

Chủng ngừa bệnh cúm: Những ngộ nhận và sự thật Influenza (flu) immunization: Myths and facts

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

Các loại vắc-xin cúm hiện có ở B.C. là vắc-xin bất hoạt hoặc vắc-xin chứa vi-rút sống bị 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. Vắc-xin cúm chứa vi-rút sống bị suy yếu được làm từ các vi-rút cúm bị làm cho suy yếu và được đưa vào cơ thể dưới dạng xịt qua đường mũi.

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

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 bởi vì vi-rút này thay đổi theo thời gian. Việc nhận vắc-xin cúm là cách tốt nhất để bảo vệ bản thân bạn và người khác

không bị các biến chứng do bệnh nặng mà bệnh cúm gây ra.

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

Sự thật: Vắc-xin cúm bất hoạt 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 mà không thể gây bệnh.

Vắc-xin cúm chứa vi-rút sống bị suy yếu chứa các vi-rút cúm đã bị làm cho 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 cúm đều gây các phản ứng hoặc các tác dụng phụ nghiêm trọng.

Sự thật: Các loại vắc-xin cúm đều an toàn. Hầu hết những người nhận vắc-xin cúm bất hoạt chỉ bị tấy đỏ, đau hoặc sưng nơi tiêm 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 bị 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 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 cơ thể nhận một số loại vắc-xin. GBS cực kỳ hiếm gặp sau khi cơ thể nhận vắc-xin cúm (chỉ một người trong số một triệu người). Nguy cơ mắc GBS cao hơn nhiều so với mắc bệnh cúm.

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

Sự thật: Việc nhận vắc-xin cúm hàng năm không làm suy yếu hệ miễn dịch của bạn. Vì các chủng vi-rút cúm hầu như thay đổi mỗi năm, nên bạn cần được chủng ngừa cúm 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 cúm vì tôi bị các dị ứng.

Sự thật: Các loại vắc-xin cúm đều an toàn cho hầu hết những người bị các dị ứng. Tuy nhiên, nếu bạn đã từng bị một phản ứng dị ứng nghiêm trọng với một liều vắc-xin 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 được chủng ngừa một cách an toàn.

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

Sự thật: Vắc-xin 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 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 cúm bảo vệ chống lại các chủng vi-rút cúm mà theo dự đoán sẽ gây bệnh cúm trong mùa cúm đó. 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 cúm.

Sự thật: Vắc-xin cúm bất hoạt được đưa vào cơ thể dưới dạng mũi tiêm 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 mạn tính nhất định cũng có mức rủi ro cao hơn nhiều bị các biến chứng nghiêm trọng của bệnh cúm và nên chủng ngừa. Việc chủng ngừa khi mang thai cũng giúp bảo vệ em bé của bạn không bị mắc bệnh cúm cho đến khi bé đủ lớn để nhận vắc-xin cúm lúc 6 tháng tuổi.

Những người đang mang thai, hoặc đang cố gắng mang thai, không nên nhận vắc-xin cúm chứa vi rút sống bị suy yếu được đưa vào cơ thể dưới dạng xịt qua đường mũi.

Ngộ nhận: Tôi không nên nhận vắc-xin cúm nếu tôi đang cho con bú bằng vú/ngực.

Sự thật: Việc các em bé bú từ vú/ngực sau khi bạn nhận vắc-xin cúm là an toàn.

Để biết thêm thông tin

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập:

- [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 bị suy yếu](#)



BC Centre for Disease Control
Provincial Health Services Authority

Để biết thêm các chủ đề của HealthLinkBC File, hãy truy cập www.HealthLinkBC.ca/health-library/healthlinkbc-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 hoặc gọi số 8-1-1 (miễn phí). Đối với người khiếm thính và lãng tai, hãy gọi số 7-1-1. Có các dịch vụ dịch thuật cho hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu.