

واکسینه شدن برای بزرگسالان

ممکن است متوجه نشوید که در طول زندگی بزرگسالی خود به واکسین نیاز دارید. واکسین ها برای سلامتی شما مهم هستند و در اینجا سه دلیل برای آن ذکر شده است که چرا.



به چه واکسین هایی نیاز دارید؟

همه بزرگسالان باید دریافت کنند:

- واکسن آنفولانزا هر ساله برای محافظت در برابر آنفولانزای فصلی
- Td/Tdap برای محافظت در برابر تیتانوس، دیفتری و سیاه سرفه (سیاه سرفه)

بناء علی عمرک، حالتک الصحیة، اللقاحات التي تلقیتها عندما كنت طفلا، وعوامل أخرى، قد تحتاج إلى لقاحات إضافية مثل:

- ابله مرغ (چیچک)
- هیاتیت A
- هیاتیت B
- ویروس پاپیلوما ی انسانی (HPV)
- MMR سرخکان، ممپس (کله چرک)، روبیلا
- زونا
- پنوموکوک
- مننگوکوک

1. شما ممکن است در معرض خطر بیماری های جدی باشید که هنوز در ایالات متحده رایج هستند.

هر ساله هزاران نفر از بزرگسالان در ایالات متحده به دلیل امراضی که می توان با واکسین ها از آنها پیشگیری کرد، مریضی شوند - برخی از افراد در شفاخانه بستری می شوند و برخی حتی می میرند.

حتی اگر همه واکسین های خود را در کودکی دریافت کرده باشید، محافظت برخی واکسین ها می تواند به مرور زمان از بین برود. همچنین ممکن است به دلیل سن، شغل، سبک زندگی، مسافرت یا شرایط سلامتی، در خطر ابتلا به بیماری های دیگر باشید.

2. شما نمی توانید خطر مبتلا شدن به مریضی را تحمل کنید.

حتی افراد سالم نیز ممکن است آنقدر مریض شوند که در کار یا مکتب غیبت کنند. اگر مریض هستید، ممکن است نتوانید از خانواده یا سایر مسئولیت های خود سرپرستی نمایید.

3. شما می توانید با دریافت واکسین های توصیه شده از سلامت خود و اطرافیان خود محافظت کنید.

واکسین ها شانس مریض شدن شما را کاهش می دهند. واکسین ها با دفاع طبیعی بدن شما کار می کنند تا شانس ابتلا به برخی مریضی ها و همچنین ابتلا به عوارض ناشی از این مریضی ها را کاهش دهند.

واکسین ها شانس بیمار شدن شما را کاهش می دهند. چیزهای زیادی وجود دارد که می خواهید به عزیزانتان منتقل کنید. یک بیماری قابل پیشگیری با واکسین یکی از آنها نیست

نوزادان، افراد مسن و افرادی که سیستم ایمنی ضعیفی دارند (مانند افرادی که تحت درمان سرطان هستند) بطور ویژه در برابر بیماری های قابل پیشگیری با واکسین آسیب پذیر هستند.

واکسین ها یکی از ایمن ترین راه ها برای محافظت از سلامتی شما هستند. عوارض جانبی واکسین معمولاً خفیف است و خود به خود از بین می رود. عوارض جانبی شدید بسیار نادر است.

واکسینه شدن

منتظر نباشید. واکسین شدن!

بزرگسالان می توانند واکسن را در دفتر پزشکان، داروخانه ها، محل کار، کلینیک های صحتی جامعه، بخش های بهداشت و سایر مکان ها دریافت کنند. برای پیدا کردن یک ارائه دهنده واکسین در نزدیکی خود، به <http://vaccine.healthmap.org>

بیشتر طرح های بیمه صحتی هزینه واکسین های توصیه شده را پوشش می دهند. برای جزئیات و لیست از ارائه دهندگان واکسین با ارائه دهنده بیمه خود تماس بگیرید. اگر بیمه درمانی ندارید مراجعه کنید www.healthcare.gov برای کسب اطلاعات بیشتر در مورد گزینه های پوشش سلامت.



برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید
www.cdc.gov/vaccines/adults

واکسینه شدن برای بزرگسالان



بیماری ها و واکسین هایی که به پیشگیری آنها کمک می کند	چگونه مریضی می تواند شما را تحت تاثیر قرار دهد
آنفولانزا "زکام" واکسین آنفولانزای فصلی	تب یا احساس تب/لرزه، سرفه، سردرد، آبریزش یا گرفتگی بینی، گلودرد، دردهای عضلانی یا بدن، و خستگی (خیلی خسته) و برخی افراد ممکن است استفراغ و اسهال داشته باشند، اگرچه این امر در کودکان بیشتر از بزرگسالان است. اختلالات بیماری: سینه بغل (عفونت در ریه ها)، بدتر شدن شرایط مزمن صحتی بستری شدن شفاخانه، احتمالاً منجر به ناتوانی یا حتی مرگ می شود
هپاتیت A واکسین هپاتیت A	تب، خستگی، درد معده، از دست دادن اشتها، استفراغ، یرقان (زردی پوست و چشم) و ادرار تیره؛ با این حال، ممکن است هیچ علامتی وجود نداشته باشد. اختلالات بیماری: ناراسایی کبد؛ آرترالژی (درد مفاصل)؛ و اختلالات کلیه، پانکراس و خون
هپاتیت B واکسین هپاتیت B	بیماری آنفولانزا مانند همراه با از دست دادن اشتها، تب، خستگی، ضعف، حالت تهوع، استفراغ، یرقان و درد مفاصل؛ با این حال، ممکن است هیچ علامتی وجود نداشته باشد. اختلالات بیماری: عفونت مزمن کبد، ناراسایی کبد و سرطان کبد
ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) واکسین HPV	اغلباً، تا سال ها تا زمانی که سرطان ظاهر شود، هیچ علامتی وجود ندارد. اختلالات بیماری: سرطان دهانه رحم، واژن و فرج در زنان؛ سرطان آلت تناسلی مردان؛ و زگیل تناسلی و سرطان مقعد و دهن- بلعوم در زنان و مردان
سرخکان واکسین MMR (سرخکان، ممپس، روبیلا)	تب، آبریزش بینی، سرفه و دانه های در سراسر بدن. اختلالات بیماری: عفونت گوش، سینه بغل، تورم در مغز به دلیل عفونت یا حتی مرگ
بیماری مننگوکوک واکسین های مننگوکوک	تهوع، استفراغ، سفتی گردن، تب، سردرد، افزایش حساسیت به نور، گیجی، خستگی و دانه های پوستی. اختلالات بیماری: آسیب مغزی، از دست دادن بازوها یا پاها، از دست دادن شنوایی، تشنج، سکنه های مغزی یا حتی مرگ
بیماری پنوموکوک واکسین های پنوموکوک	تب، لرزه، مشکل در تنفس، درد قفسه سینه، سفتی گردن، گوش درد، افزایش حساسیت به نور و سرفه. اختلالات بیماری: عفونت ریه، گوش میانی یا سینوس ها، مشکلات قلبی، آسیب مغزی، از دست دادن شنوایی، از دست دادن دست ها یا پاها یا حتی مرگ
زوناها زوستر واکسین	دانه های دردناک در یک طرف صورت یا بدن که آبله می زند و معمولاً پوستک می گیرد، سردرد، تب، لرزه و ناراحتی معده. اختلالات بیماری: درد شدیدی که می تواند ماه ها یا سال ها پس از برطرف شدن دانه، سینه بغل، از دست دادن بینایی و شنوایی یا حتی مرگ ادامه یابد.
تیتانوس واکسین های Td/Tdap	شخی و سفتی شدید و دردناک همه عضلات، قفل شدن فک (مشکل باز کردن دهان)، مشکل در بلع یا تنفس، اسپاسم عضلانی و تب. اختلالات بیماری: شکستگی استخوان، مشکل در تنفس یا حتی مرگ
سیاه سرفه (سیاه سرفه) واکسین های Td/Tdap	علائم سرماخوردگی طولانی مدت (سرفه و آبریزش بینی) که منجر به سرفه شدید یا خفگی می شود که تنفس، نوشیدن یا خوردن را سخت می کند. اختلالات بیماری: شکستگی دنده، ذات الریه یا حتی مرگ

برای فهرست کامل همه بیماری هایی که می توان با واکسین ها از آن ها پیشگیری کرد، به آدرس زیر مراجعه کنید: www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac

سفر خارج از کشور؟ ممکن است واکسین های اضافی مورد نیاز شما وجود داشته باشد. پیدا کنید در: www.cdc.gov/travel

با متخصص مراقبت های بهداشتی خود صحبت کنید تا مطمئن شوید که با واکسین های توصیه شده برای شما به روز هستید.

برای اطلاعات بیشتر در مورد واکسین ها، مراجعه کنید www.cdc.gov/vaccines/adults یا از ابزار ارزیابی واکسین بزرگسالان در www2.cdc.gov/nip/adultimmsched برای پیدا کردن واکسین هایی که ممکن است نیاز داشته باشید.



منتظر نباشید!
واکسین شدن!

برای اطلاعات بیشتر، مراجعه کنید
www.cdc.gov/vaccines/adults