphylactic na allergy sa itlog, ay maaaring ligtas na mabakunahan laban sa trangkaso. Tiyaking ipaalam mo sa iyong GP o iba pang tagapagbigay ng imyunisasyon na ikaw ay may allergy sa itlog.

Kung minsan, ang mga tao ay maaaring magka-trangkaso kahit na sila ay nabakunahan – bakit nangyayari ito?

Ang bakuna laban sa trangkaso, tulad ng lahat ng mga bakuna, ay hindi 100% na epektibo. Ibig sabihin, kahit na ang mga tao ay nabakunahan laban sa trangkaso, may tsansa pa rin na sila ay magkaimpeksyon. Mahalagang tandaan na nababawasan ng pagbabakuna laban sa trangkaso ang tsansa ng pagkakaroon ng trangkaso at maaari ring bawasan ang kalubhaan ng karamdaman kung maimpeksyunan nga ang mga tao ng virus.

Ang bakuna laban sa trangkaso ay maaari bang ibigay kasabay ng bakuna laban sa COVID-19?

Ang bakuna laban sa trangkaso at mga bakuna laban sa COVID-19 ay ligtas na maibibigay nang sabay. Ang pinakamahusay na paraan upang maprotektahan ang iyong sarili laban sa dalawang impeksyon ay ang pagtiyak na ikaw ay nabakunahan laban sa trangkaso at kumpletong nabakunahan laban sa COVID-19.

Ang Australian Immunisation Register

Ang iyong tagapagbigay ng imyunisasyon ay inatasang mag-ulat sa lahat ng pagbabakuna laban sa trangkaso sa Register. Kabilang dito ang ilang personal na impormasyon gaya ng iyong pangalan, petsa ng kapanganakan, mga detalye ng pagkontak, at ang numero ng iyong Medicare card. Ang impormasyon kung paano pinamamahalaan ng Kagawaran ang iniulat na impormasyon sa Register ay makukuha sa **health.gov.au**

Saan ako makakakuha ng karagdagang impormasyon?

Makipag-usap sa iyong GP o iba pang tagapagbigay ng imyunisasyon tungkol sa pagbabakuna laban sa trangkaso.

Bisitahin ang **health.gov.au/immunisation**

Lahat ng impormasyon sa lathalaing ito ay tama noong Marso 2022.

Filipino

Australian Government
Department of Health

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