

Hãy Tiêm Ngừa Cúm

Lời nhắn Gửi đến toàn Cộng đồng

Bộ Y Tế Công Cộng California

- Mùa cúm đã đến!
- Điều quan trọng là mọi người phải làm phần trách nhiệm của mình để giữ gìn sức khỏe trong mùa cúm này, đặc biệt là trong thời kỳ đại dịch.
- Che miệng khi ho, rửa tay và ở nhà nếu bị bệnh có thể giúp ngăn chặn sự lây lan của bệnh cúm và các bệnh nhiễm trùng khác.
- Cách tốt nhất để giúp ngăn ngừa bệnh cúm là tiêm ngừa cúm.
- Phòng ngừa bệnh cúm có thể giúp tiết kiệm các nguồn lực y tế cần thiết để chăm sóc những người bị COVID-19.

Ai nên tiêm ngừa cúm:

- Tiêm ngừa cúm là một phần quan trọng để bảo vệ sức khỏe của quý vị và gia đình trong mùa này.
- Ai nên tiêm ngừa cúm?
- Mọi người kể cả trẻ từ 6 tháng tuổi trở lên nên tiêm ngừa cúm.
- Trẻ sơ sinh dưới 6 tháng tuổi không thể tiêm ngừa cúm nhưng gia đình và người chăm sóc của trẻ thì có thể. Đó là một cách dễ dàng để bảo vệ những người quý vị thương yêu.
- Những người đang mang thai cũng nên tiêm ngừa cúm - nó có thể giúp ngăn ngừa bệnh tật và biến chứng nghiêm trọng cho mẹ và bảo vệ em bé khỏi bệnh cúm.
- Nhân viên tuyến đầu nên tiêm ngừa cúm vì họ có nguy cơ bị nhiễm cúm và COVID-19 cao hơn.
- Những người có vấn đề về sức khỏe như bệnh tim, hen suyễn hoặc tiểu đường nên tiêm ngừa cúm vì họ có nhiều khả năng bị bệnh nặng do cúm.
- Ngay cả những người trưởng thành khỏe mạnh cũng cần tiêm ngừa cúm - để bảo vệ bản thân và những người xung quanh. Tiêm ngừa cúm giúp ngăn ngừa việc người lớn khỏe mạnh lây bệnh cúm cho trẻ em, phụ nữ có thai và người lớn trên 65 tuổi.

Tiêm ngừa cúm ở đâu:

- Quý vị có thể gọi cho bác sĩ hoặc phòng khám của mình và hỏi nơi họ tiêm ngừa cúm trong năm nay.
- Nếu quý vị không có bác sĩ thường xuyên khám, thì vắc xin cúm cũng có sẵn ở những nơi như sở y tế, siêu thị, hiệu thuốc và quầy thuốc.
- Vào thời điểm này trong năm, các nhà thuốc và tiệm thuốc đều bận rộn, vì vậy quý vị nên gọi điện trước và đặt lịch hẹn để tiêm ngừa cúm. Sau đó, quý vị sẽ ra vào nhanh chóng.
- Trang web vaccinefinder.org có thể giúp quý vị tìm một nơi cung cấp các mũi tiêm ngừa cúm gần quý vị.

Tiêm ngừa cúm giá bao nhiêu?

- Chủng ngừa cúm được miễn phí với hầu hết các bảo hiểm y tế - bao gồm Medicare Phần B và MediCal. Không có khoản đồng thanh toán trừ khi chương trình của quý vị yêu cầu.
- Nếu quý vị không có bảo hiểm y tế, giá có thể khác nhau tại các hiệu thuốc, nhưng sở y tế địa phương của quý vị có thể cung cấp các mũi tiêm ngừa cúm miễn phí.
- Nhiều trường đại học cung cấp tiêm ngừa cúm miễn phí cho sinh viên của họ, và các cựu chiến binh quân đội đã đăng ký thông qua Bộ Cựu chiến binh có thể được tiêm miễn phí tại cơ sở chăm sóc VA gần nhất.

Cúm và COVID-19

- Tiêm ngừa cúm giúp giảm nguy cơ mắc bệnh cúm. Tiêm vắc-xin cúm sẽ không bảo vệ khỏi COVID-19. Tuy nhiên, thuốc chủng ngừa cúm có thể làm giảm nguy cơ mắc bệnh cúm và các trường hợp nhập viện liên quan đến các biến chứng của bệnh cúm. Khi tránh được việc nhiều người nhập viện, chúng ta có thể tiết kiệm các nguồn lực chăm sóc sức khỏe trong thời gian đại dịch.
- Các triệu chứng của COVID-19 và bệnh cúm tương tự nhau nên khó có thể phân biệt được.
 - Nếu quý vị bị bệnh, hãy ở nhà, cung cấp cho cơ thể đủ nước, tránh tiếp xúc với người khác càng nhiều càng tốt và gọi cho bác sĩ hoặc phòng khám của quý vị để được tư vấn về cách điều trị và liệu quý vị có nên xét nghiệm COVID-19 hay không.
 - Nếu quý vị hoặc ai đó mà quý vị biết cảm thấy khó thở, đau hoặc tức ngực, hoặc không thể đánh thức hoặc tỉnh táo, hãy tìm đến chăm sóc y tế ngay lập tức.
- Nếu quý vị muốn tìm hiểu thêm về bệnh cúm, hãy đến một nguồn đáng tin cậy. Trang web của Bộ Y tế Công cộng California là cdph.ca.gov/FightFlu.