



## Chủng ngừa bệnh Cúm: Những Ngộ nhận và Sự thật Influenza (Flu) Immunization: Myths and Facts

Các loại vắc-xin ngừa bệnh cúm là một cách an toàn và hiệu quả để giúp mọi người giữ gìn sức khỏe, ngăn ngừa bệnh tật và thậm chí cứu mạng người. Vi-rút cúm có thể gây bệnh nghiêm trọng và thậm chí tử vong.

Vắc-xin ngừa bệnh cúm hiện có ở B.C. là vắc-xin bất hoạt hoặc vắc-xin chứa vi-rút sống nhưng đã bị làm cho suy yếu. Vắc-xin cúm bất hoạt được làm từ các vi-rút cúm đã bị tiêu diệt hoặc các phần của những vi-rút này và được đưa vào cơ thể dưới dạng mũi tiêm/chích. Vắc-xin cúm chứa vi-rút sống nhưng đã bị làm cho suy yếu được làm từ vi-rút cúm bị suy yếu và được đưa vào cơ thể dưới dạng xịt qua đường mũi.

Nhiều người dùng thuật ngữ cúm (flu) để chỉ bất cứ bệnh gì do vi-rút gây ra, chẳng hạn như bệnh cảm lạnh thông thường hoặc cúm dạ dày (stomach flu), điều này có thể gây nhầm lẫn. Tuy nhiên, vi-rút cúm gây bệnh về đường hô hấp mà thường có khuynh hướng nghiêm trọng hơn các vi-rút này và có khả năng cao hơn sẽ gây ra các biến chứng.

### Những ngộ nhận và sự thật về bệnh cúm và việc chủng ngừa bệnh cúm

**Ngộ nhận:** Bệnh cúm không phải là một bệnh nghiêm trọng.

**Sự thật:** Trong những năm bệnh cúm lan rộng tại B.C., hàng trăm người có thể tử vong vì bệnh cúm hoặc vì các biến chứng của bệnh cúm, chẳng hạn như viêm phổi. Bệnh cúm có thể diễn biến thành bệnh nghiêm trọng ở người cao tuổi từ 65 tuổi trở lên và ở những nhóm người khác có mức rủi ro cao.

**Ngộ nhận:** Tôi chưa bao giờ bị bệnh cúm, vì vậy tôi không cần phải chủng ngừa bệnh cúm.

**Sự thật:** Các triệu chứng của bệnh cúm có thể từ nhẹ đến nặng. Hầu hết mọi người đều có thể mắc bệnh cúm vài lần trong suốt cuộc đời của họ. Vắc-xin ngừa bệnh cúm là cách tốt nhất để bảo vệ chống lại vi-rút cúm.

**Ngộ nhận:** Các vắc-xin ngừa bệnh cúm có thể khiến tôi bị bệnh cúm.

**Sự thật:** Vắc-xin cúm bất hoạt được đưa vào cơ thể dưới dạng mũi tiêm/chích không thể khiến bạn mắc bệnh cúm. Vắc-xin này chứa các vi-rút cúm đã bị tiêu diệt hoặc các phần của những vi-rút này nên không thể gây bệnh.

Vắc-xin cúm chứa vi-rút sống nhưng đã bị làm cho suy yếu được đưa vào cơ thể dưới dạng xịt qua đường mũi chứa các vi-rút cúm bị suy yếu. Các phản ứng thường gặp đối với vắc-xin chứa vi-rút sống bao gồm các triệu chứng nhẹ như chảy nước mũi, nghẹt mũi, ho, đau họng và sốt. Những triệu chứng này ít nghiêm trọng hơn những triệu chứng do bệnh cúm gây ra và tồn tại trong thời gian ngắn hơn.

Để phòng ngừa, những người có hệ miễn dịch suy yếu không nên nhận vắc-xin chứa vi-rút sống.

**Ngộ nhận:** Các loại vắc-xin ngừa bệnh cúm đều gây các phản ứng hoặc các tác dụng phụ nghiêm trọng.

**Sự thật:** Các loại vắc-xin ngừa bệnh cúm đều an toàn. Hầu hết những người nhận vắc-xin cúm bất hoạt chỉ bị tấy đỏ, đau hoặc sưng nơi tiêm/chích vắc-xin. Một số người, nhất là những người nhận vắc-xin lần đầu, có thể bị nhức đầu, đau nhức cơ bắp hoặc mệt mỏi. Những người nhận vắc-xin cúm chứa vi-rút sống đã bị làm cho suy yếu có thể có các triệu chứng cúm nhẹ như được mô tả ở trên.

Hội chứng Guillain-Barré (Guillain-Barré Syndrome, GBS) là một tình trạng hiếm xảy ra mà có thể làm suy yếu và tê liệt cơ bắp của cơ thể. Hội chứng này thường xảy ra nhất sau khi mắc bệnh. Trong một số trường hợp hiếm gặp, GBS cũng có thể xảy ra sau khi đưa vào cơ thể một số loại vắc-xin. GBS có thể liên quan đến vắc-xin ngừa bệnh cúm trong khoảng 1 người trong số một triệu người được chủng ngừa.

**Ngộ nhận:** Việc nhận vắc-xin ngừa bệnh cúm hàng năm làm suy yếu hệ miễn dịch của tôi.

**Sự thật:** Vì các chủng vi-rút cúm hầu như thay đổi mỗi năm, nên bạn cần được chủng ngừa hàng năm để bảo vệ chống lại các chủng mới. Những người

được chủng ngừa mỗi năm được bảo vệ tốt hơn so với những người không được chủng ngừa.

