

واکسن ها

برای افراد مبتلا به بیماری های مزمن



افرادی که با بیماری های مزمنی مانند دیابت، آسم و سی او پی دی زندگی می کنند، ممکن است برای محافظت از خود در مقابل بیماری های قابل پیشگیری، دشواری بیشتری داشته باشند. هنگامی که افراد مبتلا به بیماری های مزمن بیمار هستند، در معرض خطر بالاتری برای بستری شدن در بیمارستان و مرگ قرار دارند. بعضی از بیماری های قابل پیشگیری با واکسن می توانند قند خون را تا میزان خطرناکی بالا ببرند یا سبب تورم راه های تنفسی شوند که منجر به ذات الریه می شود.

واکسیناسیون یک راه بسیار ایمن، مؤثر و آسان برای محافظت از خویش در مقابل بیماری های قابل پیشگیری است و برای افراد مبتلا به بیماری های مزمن اهمیت ویژه ای دارد. با این حال، بستگی به اینکه سیستم ایمنی شما تا چه حد مبتلا است، شما ممکن است نیاز داشته باشید که از واکسن های خاصی پرهیز کنید و یا تا زمانی که سیستم ایمنی شما قوی تر شود، صبر کنید.

از ارائه دهنده خدمات درمانی خود بپرسید شما باید کدام واکسن ها را دریافت کنید.

من به کدام واکسن ها نیاز دارم؟

با ارائه دهنده خدمات درمانی خود صحبت کنید تا دریابید که چه واکسن هایی برای شما و اعضای خانواده شما توصیه می شوند. اینجا چند عدد از متداول ترین ها درج شده است:

- **واکسن آنفولانزا:** شما باید این را هر سال به ویژه در پاییز دریافت کنید، تا خطر ابتلا به آنفولانزا را کاهش دهید. اگر شما 65 ساله یا سالمندتر هستید، یا بین سنین 18 تا 64 سال دارید و پیوند عضو دریافت کرده اید و داروی سرکوبی سیستم ایمنی مصرف می کنید، از ارائه دهنده خدمات درمانی خود درباره دوز بالاتر واکسن آنفولانزا بپرسید.
- **واکسن کووید-19:** به هر فرد 6 ماهه و بزرگتر توصیه می شود که حداقل 1 دوز واکسن به روز شده کووید-19 را دریافت کند. پیش از دریافت یک دوز واکسن به روز شده کووید-19، باید حداقل 2 ماه از آخرین دوز هر واکسن کووید-19 صبر کنید.
- **واکسن ذات الریه:** در مقابل انواع مختلفی از باکتری نوموکوکال که می تواند سبب عفونت های جدی در کودکان و بزرگسالان شود محافظت می کند. سری های 4 دوزی دوران کودکی پیش از سن 5 سالگی توصیه می شود. برای کودکان بزرگتر و بزرگسالان طبق توصیه دریافت کنید.
- **واکسن زونا:** این واکسن دو دوزی که برای بیشترین محافظت به فاصله دو تا شش ماه از هم تزریق می شود، در مقابل زونا از سالمندان محافظت می کند. برای بزرگسالان 50 ساله و مسن تر، حتی اگر قبلاً آبله مرغان گرفته اید، توصیه می شود. اگر قبلاً واکسن زوستر یک دوزی دریافت کرده اید، از ارائه دهنده خدمات درمانی خود جویا شوید.



واکسن ها

برای افراد مبتلا به بیماری های مزمن



- **واکسن تی دپ:** یک دوز از این واکسن در مقابل کزاز، دیفتی و سیاه سرفه محافظت می کند. شما ممکن است هر 10 سال به یک تقویتی نیاز داشته باشید.
- **واکسن آراس وی:** برای افراد 75 ساله و سالمندتر، یک دوز در مقابل ویروس تنفسی سینسیشال (آراس وی) محافظت می کند. برای اطلاعات

بیشتر، با ارائه دهنده خدمات درمانی خود مشورت کنید. به بزرگسالان 60 تا 74 ساله ای که در معرض خطر بالاتری برای ابتلای شدید به بیماری آراس وی هستند توصیه می شود که یک تک دوز واکسن آراس وی را دریافت کنند. برای اطلاعات بیشتر با ارائه دهنده خدمات درمانی خود صحبت کنید.

- **واکسن هپاتیت ب:** این یک سری دو یا سه دوزی است که برای همگان توصیه می شود. آنهایی که 60 ساله یا مسن تر هستند، باید با ارائه دهنده خدمات درمانی خود درباره دریافت این واکسن مشورت کنند.

من چگونه واکسینه شوم؟

- به ارائه دهنده خدمات درمانی یا داروخانه خود مراجعه کنید. از ارائه دهنده خدمات درمانی خود بپرسید که آیا دوزهای اضافی برای شما توصیه می شود.
- اگر ارائه دهنده خدمات درمانی ندارید، برای فهرست کلینیک های واکسیناسیون رایگان و کم هزینه و اطلاعات بیشتر درباره واکسن ها به وب سایت pubichealth.lacounty.gov/vaccines مراجعه کنید. بهتر از همه آن است که می توانید در یک وعده ملاقات، اغلب واکسن ها را دریافت کنید.

مرکز تماس اداره بهداشت عمومی

برای اطلاعات بیشتر، مرکز تماس اداره بهداشت عمومی به شماره **1-833-540-0473** از 8 صبح تا 8 شب، هفت روز هفته باز است.



Los Angeles County Department of Public Health

ph.lacounty.gov/vaccines (Farsi)

Vaccines-Chronic Diseases 8/23/24



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health