



고령자 권장 백신접종 안내서



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

(Korean)

목차

고령자에게 백신 접종을 권고하는 이유	1
고령자에게 권장하는 백신 예방접종	2
백신의 작용 방법	3
고령자의 정기 백신접종.....	4 & 5
고위험군 고령자	6
건강상태에 따른 권장 백신접종	7
직종에 따른 권장 백신접종	8
해외 여행을 위한 권장 백신접종	9
이민자를 위한 권장 백신접종	10
난민을 위한 권장 백신접종.....	11
고령자가 있는 가족	12
백신 예방접종 기록 찾기	13
정기 백신 예방접종에 대한 질문이 있으신가요.....	14
정기 백신 예방접종을 받는 방법	15
정기 백신접종과 필수 예방접종의 이점은 무엇인가요..	16
COVID-19과 독감을 위한 가정방문 백신 서비스.....	17
건강과 노화에 대한 서비스	18
고령자과 부양가족 성인 서비스	19
고령자 지원 서비스	20
정신 건강 서비스	21

고령자에게 백신 접종을 권고하는 이유

- 65세 이상 성인은 독감, COVID-19, 폐렴과 호흡기세포융합바이러스 감염증(RSV)과 같이 백신접종으로 예방이 가능한 질병에 감염될 위험성이 상당히 높습니다.
- 백신은 종종 질병으로부터 보호 받고 감염 예방을 하는 안전한 방법입니다.
- 백신 접종을 통해 예방이 가능한 질병으로 인해 입원과 사망을 예방하는데 보호합니다. 백신 최신 권장 예방접종을 완료하면 최대한의 보호력을 받을 수 있습니다.
- 고령자에게 권장하는 백신 접종은 나이, 건강 상태, 병력, 직업 요건 및/또는 여행 경험에 따라 달라집니다.



고령자에게 권장하는 백신 예방접종

독감	매년 특히 겨울철에 예방접종을 받으면 독감에 걸릴 위험도를 줄여줍니다. 65세 이상 성인은 의료 제공자에게 고용량 백신에 대해 여쭙보세요.
COVID-19	이 백신은 새로운 변이주 바이러스에 맞게 개발된 개량 백신입니다. 생후 6개월이상 모든 사람은 COVID-19 개량백신을 최소 1회 접종할 것을 권합니다.
폐렴사슬알균*	이 백신을 1회 접종하면 이 박테리아로 인한 심각한 감염을 예방할 수 있습니다.
대상포진*	이 백신은 50세 이상 성인의 대상포진 예방을 위해 2-6개월 간격으로 2회 접종하면 최대의 예방효과를 받을 수 있습니다. 이미 대상포진 백신 1회 접종을 받았는 지 의료진에게 문의하세요.
파상풍, 디프테리아, 백일해 (Tdap)	이 백신은 파상풍, 디프테리아, 백일해으로부터 감염을 예방합니다. 10년마다 추가 접종을 해야할 수 있습니다.
RSV* (호흡기세포 융합 바이러스)	60세 이상 성인은 호흡기 세포융합 바이러스(RSV)로 인한 폐 감염을 예방하기 위해 1회 백신접종을 권장합니다. 의료진과 상의하여 임상적인 의사결정을 내리는 것을 권장합니다.

*더 상세한 정보는 의료 제공자와 상의하세요.

참고: [LAC DPH고령자 홍보지에 있는 표의 수정본을 사용함.](#)

백신의 작용원리

백신으로 질환에 감염될 수는 없습니다.



- 백신은 우리 몸이 해로운 질병을 인지하고 이에 대해 대항하는 방법을 안전하게 기억하게 해줍니다. 백신 접종 후 드물지만 백신이 예방하는 질병과 유사하고 경미한 증상이 나타날 수 있습니다. 이러한 증상은 감염이 아니라 백신에 대한 몸의 면역반응의 신호이며 백신에 대한 몸의 면역반응입니다.
- 여러가지 종류의 백신이 있습니다. 백신은 코, 입으로 투여 또는 주사로 투여됩니다.
- 100% 완벽한 백신은 없지만 심각한 질병으로부터 여러분을 보호하는 가장 좋은 방법입니다. 백신이 제공하는 보호 수준은 다음과 같은 여러 요인에 따라 달라집니다:
 - 감염에 노출된 정도
 - 백신 접종 후 경과된 시간
 - 개개인의 건강 상태

고령자의 정기 백신접종

백신의 이점

백신은 우리 몸이 안전하게 면역력을 형성할 수 있도록 도와 특정 질병에 걸릴 위험도를 줄여줍니다. 질병에 노출된 후 아프더라도 예방 백신을 받으면 질병으로 인한 심각한 합병증의 위험도를 낮출 수 있습니다.