**Ngộ nhận:** Tôi không nhận vắc-xin ngừa bệnh cúm vì tôi bị các bệnh dị ứng.

**Sự thật:** Hầu hết những người bị các bệnh dị ứng có thể nhận vắc-xin ngừa bệnh cúm mà không gặp phải bất cứ vấn đề gì. Tuy nhiên, nếu bạn đã từng bị một phản ứng dị ứng nghiêm trọng với một liều vắc-xin ngừa bệnh cúm trước đây hoặc với bất cứ phần nào của vắc-xin, hãy nói chuyện với chuyên gia chăm sóc sức khỏe của bạn. Bạn có thể cần được xét nghiệm dị ứng trước khi được chủng ngừa. Những người bị dị ứng với trứng có thể chủng ngừa bằng vắc-xin ngừa bệnh cúm một cách an toàn.

**Ngộ nhận:** Các loại vắc-xin ngừa bệnh cúm bảo vệ chống lại các loại vi-rút hoặc vi khuẩn gây bệnh cảm lạnh hoặc bệnh dạ dày.

**Sự thật:** Vắc-xin ngừa bệnh cúm không bảo vệ chống lại các vi-rút hoặc vi khuẩn gây bệnh cảm lạnh hoặc bệnh dạ dày, thường được gọi là cúm dạ dày (stomach flu). Vi-rút cúm là một vi-rút đường hô hấp và rất khác và thường gây bệnh nghiêm trọng hơn các loại vi-rút gây bệnh cảm lạnh thông thường hoặc cúm dạ dày. Các loại vắc-xin ngừa bệnh cúm chỉ bảo vệ chống lại các loại vi-rút gây bệnh cúm.

**Ngộ nhận:** Các loại vắc-xin không có tác dụng vì tôi vẫn bị bệnh cúm.

**Sự thật:** Có nhiều loại vi-rút khác nhau có thể gây ra các triệu chứng giống như bệnh cúm vào bất cứ thời điểm nào trong năm, nhưng chúng thực ra không phải là vi-rút cúm.

Các loại vắc-xin ngừa bệnh cúm bảo vệ chống lại các chủng vi-rút cúm mà các chuyên gia y tế nghĩ sẽ có khả năng cao gây bệnh cúm trong mùa cúm hiện tại. Các loại vắc-xin này không bảo vệ chống lại các loại vi-rút khác gây ra các bệnh tương tự, chẳng hạn như vi-rút hợp bào gây bệnh đường hô hấp (respiratory syncytial virus, RSV), hoặc vi-rút gây bệnh khó thở ở trẻ em (parainfluenza). Vì các chủng vi-rút cúm trong vắc-xin hầu như thay đổi mỗi năm, nên bạn cần được chủng ngừa hàng năm để bảo vệ chống lại các chủng mới.

Ở những người cao tuổi và những người mắc một số tình trạng bệnh mạn tính, các loại vắc-xin này có

thể không ngừa được bệnh cúm hoàn toàn nhưng có thể làm giảm các triệu chứng, các biến chứng và nguy cơ tử vong do bị bệnh cúm.

**Ngộ nhận:** Tôi đang mang thai và không nên nhận vắc-xin ngừa bệnh cúm.

**Sự thật:** Vắc-xin cúm bất hoạt được đưa vào cơ thể dưới dạng mũi tiêm/chích được xem là an toàn ở mọi giai đoạn của thai kỳ. Những người trong nửa sau của thai kỳ có mức rủi ro cao hơn nhiều sẽ phải nhập viện do bị bệnh cúm, nhất là những người trong ba tháng cuối của thai kỳ. Ngoài ra, những người đang ở bất cứ giai đoạn nào của thai kỳ có các tình trạng bệnh mạn tính cũng có mức rủi ro cao hơn nhiều bị các biến chứng nghiêm trọng của bệnh cúm và nên chủng ngừa.

Người ta chưa biết liệu vắc-xin cúm có chứa vi-rút sống đã bị làm cho suy yếu có an toàn trong thai kỳ hay không. Để phòng ngừa, những người đang mang thai, hoặc có ý định mang thai, nên nhận loại vắc-xin cúm bất hoạt, loại vắc-xin này có chứa các vi-rút cúm đã bị tiêu diệt hoặc các phần của những vi-rút này mà không thể gây bệnh.

**Ngộ nhận:** Tôi đang cho con bú và không nên nhận vắc-xin ngừa bệnh cúm.

**Sự thật:** Việc các em bé bú sữa mẹ sau khi các bà mẹ nhận vắc-xin ngừa bệnh cúm là an toàn.

## Để Biết Thêm Thông tin

Để biết thêm thông tin, hãy xem các HealthLinkBC File sau:

- [HealthLinkBC File #12a Tại sao Người cao tuổi Nên Nhận Vắc-xin Cúm Bất hoạt](#)
- [HealthLinkBC File #12b Sự thật về Bệnh Cúm](#)
- [HealthLinkBC File #12d Vắc-xin Cúm Bất hoạt](#)
- [HealthLinkBC File #12e Vắc-xin Cúm Chứa Vi-rút Sống đã bị Làm cho Suy yếu](#)



ImmunizeBC



BC Centre for Disease Control  
Provincial Health Services Authority

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập [www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files](http://www.HealthLinkBC.ca/more/resources/healthlink-bc-files) hoặc đến đơn vị y tế công cộng tại địa phương bạn. Để có thông tin và lời khuyên y khoa không khẩn cấp tại B.C., hãy truy cập [www.HealthLinkBC.ca](http://www.HealthLinkBC.ca) hoặc gọi số 8-1-1 (miễn phí). Đối với người khiếm thính và lạng tai, hãy gọi số 7-1-1. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.