

Bảo vệ gia đình và cộng đồng của bạn

Thực hiện tất cả các chủng ngừa được khuyến nghị đúng thời điểm. Chúng giúp bạn được khỏe mạnh và ngăn chặn sự phát tán của bệnh tới gia đình và cộng đồng của bạn.

Một số loại bệnh, như ho gà và sởi, phát tán rất dễ dàng.

Những người không được chủng ngừa đặt chính họ và những người khác vào mối nguy mắc các bệnh mà có thể phòng ngừa bởi vắc-xin.

Chỉ một số lượng nhỏ những người không được bảo vệ cũng có thể dẫn tới sự bùng nổ dịch bệnh.



Bạn có đang đi du lịch?



Nếu bạn đang đi du lịch bên ngoài Hoa Kỳ, bạn có thể cần các chủng ngừa khác để bảo vệ bạn khỏi các loại bệnh phổ biến ở các vùng khác của thế giới.

Hãy tham vấn bác sĩ, y tá hoặc sỏ y tế địa phương nếu bạn muốn biết những loại chủng ngừa nào được khuyến nghị. Tìm hiểu thêm thông tin về chủng ngừa du lịch tại www.cdc.gov/travel (Chỉ dùng Tiếng Anh)

Giữ một bản sao phiếu theo dõi chủng ngừa của bạn

Việc giữ phiếu theo dõi chủng ngừa cho bạn và con bạn là rất quan trọng. Bạn có thể cần tới những phiếu này để gửi trẻ, đi học, đi cắm trại, học đại học, quân đội, đi du lịch hoặc đi làm.

Nếu bạn không có những phiếu theo dõi này, bạn có thể lấy các bản sao từ văn phòng bác sĩ của bạn hoặc yêu cầu chúng từ Hệ Thống Thông Tin Chủng Ngừa Tiểu Bang Washington. Để có thêm thông tin hãy gọi 1-800-325-5599 hoặc truy cập www.childprofile.org (Chỉ dùng Tiếng Anh)



Thông tin thêm

Để tìm một nhà cung cấp chủng ngừa hãy gọi Đường Dây Nóng Sức Khỏe Gia Đình tại 1-800-322-2588.

Để có các gợi ý về cách tìm kiếm thông tin chủng ngừa đáng tin cậy:
www.cdc.gov/vaccines/vac-gen/evalwebs.htm
(Chỉ dùng Tiếng Anh)

Nguồn Lực Tiểu Bang :

- Sỏ Y Tế Tiểu Bang Washington (Washington State Department of Health): www.doh.wa.gov/immunization (Chỉ dùng Tiếng Anh)
- Tìm kiếm sỏ y tế địa phương của bạn: www.doh.wa.gov/localhealth (Chỉ dùng Tiếng Anh)

Nguồn Lực Quốc Gia

- Các Trung Tâm Kiểm Soát và Ngăn Chặn Dịch Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention): www.cdc.gov/vaccines (Chỉ dùng Tiếng Anh)
- Bộ Y Tế và Dịch Vụ Nhân Sinh Hoa Kỳ (U.S. Department of Health and Human Services): www.vaccines.gov (Chỉ dùng Tiếng Anh)



PUBLIC HEALTH
ALWAYS WORKING FOR A SAFER AND HEALTHIER WASHINGTON

Nếu quý vị bị khuyết tật và cần tài liệu này ở định dạng khác, xin vui lòng gọi 1-800-525-0127 (những người sử dụng dịch vụ TDD/TTY, hãy gọi 711).

DOH 348-108 September 2017 Vietnamese

Chủng ngừa cho Mọi Độ Tuổi



Trẻ Sơ Sinh và Trẻ Nhỏ

Các vắc-xin có thể ngăn chặn các bệnh nghiêm trọng. Trẻ sơ sinh và trẻ nhỏ thường có nguy cơ cao gặp phải các vấn đề nghiêm trọng nếu chúng mắc các bệnh này. Thực hiện tất **cả các chủng ngừa đúng thời gian** để nhận được sự bảo vệ tốt nhất.

Các vắc-xin sau đây được khuyến nghị tiêm từ khi sinh ra cho tới ba tuổi:

Từ khi sinh ra cho tới 3 Tuổi

- Thủy đậu
- DTaP (Bạch hầu, Uốn ván, ho gà)
- Cảm cúm, hàng năm
- Viêm gan A
- Viêm gan B
- Hib (*Haemophilus influenzae* loại b)
- MMR (Sởi, Quai bị, bệnh sởi rubella)
- Phế cầu khuẩn
- Bại liệt
- Rotavirus



Nơi gửi trẻ và Trẻ Trong Độ Tuổi Tới Trường

Trẻ sinh hoạt trong các môi trường nhóm, như nơi gửi trẻ và trường học, thường có nguy cơ nhiễm các loại bệnh. Để giúp con của bạn được khỏe mạnh và tiêm phòng đầy đủ, các loại vắc-xin sau được khuyến nghị:

4 tới 6 Tuổi

- Thủy đậu
- DTaP
- Cảm cúm, hàng năm
- MMR
- Bại liệt

7 tới 10 Tuổi

- Cảm cúm, hàng năm
- Tdap (Uốn ván, Bạch hầu, ho gà – nếu có liều DTaP nào đã bị lỡ)

Mọi người ở bất kỳ độ tuổi nào có các điều kiện sức khỏe cụ thể có thể cần thêm vắc-xin. Hãy gọi cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của bạn.



Thiếu Nhi, Thiếu Niên và Thanh Niên Trẻ

Thiếu nhi, thiếu niên và thanh niên trẻ cũng cần vắc-xin để bảo vệ chính họ và những người khác khỏi bệnh. Các loại vắc-xin sau được khuyến nghị cho các nhóm người này:

11 tới 12 Tuổi

- Cảm cúm, hàng năm
- HPV (bệnh mào gà)
- Bệnh não mô cầu
- Tdap.

13 tới 18 Tuổi

- Cảm cúm, hàng năm
- HPV
- Bệnh não mô cầu, liều tăng cường

19 tới 26 Tuổi

- Cảm cúm, hàng năm
- HPV
- Tdap/Td – phụ nữ cần dùng một liều Tdap cho mỗi thời gian thai kỳ



Người Lớn và Người Cao Tuổi

Bằng việc được chủng ngừa, người lớn giúp bảo vệ những người xung quanh, đặc biệt là trẻ sơ sinh và người bị các bệnh mãn tính hoặc hệ thống miễn dịch bị suy yếu.

Một số chủng ngừa được khuyến nghị cho người lớn với những điều kiện sức khỏe, công việc hoặc phong cách sống cụ thể. Các loại khác được khuyến nghị đặc biệt cho người cao tuổi. Hãy nói chuyện với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe về những vắc-xin này:

27 tới 59 Tuổi

- Cảm cúm, hàng năm
- Tdap/Td – phụ nữ cần một liều Tdap cho mỗi thai kỳ

Hơn 60 Tuổi

- Cảm cúm, hàng năm
- Phế cầu khuẩn
- Bệnh Zo-na
- Tdap/Td

Cho mọi người ở mọi độ tuổi: Có thể cần thêm vắc-xin nếu có loại nào đó bị lỡ. Hãy bắt nhịp ngay bây giờ!

