

Đừng chần chừ Hãy đi tiêm

Ngừa cúm hiệu quả



Centre for Health Protection



2125 2125

www.chp.gov.hk



Department of Health



Cúm mùa là gì?



Cúm mùa là bệnh cấp tính ở đường hô hấp do virus cúm gây ra. Virus cúm chủ yếu lây truyền qua giọt bắn đường hô hấp.

Cúm mùa có các triệu chứng đặc trưng như: sốt, đau họng, ho, sổ mũi, đau đầu, đau cơ và mệt mỏi toàn thân. Các triệu chứng này thường tự khỏi. Tuy nhiên, cúm mùa có thể gây bệnh nặng ở người cao tuổi và người có hệ miễn dịch suy yếu, dẫn đến viêm phế quản, viêm phổi, bệnh não do cúm hoặc thậm chí tử vong. Người khỏe mạnh cũng có thể gặp phải các biến chứng nghiêm trọng do cúm.

Làm thế nào để phòng ngừa cúm mùa?

Để phòng ngừa cúm mùa, mỗi người nên tiêm vắc xin cúm mùa (SIV) sớm và duy trì vệ sinh cá nhân và môi trường sạch sẽ.



Tại sao việc tiêm vắc xin cúm mùa (SIV) lại quan trọng?

SIV là một trong những biện pháp hiệu quả để phòng ngừa cúm mùa và các biến chứng của nó, đồng thời giúp giảm nguy cơ nhập viện và tử vong liên quan đến cúm.

Có cần tiêm vắc xin cúm mùa hàng năm không?



Có. Các chủng virus cúm lưu hành có thể thay đổi theo thời gian và thành phần vắc xin được cập nhật mỗi năm dựa trên các chủng lưu hành để tăng cường khả năng bảo vệ. Ngoài ra, các nghiên cứu cho thấy tiêm vắc xin cả trong mùa hiện tại và mùa trước mang lại khả năng bảo vệ tốt hơn so với không tiêm hoặc chỉ tiêm trong mùa trước. Do đó, khuyến nghị tiêm SIV hàng năm.

Ai nên tiêm vắc xin cúm mùa (SIV)?



Vì vắc xin cúm mùa giúp phòng ngừa cúm lâm sàng và các trường hợp nặng vẫn có thể xảy ra ngay cả ở người khỏe mạnh, **mọi người từ 6 tháng tuổi trở lên**, trừ những người có chống chỉ định đã biết, nên tiêm SIV hàng năm để bảo vệ bản thân.

Ngoài ra, một số nhóm có nguy cơ cao bị cúm nặng hoặc lây truyền virus cúm cho người nguy cơ cao nên được ưu tiên tiêm SIV.

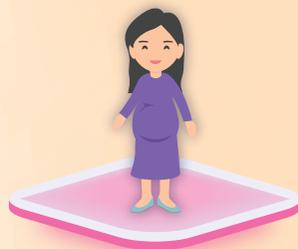
Nhóm ưu tiên theo khuyến nghị của Ủy ban Khoa học về Bệnh Có thể Phòng ngừa bằng Vắc xin (SCVPD):



Nhân viên y tế



Người từ 50 tuổi trở lên



Phụ nữ mang thai



Những người sống tại các Cơ sở Chăm sóc Người cao tuổi



Người có Bệnh lý Mạn tính ▲



Trẻ em và Thanh thiếu niên từ 6 Tháng đến Dưới 18 Tuổi



Người lao động trong Ngành gia cầm



Nông dân chăn nuôi lợn và Người làm nghề giết mổ lợn

▲ Người từ 18 đến 49 tuổi có bệnh lý mạn tính cũng có thể tiêm vắc xin cúm mùa miễn phí/ được trợ cấp.

疫苗接種計劃 Vaccination Schemes



Vaccination Schemes

Thông tin tiêm chủng cho người dân Hồng Kông

Chính phủ triển khai Chương trình Tiêm chủng của Chính phủ (GVP) và Chương trình Trợ cấp Tiêm chủng (VSS) để cung cấp vắc xin cúm mùa (SIV) miễn phí hoặc được trợ cấp cho những người dân Hồng Kông đủ điều kiện. Để biết chi tiết, vui lòng truy cập trang web 'Các Chương trình Tiêm chủng' của Trung Bảo vệ Sức khỏe, Bộ Y tế.

Những người được tiêm chủng từ 18 tuổi trở lên phải đăng ký eHealth



Children and Adolescents



Pregnant Women



Persons Aged 50 Years or Above

Người dân có thể tham khảo ý kiến bác sĩ gia đình để tiêm SIV nhằm bảo vệ sức khỏe cá nhân.

Vắc xin cúm mùa có thể được tiêm cùng với vắc xin COVID-19 trong cùng một lần tiêm khi có sự đồng ý đầy đủ. Việc tiêm cả vắc xin cúm mùa và vắc xin COVID-19 có thể giảm nguy cơ nhập viện và thời gian nằm viện.

Nếu có bất kỳ sự không nhất quán hoặc mơ hồ nào giữa bản tiếng Anh và các bản dịch, bản tiếng Anh sẽ được ưu tiên áp dụng.

Tìm hiểu thêm về vắc xin cúm

Vắc xin cúm bất hoạt, vắc xin cúm sống giảm độc lực và vắc xin cúm tái tổ hợp đều là những loại vắc xin hiệu quả để phòng ngừa cúm. Các loại vắc xin trên được SCVDP khuyến nghị sử dụng tại Hồng Kông.

