

TÔI NÊN LÀM GÌ NẾU BỊ BỆNH?

Nếu quý vị có triệu chứng cúm và quý vị thuộc nhóm người có nguy cơ sức khỏe, hãy liên lạc bác sĩ địa phương.

SỰ THẬT VỀ BỆNH CÚM

- 700.000 đến 1,4 triệu người tại NSW bị cúm mỗi năm
- 800-1000 người chết vì những bệnh liên quan đến cúm mỗi năm tại NSW
- Một lần hắt hơi có thể chứa đến hai triệu hạt siêu vi riêng lẻ
- Một cái hắt hơi có thể di chuyển 160 km/giờ và bắn ra xa đến 1,5 mét
- Siêu vi cúm có thể sống sót tới hai ngày trên một số bề mặt cứng
- Siêu vi cúm có thể sống sót tới 30 phút trên bàn tay chưa rửa

MUỐN BIẾT THÊM THÔNG TIN

THẢO LUẬN VỚI BÁC SĨ HOẶC BAN Y TẾ
CÔNG CỘNG ĐỊA PHƯƠNG QUA SỐ
1300 066 055

NSW HEALTH INFLUENZA PAGE
www.health.nsw.gov.au/flu

NSW HEALTH IMMUNISATION PAGE
www.health.nsw.gov.au/immunisation

IMMUNISE AUSTRALIA PROGRAM
www.immunise.health.gov.au

NATIONAL CENTRE FOR IMMUNISATION
RESEARCH AND SURVEILLANCE
www.ncirs.edu.au



April 2017 © NSW Health. SHPN (CHP) 170214
Are you at risk of severe flu? Vietnamese



Quý vị có nguy cơ bị cúm nặng?

Một bệnh trạng có sẵn của quý vị có thể làm tăng nguy cơ bị cúm nặng, ngay cả khi quý vị còn trẻ và khỏe mạnh.

Are you at risk
of severe flu?



Vietnamese

NHỮNG NGƯỜI CÓ NGUY CƠ BỊ CÚM NẶNG

Dưới Chương trình Chủng ngừa Toàn quốc, việc chủng ngừa cúm theo mùa được có sẵn và miễn phí cho những người từ 6 tháng tuổi trở lên mà:

- có **bệnh tim**
- có bệnh trạng hô hấp mãn tính chẳng hạn như **suyễn** nặng hoặc **bệnh phổi**
- có bệnh **mãn tính** cần được theo dõi sức khỏe thường xuyên hoặc nằm viện trong năm vừa qua, kể cả bệnh **tiểu đường** và suy thận
- có **bệnh trạng thần kinh mãn tính**, kể cả chứng đa xơ cứng (MS) và các chứng rối loạn do động kinh
- có **hệ miễn nhiễm suy yếu** do chữa trị hoặc do bệnh kể cả nhiễm HIV; chữa trị ung thư, sử dụng corticosteroid lâu dài
- tuổi từ 5 đến 10 tuổi và đang được **trị liệu dài hạn với aspirin**

Việc chủng ngừa cúm miễn phí cũng có sẵn và được khuyến nghị cho:

- tất cả những người 65 tuổi trở lên
- tất cả phụ nữ mang thai
- tất cả Thổ dân từ 6 tháng đến 5 tuổi
- tất cả Thổ dân từ 15 tuổi trở lên.

Nếu quý vị không biết chắc, hãy hỏi bác sĩ.

CHŨNG NGỪA HÀNG NĂM LÀ CÁCH TỐT NHẤT ĐỂ NGỪA CÚM

Những người có nguy cơ bị cúm nặng nên chủng ngừa cúm mỗi năm.

Thuốc mới để chủng ngừa cúm theo mùa được sản xuất hàng năm để giúp huấn luyện cơ thể quý vị tạo ra kháng thể chống lại dòng siêu vi cúm hiện thời.

Giống như tất cả loại thuốc men, thuốc chủng ngừa cúm có chút ít nguy cơ tác dụng phụ, chẳng hạn như hơi đau ở điểm chích. Thuốc chủng ngừa không chứa bất cứ siêu vi sống nào do đó không thể làm cho quý vị bị cúm.

BỆNH CÚM LAN TRUYỀN RÀ SAO?

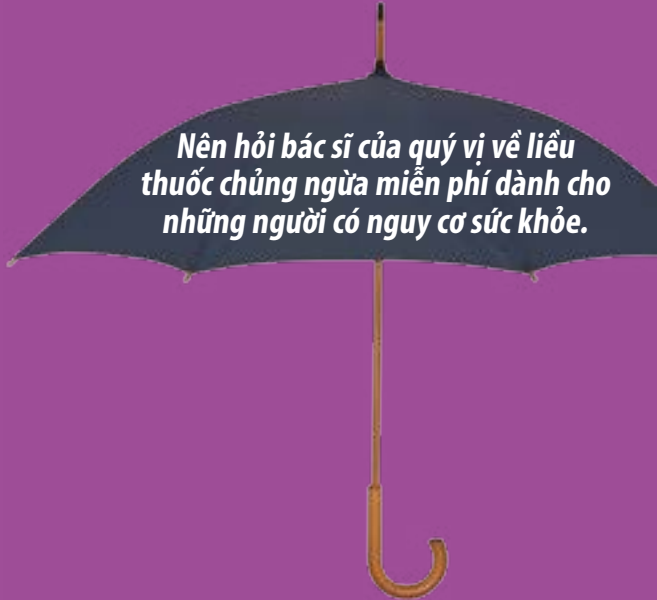
Bệnh cúm lan truyền bằng cách:

- các hạt li ti khi một người bệnh ho hoặc hắt hơi
- khi một người chạm các bề mặt nơi các hạt li ti đã vướng vào.

Một người bị lây nhiễm có thể truyền bệnh cúm trước khi bắt đầu có triệu chứng, và họ bị lây nhiễm từ ngày trước khi có triệu chứng cho đến 5-7 ngày sau đó. Trẻ em và những người có hệ miễn dịch suy yếu có thể bị nhiễm bệnh lâu hơn.

CÚM LÀ BỆNH ĐƯỜNG HÔ HẤP VÀ HAY LÂY VÀ DO SIÊU VI CÚM GÂY RA.

HẦU HẾT NGƯỜI BỆNH HỒI PHỤC SAU VÀI NGÀY TUY NHIÊN ĐỐI VỚI MỘT SỐ NGƯỜI THÌ BỆNH CÚM CÓ THỂ DẪN ĐẾN TỬ VONG. ƯỚC TÍNH CÓ KHOẢNG 800-1000 NGƯỜI TỬ VONG TẠI NSW MỖI NĂM DO CÁC BỆNH LIÊN QUAN ĐẾN CÚM.



Nên hỏi bác sĩ của quý vị về liều thuốc chủng ngừa miễn phí dành cho những người có nguy cơ sức khỏe.