

## Chủng Ngừa Cúm (Flu): Các Sai Lầm và Sự Kiện Influenza (Flu) Immunization: Myths and Facts

Chủng ngừa cúm ('flu') là một quyết định an toàn, hiệu quả và khỏe mạnh. Siêu vi khuẩn cúm có thể gây bệnh nặng và ngay cả có thể làm thiệt mạng những người bị một số bệnh kinh niên nào đó. Thuốc chủng ngừa cúm, còn được gọi là chích ngừa cúm, là cách bảo vệ tốt nhất để chống lại bệnh này và các biến chứng.

Nhiều người dùng chữ 'flu' để gọi bất cứ bệnh gì do siêu vi khuẩn gây ra, chẳng hạn như 'stomach flu' ('đau bụng'). Tuy nhiên, siêu vi khuẩn cúm gây bệnh thường là nặng hơn các loại siêu vi khuẩn khác.

BC HealthFile này cung cấp chi tiết về các sai lầm và sự kiện về chủng ngừa cúm.

**Sai Lầm:** Cúm không phải là một căn bệnh nghiêm trọng.

**Sự Kiện:** Mỗi năm tại BC có vài trăm người bị thiệt mạng vì cúm, hoặc vì các biến chứng từ cúm như sưng phổi. Cúm ở những người từ 65 tuổi trở lên, và trong những nhóm nhiều rủi ro khác có thể đưa đến các quan ngại nghiêm trọng hơn về sức khỏe.

**Sai Lầm:** Quý vị chưa bao giờ bị cúm nên không cần phải chủng ngừa.

**Sự Kiện:** Không ai miễn nhiễm với siêu vi khuẩn cúm. Đa số mọi người đều có thể bị bệnh cúm nhiều lần trong đời. Thuốc chủng ngừa cúm, hay chích ngừa cúm, là cách bảo vệ tốt nhất chống siêu vi khuẩn cúm.

**Sai Lầm:** Thuốc chủng cúm có thể làm quý vị bị cúm.

**Sự Kiện:** Thuốc chủng ngừa cúm **không thể** làm quý vị bị cúm. Thuốc chủng cúm có chứa

siêu vi khuẩn cúm đã chết nên không thể gây nhiễm bệnh.

**Sai Lầm:** Thuốc chủng cúm gây phản ứng hoặc các tác dụng phụ nặng.

**Sự Kiện:** Thuốc chủng ngừa cúm rất an toàn. Đa số mọi người đều không có triệu chứng gì sau khi chủng ngừa cúm ngoài trường hợp có thể bị tấy đỏ hoặc đau tại chỗ tiêm. Một số người, nhất là những người mới chủng ngừa lần đầu, có thể có các triệu chứng giống như bị cúm. Các triệu chứng này nhẹ hơn nhiều so với bị cúm, và mau hết hơn nhiều.

**Sai Lầm:** Chủng ngừa cúm hàng năm làm yếu đi hệ thống miễn nhiễm của quý vị.

**Sự Kiện:** Thuốc chủng ngừa chuẩn bị và tăng cường hệ thống miễn nhiễm của quý vị để giúp chống lại siêu vi khuẩn này. Người chủng ngừa cúm hàng năm được bảo vệ nhiều hơn để chống lại cúm so với những người không chủng ngừa.

**Sai Lầm:** Quý vị không nên chủng ngừa cúm vì quý vị bị các chứng dị ứng.

**Sự Kiện:** Đa số những chứng dị ứng không phải là lý do để không chủng ngừa cúm. Những người đã bị phản ứng vì dị ứng với **thuốc chủng ngừa cúm** trước đây nên hỏi bác sĩ trước khi chủng ngừa cúm.

**Sai Lầm:** Thuốc chủng ngừa cúm bảo vệ chống lại các loại siêu vi khuẩn hoặc vi trùng gây cảm hoặc các chứng đau bụng.

**Sự Kiện:** Thuốc chủng này không bảo vệ chống lại những loại siêu vi khuẩn hoặc vi trùng gây cảm hoặc đau bụng, thường được gọi là 'đau bụng'. Siêu vi khuẩn cúm rất khác và nặng hơn

chứng cảm thường hoặc ‘đau bụng’. Thuốc chủng ngừa cúm chỉ giúp bảo vệ chống những loại siêu vi khuẩn gây cúm.