	Vắc xin cúm bất hoạt (IIV)	Vắc xin cúm sống giảm độc lực (LAIV)	Vắc xin cúm tái tổ hợp (RIV)
Độ tuổi khuyến cáo	6 tháng trở lên	2–49 tuổi	18 tuổi trở lên
Đường dùng	Tiêm vào cơ (một số trường hợp tiêm dưới da)	Xịt mũi	Tiêm vào cơ
Thành phần	● Chứa virus cúm bất hoạt (chết)	● Chứa virus cúm suy yếu	● Sản xuất bằng công nghệ tái tổ hợp, không cần trứng hoặc virus cúm trong quá trình sản xuất
Liều lượng và lịch tiêm	<ul style="list-style-type: none"> ● Sau tiêm khoảng 2 tuần cơ thể mới sinh kháng thể và có khả năng bảo vệ chống lại virus cúm ● Tiêm một lần mỗi mùa để có bảo vệ cho cả mùa cúm đông và mùa hè ● Người từ 9 tuổi trở lên: một liều ● Trẻ dưới 9 tuổi: <ul style="list-style-type: none"> ○ Một liều trong mùa này nếu đã từng tiêm vắc xin cúm mùa trước ○ Hai liều, cách nhau ít nhất 28 ngày nếu chưa từng tiêm vắc xin cúm mùa 		
Tiêm cùng các Vắc xin Khác*	<ul style="list-style-type: none"> ● Các vắc xin bất hoạt hoặc sống khác có thể tiêm cùng ngày hoặc cách bất kỳ khoảng thời gian nào ● Nếu tiêm cùng ngày, nên tiêm ở các vị trí khác nhau 	<ul style="list-style-type: none"> ● Các vắc xin sống khác không tiêm cùng ngày phải cách nhau ít nhất 28 ngày ● Các vắc xin bất hoạt có thể tiêm cùng ngày hoặc cách bất kỳ khoảng thời gian nào 	<ul style="list-style-type: none"> ● Các vắc xin bất hoạt hoặc sống khác có thể tiêm cùng ngày hoặc cách bất kỳ khoảng thời gian nào ● Nếu tiêm cùng ngày, nên tiêm ở các vị trí khác nhau
*Vắc xin COVID-19 và vắc xin cúm mùa có thể tiêm cùng trong cùng một lần khi có sự đồng ý đầy đủ.			
Người dị ứng với trứng	<ul style="list-style-type: none"> ● Thường sẽ an toàn khi tiêm ● Dị ứng nhẹ: Có thể tiêm tại cơ sở chăm sóc ban đầu ● Dị ứng nặng: nên tiêm tại cơ sở y tế có chuyên môn để nhận biết và xử lý phản ứng dị ứng nghiêm trọng 		<ul style="list-style-type: none"> ● Thường an toàn vì không chứa protein có trong trứng
Chống chỉ định (không phù hợp với SIV)**	<ul style="list-style-type: none"> ● Tiền sử phản ứng dị ứng nghiêm trọng với bất kỳ thành phần nào của vắc xin hoặc sau liều cúm trước ● Người có rối loạn chảy máu hoặc đang dùng thuốc chống đông cần tham khảo ý kiến bác sĩ 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tiền sử phản ứng dị ứng nghiêm trọng với bất kỳ thành phần nào của vắc xin hoặc sau liều cúm trước ● Trẻ em và thanh thiếu niên đang dùng aspirin hoặc thuốc chứa salicylate ● Trẻ từ 2 đến 4 tuổi bị hen hoặc có tiền sử thở khò khè trong 12 tháng qua ● Người suy giảm miễn dịch do bất kỳ nguyên nhân nào ● Người tiếp xúc gần và chăm sóc người suy giảm miễn dịch nặng cần môi trường bảo vệ ● Phụ nữ mang thai ● Đã dùng thuốc chống virus cúm trong 48 giờ trước 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tiền sử phản ứng dị ứng nghiêm trọng với bất kỳ thành phần nào của vắc xin hoặc sau liều cúm trước ● Người có rối loạn chảy máu hoặc đang dùng thuốc chống đông cần tham khảo ý kiến bác sĩ
**Người đang bị sốt nên hoãn tiêm cho đến khi hồi phục.			
Tác dụng phụ có thể gặp ***	<ul style="list-style-type: none"> ● Tại vị trí tiêm: <ul style="list-style-type: none"> ○ Đau ○ Đỏ và sưng ● Toàn thân: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sốt ○ Ớn lạnh ○ Mệt mỏi ○ Đau cơ 	<ul style="list-style-type: none"> ● Nghẹt mũi hoặc sổ mũi ● Sốt ● Đau họng ● Tăng nguy cơ thở khò khè (trẻ dưới 5 tuổi có tiền sử thở khò khè hoặc người bất kỳ tuổi nào bị hen) 	<ul style="list-style-type: none"> ● Tại vị trí tiêm: <ul style="list-style-type: none"> ○ Đau ○ Đỏ và sưng ● Toàn thân: <ul style="list-style-type: none"> ○ Sốt ○ Ớn lạnh ○ Mệt mỏi ○ Đau cơ
***Các tác dụng phụ của SIV thường nhẹ và tạm thời. Nếu gặp sốt kéo dài, phản ứng dị ứng nghiêm trọng (ví dụ: khó thở, sưng môi hoặc lưỡi, nổi mề đay, v.v.) hoặc bất kỳ phản ứng bất lợi nào khác sau khi tiêm SIV, vui lòng tham khảo ý kiến bác sĩ ngay lập tức.			

Thông tin trên chỉ mang tính tham khảo.
Người dân nên tham khảo ý kiến bác sĩ gia đình trước khi tiêm vắc xin cúm.