또한 백신은 주변의 다른 사람들에게 질병을 전파할 가능성도 줄여줍니다. 백신 접종을 받으면 지역사회에서 심각한 질병이 확산되는 것을 막는데 도움이 됩니다.

성인에게 권장하는 예방 백신 정보에 대한 자세한 내용은 cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac을 방문하고 확인하세요. 스페인어로 된 정보도 제공합니다.

고령자 정기 예방접종

백신은 시간과 비용을 절감합니다.



백신은 건강을 유지하게 해주고 직장업무, 활동, 가족과 친구들과의 모임에 빠지지 않도록 돕고 좋아하는 일을 만끽할 수 있도록 시간을 더 확보할 수 있습니다.

병에 걸리면 비용이 많이 들 수 있습니다. 건강보험이 있더라도 백신으로 예방 가능한 질병에 따른 의료비는 중증화가 되면 순식간에 누적될 수 있습니다.

성인에게 권장하는 예방 백신 정보에 대한 자세한 내용은 [cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac](https://www.cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac)을 방문하고 확인하세요. 스페인어로 된 정보도 제공합니다.

고위험군 고령자

- 백신은 특히, 백신 접종으로 예방 가능한 질병으로 인해 중증 질환, 입원 또는 사망에 이를 위험도가 높은 특정 질환이 있는 사람들을 보호하는데 중요합니다.

이러한 일부 질환은
다음과 같습니다:

당뇨병
(1형 및 2형)

심혈관 질환
(예: 고혈압, 동맥경화, 심장마비, 뇌졸중)

만성폐쇄성폐질환
(천식 포함)

무비증
(선천성 비장결손증)

HIV(인체면역결핍바이러스)

간 질환

신장 질환 면역

체계의 약화

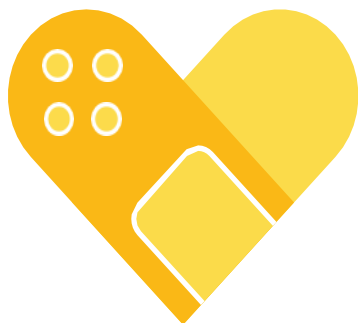
건강 상태에 따른 권장 백신접종

백신을 접종하는 것은 건강을 지키는 가장 안전한 방법입니다.

권장하는 백신접종은 건강 상태, 처방 약물, 치료 (예: 혈액 투석) 또는 면역체계 수치(예: CD 4 수)에 따라 달라질 수 있습니다.

모든 사람, 특히 특정 질환이 있는 사람은 다음 최신 예방접종을 완료했는지 확인해야 합니다:

- COVID-19
- 독감 (인플루엔자)
- Tdap 또는 Td
- A형 간염
- B형 간염
- 폐렴구균
- 수두
- MMR (홍역, 유행성 이하선염, 풍진)
- Hib 백신 (b형 헤모필루스 인플루엔자 균)
- 뇌수막염 (MenACWY 및 MenB)



귀하에게 권장되는 예방 백신 접종에 대해 주치의와 상의하세요.

직종에 따른 권장 백신접종

의료업계 종사자

환자를 직접 대면 하거나 감염성 물질을 취급 하거나 의료 현장에서 일하는 종사자는 백신으로 예방 가능한 특정 질병에 걸리거나 전파할 위험이 더 높습니다.

의료 현장에서 일하는 종사자는 다음의 백신에 대한 최근 정보를 숙지해야 합니다:

- 독감
- COVID-19
- B형 간염
- 수막염균
- 대상포진
- 수두
- MMR (홍역, 유행성 이하선염, 풍진)
- Tdap (파상풍, 디프테리아, 백일해)



해외 여행자를 위한 권장 백신접종

해외여행자

여행가기 몇 주 전에 의료 제공자에게 문의하여 여행 지역에 따라 어떤 백신접종이 필요한지 알아보세요. 일부 백신으로 예방 가능한 질병에 대한 보호력이 나타날때까지 몇 주가 걸립니다.

여행자에게 권장되는 특정한 필수 백신이 있습니다. 자세한 내용은 wwwnc.cdc.gov/travel/page/travel-vaccines을 방문하고 확인하세요.

다음의 간단한 조치를 따르면 안전하게 여행을 즐길 수 있습니다.

- 백신접종
- 마스크 착용하기
- 사회적 거리두기
- 손을 자주 씻기
- 몸이 아프면 집에서 휴식 취하기



이민자를 위한 권장 백신접종

미국 거주 비자 또는 영주권을 신청하는 이민자는 다음 백신접종을 받아야 합니다:

- 홍역
- 유행성이하선염
- 풍진
- 디프테리아
- 파상풍
- 백일해
- A형 간염
- B형 간염
- 수두
- 소아마비
- 로타바이러스
- 폐렴구균성 질환
- 수막염균 백신
- b형 헤모필루스 인플루엔자균



이민자 필수 백신과 권장 예방접종에 대해 알아보려면 www.cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac 을 방문하세요. 스페인 어로도 정보도 제공됩니다.

난민을 위한 권장 백신접종

캘리포니아 난민 건강 평가 프로그램

(RHAP)은 새로 도착한 난민, 망명자, 심각한 형태의 인신매매 피해자 (연방 정부 인증), 특별 이민 비자 소지자 및 아프가니스탄, 쿠바, 아이티, 우크라이나에서 인도주의적 가석방 허가를 받은 자 등, 기타 적격 입국자에게 무료 종합 건강 평가서비스를 제공합니다.



이 프로그램에 대해 자세히 알아보려면 (818) 291-8902로 전화 문의하세요

고령자가 있는 가족

장기요양시설(LTCF)에 있는 사랑하는 사람 보호

장기요양시설 거주자들은 백신으로 예방 가능한 질병으로 인한 중대한 합병증에 가장 취약한 계층입니다.

백신 접종은 LTCF의 전체 공동체 건강과 안전을 보호하는 데 중요한 역할을 합니다.

장기요양시설에서 안전을 지키려면 어떻게 해야 하나요?

- 최신 백신접종 완료합니다.
- 손 위생 관리를 철저히 합니다.
- 새로운 정보를 얻고 백신접종을 지지합니다.

예방 백신은 LTCF 내에서 좀 더 안전한 환경을 조성하는 데 도움이 되는 방법입니다. 최신 백신을 완료하면 시설 내 집단 감염 위험도를 줄일 수 있습니다.

백신에 대한 우려되는 점이나 질문이 있으면 LTCF 직원과 연락하여 소통하세요. 직원은 시설 내 특정 요구와 조건에 맞는 유익한 정보를 제공할 수 있습니다.

예방 백신 접종 기록 찾기

의사 진료실/약국

- 마지막으로 받은 예방 백신접종 기관에 문의하세요. 병원, 보건소, 약국에서 예방접종 기록을 무료로 출력해 제공해 드릴 수 있습니다.

디지털 백신 기록

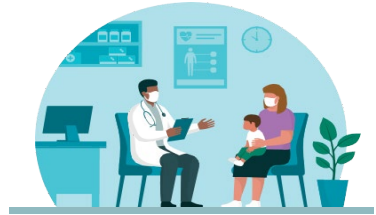
- 캘리포니아 공중보건부 (CDPH)는 예방접종 등록부를 관리하고 있습니다. 이 등록부에 예방접종 기록이 있는 경우, 캘리포니아 디지털 백신 등록 포털을 통해 예방접종 기록의 디지털 사본을 요청할 수 있습니다.

백신접종을 다운로드하려면 myvaccinerecord.cdph.ca.gov을 방문하고 확인할 수 있습니다. 스페인어로 된 정보도 제공됩니다.

기록을 찾을 수 없는 경우 의사와 상의하여 일부 백신접종을 재접종이 가능한지 확인하세요.

정기 백신접종에 대한 질문이 있으신가요?

아래에 궁금한 점이 있으면 확인 표시하고(목록에 없는 경우 다른 질문도 적어주세요), 다음 예약 시 이 책자를 지참하여 의사에게 물어볼 준비를 하세요.



- 접종해야할 백신이 있나요?
- 건강상태에 따라 필요한 백신이 있나요?
- 해외 여행 시 필요한 백신이 있나요?
- 계절별로 어떤 백신접종이 권장되나요?

1. _____

2. _____

www2.cdc.gov/nip/adultimmsched을 클릭해 간단한 퀴즈를 풀고 필요한 백신 목록을 확인하세요. 스페인어로도 정보를 제공합니다.

정기 백신접종과 필수 예방접종 방법

보험비가입자 또는 일부 보험가입자*

무료 또는 무료 예방 접종이 가능합니다.

1. **2-1-1**에 전화 문의 또는

ph.lacounty.gov/ip/clinics.htm을 방문하여
거주 지역내에서 필수 백신을 제공하는
지역사회 보건소를 알아볼 수 있습니
다.

2. 공중보건 콜 센터 전화 **1-833-540-0473**
주 7일, 오전 8부터 오후 8까지 운영.

3. 자세한 정보는

ph.lacounty.gov/vaccines 을 방문하세요



* 건강 보험이 있지만 보험에 백신이 포함되어 있지 않거나, 일부 백신만 보장하거나, 백신에 대한 금액 한도/상한선이 정해져 있을 수 있는 보험 미가입자는 백신 접종을 받을 수 없습니다.

건강 보험 가입자

- 건강 보험이 있거나 정규 의료기관을 이용하는 경우 의료기관에 문의하여 예방접종 관련 정보를 확인해 보세요.

정기 백신접종과 필수 예방접종의 이점은 무엇인가요?

1. 백신접종은 백신으로 예방가능한 질병에서 보호하는 최선의 방법입니다.

2. 최신 예방접종을 모두 완료할 경우 다음 활동을 안전하게 할 수 있습니다:

- ✓ 가족, 친구, 이웃과 함께 지내기
- ✓ 지역사회 행사에 참여하기



예방접종의 2 가지 이점은 어떤 것이 있나요?

1. _____

2. _____

COVID-19과 독감을 위한 가정방문 백신접종 서비스

외출이 어렵거나 자택에 머무는 사람은 가정
내 백신 접종을 요청할 수 있습니다.

백신 접종을 요청하는 방법에는 두 가지가
있습니다:

1. 전화 문의 –

DPH 백신 콜 센터에
1-833-540-0473으로
전화 문의하세요



2. 온라인 신청–



보건 당국 웹사이트

ph.lacounty.gov/VaxAtHome을

방문하여 신청 양식을 작성하세
요. 스페인어로도 작성을 할 수

있습니다.

건강과 노화에 대한 서비스

로스앤젤레스 카운티 공중보건국, 노인 건강 사무소는 다음 서비스를 제공합니다:

- 메디케어와 메디케이드 지원
- 성인 주간 보호시설
- 장기 돌봄 서비스



자세한 정보는 전화문의는

1-213-351-7825

또는

ph.lacounty.gov/aging

고령자와 부양가족 성인 서비스

로스앤젤레스 카운티 노인과 장애인부는 노인과 부양 성인에게 다음 서비스를 제공합니다:



- 영양 지원 프로그램
- 돌봄 서비스 지원
- 삶의 질 향상

자세한 정보를 알아보려면 정보 및 지원 핫라인 **1-800-510-2020**에

전화 또는

ad.lacounty.gov을

방문하세요



(Korean)

고령자의 권장 백신접종

고령자 지원 서비스

로스앤젤레스 카운티는 다음 서비스를 제공합니다:

- 취업 및 직업훈련 프로그램
- 법률 지원과 법적 옹호
- 건강한 삶과 안전 프로그램
- 노인종합복지 프로그램(MSSP)
- 정신건강 지원 서비스
- 주거 지원 프로그램



자세한 내용을 알아보려면 **1-213-482-7252**
로 전화 문의 또는 aging.lacity.gov/older-adults를 방문하세요.

시의 비긴급 서비스 전화 문의 번호는 **3-1-1**
또는 lacity.gov/myla311을 방문하세요.

정신 건강 서비스

COVID-19 대유행은 모든 연령대의 사람들에게 새로운 도전을 함께 가져왔습니다. 이러한 도전은 사람들의 정신 건강에 영향을 미쳤습니다. 본인 또는 아는 지인분이 정신 건강 문제로 힘들어하는 고령자 지원 서비스의 도움을 받을 수 있다면 다음으로 연락하여 지원을 받을 수 있습니다.

1. 시니어 우정 지원 라인

- 주 7일 연중무휴 상담 전화번호 **1-800-971-0016**.
- 자세한 정보는 ioaging.org/services/friendship-line을 방문하고 확인하세요.

2. 헬핑핸즈(Helping Hands)시니어 지원재단

- 상담전화 **1-818-279-6580**로 문의.
월요일-금요일 오전 8:30부터 오후 5:30까지 운영.
- 자세한 정보는 helpinghandsla.org을 방문하세요.