**Sai Lầm:** Thuốc chủng này không hiệu nghiệm vì quý vị vẫn bị cúm.

**Sự Kiện:** Vào bất cứ lúc nào cũng có nhiều loại siêu vi khuẩn khác nhau có thể gây ra các triệu chứng giống như cúm, nhưng thực ra không phải siêu vi khuẩn cúm.

Thuốc chủng ngừa cúm có ba loại siêu vi khuẩn cúm mà các chuyên gia sức khỏe nghĩ là có thể gây ra cúm trong mùa đông. Thuốc chủng chỉ bảo vệ chống lại những loại siêu vi khuẩn đó. Vì những loại này có thể thay đổi mỗi năm nên cần chủng ngừa cúm hàng năm để được bảo vệ chống lại những loại mới.

Khi những loại siêu vi khuẩn trong thuốc chủng là cùng những loại siêu vi khuẩn cúm trong cộng đồng, chủng ngừa cúm ngừa được bệnh cúm cho hơn 7 người trong mỗi 10 người chủng ngừa. Ở người cao niên và những người có bệnh kinh niên nào đó, thuốc chủng có thể kém hiệu quả ngừa bệnh hơn, nhưng sẽ vẫn giảm bớt các triệu chứng và nguy hiểm bị bệnh nặng hoặc biến chứng.

**Sai Lầm:** Quý vị đang có thai và không nên chủng ngừa cúm.

**Sự Kiện:** Thuốc chủng ngừa cúm vẫn an toàn trong khi mang thai. Thực ra, phụ nữ có thai đang trong tam cá nguyệt thứ 3 của thai kỳ vào mùa cúm, và phụ nữ có thai mang những bệnh nhiều nguy hiểm, chẳng hạn như bệnh tim hoặc phổi, tiểu đường hoặc hệ thống miễn nhiễm bị yếu, nên chủng ngừa cúm để bảo vệ bản thân. Thuốc chủng ngừa cúm được cung cấp miễn phí cho phụ nữ có thai đang trong tam cá nguyệt thứ 3 của thai kỳ vào mùa cúm, hoặc những người mang những bệnh nhiều nguy hiểm. Nếu quý vị có thắc mắc về việc chủng ngừa cúm trong thời gian thai nghén, hãy hỏi bác sĩ hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe của quý vị.

Phụ nữ có thai khỏe mạnh có thể sinh con trong mùa cúm cũng nên chủng ngừa cúm để bảo vệ

trẻ sơ sinh. Trẻ thơ dưới sáu tháng, nhất là trẻ sơ sinh, dễ bị các biến chứng của cúm, nhưng không thể chủng ngừa được vì phản ứng miễn nhiễm của trẻ đối với thuốc chủng ngừa cúm không được mạnh.

Chủng ngừa cho người mẹ và những người khác tiếp xúc gần gũi có thể giúp bảo vệ trẻ và giảm bớt rủi ro bị nhiễm trùng. Em bé vẫn bú sữa mẹ được an toàn sau khi người mẹ chủng ngừa cúm.

**Muốn biết thêm chi tiết, hãy đọc các BC HealthFiles sau đây:**

[#12a Tại Sao Người Cao Niên Nên Chủng Ngừa Cúm \(Flu\)](#)

[#12b Các Sự Kiện về Cúm \(Flu\)](#)

[#12d Thuốc Chủng Ngừa Cúm \(Flu\)](#)

[#87 Norovirus](#)

**Muốn biết thêm các đề tài BC HealthFile, hãy đến**

[www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm](http://www.bchealthguide.org/healthfiles/index.stm),  
hoặc đến phòng sức khỏe công cộng địa phương.

**Hãy gọi cho BC NurseLine để nói chuyện với một y tá chính thức, 24 giờ mỗi ngày:**

- Tại Greater Vancouver, gọi số 604-215-4700
- Trong BC, gọi số miễn phí 1-866-215-4700
- Người điếc và lãng tai, gọi số 1-866-889-4700
- Có được sớ từ 5 giờ chiều đến 9 giờ sáng mỗi ngày
- Có dịch vụ thông dịch cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.

**Hãy đến BC HealthGuide Trên Mạng – có nhiều tin tức về sức khỏe đáng tin cậy tại**  
[www.bchealthguide.org/](http://www.bchealthguide.org/)



**BC Centre for Disease Control**  
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY