



老年人疫苗接種建議



COUNTY OF LOS ANGELES
Public Health

Traditional Chinese

目錄表

為什麼建議老年人接種疫苗.....	1
建議老年人接種哪些疫苗.....	2
疫苗作用原理.....	3
老年人常規疫苗.....	4 & 5
風險較高的老年人	6
根據健康狀況推薦的疫苗	7
根據職業推薦的疫苗.....	8
根據旅行地推薦的疫苗	9
為移民推薦的疫苗.....	10
為難民推薦的疫苗.....	11
有老年人的家庭.....	12
查找您的免疫接種記錄	13
您是否對常規疫苗接種有疑問.....	14
如何接種常規疫苗和規定接種疫苗.....	15
接種常規疫苗和規定疫苗有哪些好處	16
COVID-19和流感的家庭疫苗接種服務.....	17
健康與老年服務	18
老年人和受撫養成人服務.....	19
老年人服務.....	20
心理健康服務	21

為什麼建議老年人接種疫苗？

- 65 歲及以上的人因流感、COVID-19、肺炎和 RSV 等疫苗可預防疾病而患重病的風險更高。
- 接種疫苗是一種安全的防護和預防嚴重疾病的方法。
- 接種疫苗可以預防可導致住院和死亡的疾病。及時接種推薦疫苗可獲得最大程度的保護。
- 建議老年人接種的疫苗是基於年齡、健康狀況、病史、工作要求和/或旅行地推薦的。



建議老年人接種哪些疫苗？

流感疫苗

應該每年（特別是秋季）進行接種，以降低患流感的風險。如果您的年齡在 65 歲或以上，請向您的醫療服務提供者諮詢高劑量流感疫苗的資訊。

□ □ □ □ □ □ □
□ 苗 □ COVID-19)

這種疫苗會不斷更新，以抵禦最新的病毒株。建議年齡在 6 個月及以上的所有人至少接種 1 劑最新版本的 COVID-19 疫苗。

肺炎球菌疫苗*

一劑疫苗就可預防由肺炎球菌引起的嚴重感染。

帶狀皰疹疫苗 (帶狀皰疹)*

50 歲及以上成人接種兩劑該疫苗可預防帶狀皰疹，兩劑疫苗間隔兩到六個月接種，可獲得最大程度防護。如果您已經接種過一劑帶狀皰疹疫苗，請向您的醫療服務提供者諮詢。

百白破混合疫苗 (Tdap)

一劑百白破混合疫苗即可預防破傷風、白喉和百日咳。您可能需要每 10 年接種一次加強針。

RSV 疫苗*

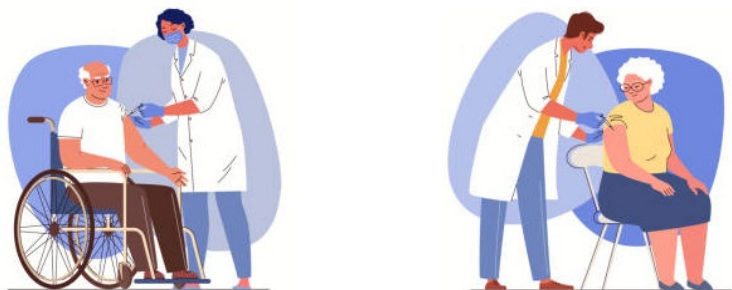
建議 60 歲及以上的成年人接種一劑疫苗，以預防呼吸道合胞病毒 (RSV) 引起的肺部感染；建議與您的醫療服務提供者共同做出臨床決策。

*如需瞭解更多資訊，請諮詢您的醫療服務提供者。

注：表格修改自 [LAC DPH 老年人宣傳單](#)。

疫苗作用原理

接種疫苗不會讓您感染疾病。



- 疫苗能**安全地**教授您的身體如何識別和抵禦有害疾病。在極少數情況下，免疫接種會引發與疫苗所預防的疾病相似的輕微症狀。這些症狀並非感染，而是身體對疫苗產生免疫反應的證據。
- 疫苗有多種類型。它們可以經鼻腔、口腔或通過注射的方式接種。
- 雖然沒有一種疫苗是百分之百完美的，但它們是保護您免受嚴重疾病侵擾的最佳方法。許多因素都會影響疫苗提供的保護水準，例如：
 - 感染接觸量
 - 接種疫苗後的時間
 - 個人健康狀況

老年人常規疫苗

接種疫苗的好處

接種疫苗可以幫助人體安全地產生免疫力，從而降低患某些疾病的風險。如果您在接觸某種疾病後生病，接種疫苗可以降低您因疾病引起嚴重併發症的風險。



接種疫苗還能降低疾病傳染給周圍其他人的幾率。通過接種疫苗，您還可以幫助社區防止嚴重疾病的傳播。

請訪問 cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac，瞭解有關推薦成人接種的疫苗的更多資訊。同時提供西班牙語版本。

老年人常規疫苗

疫苗可幫助您節省時間和金錢。



疫苗可幫助您保持健康，這樣您就不必錯過工作、活動或與家人和朋友的聚會，從而有更多時間做自己喜歡的事情。

如果生病，您可能會花費很多錢。如果您因疫苗可預防的疾病而導致重症、住院或殘障，即使您有保險，醫療費用也會迅速增加。

請訪問 www2.cdc.gov/nip/adultimmsched，進行快速小測，瞭解您可能需要接種的疫苗清單。同時提供西班牙語版本。

風險較高的老年人

- 疫苗對於保護有某些健康狀況的人尤為重要，這些健康狀況會使他們更有可能因感染疫苗可預防的疾病而導致重症、住院甚至死亡。

這些疾病包括：

糖尿病
(1 型和 2 型)

心血管疾病
(如高血壓、動脈堵塞、心臟病發作、中風)

慢性阻塞性肺病 (包括哮喘)

無脾
(包括脾臟功能正常的人)

□ □ □ □ □

肝臟疾病

腎臟疾病

免疫系統受損

根據健康狀況推薦的疫苗

接種疫苗是保護健康的最安全方法。

根據個人的健康狀況、處方藥、治療（如血液透析）或免疫系統水準（如 CD4 細胞數），疫苗接種建議可能會有所不同。

每個人，尤其是有某些健康狀況的人群，都應確保自己接種以下疫苗的最新版本：

- 新型冠狀病毒肺炎苗（COVID-19）
- 流感疫苗（流行性感冒）
- 百日咳混合疫苗（Tdap 疫苗或 Td 疫苗）
- 甲型肝炎疫苗
- 乙型肝炎疫苗
- 肺炎球菌疫苗
- □ □ □ □ □ □ □ □
- 麻腮風三聯疫苗（麻疹、腮腺炎、風疹）
- HIB 疫苗（B 型流感嗜血桿菌）
- 腦膜炎球菌疫苗（MenACWY 疫苗和 MenB 疫苗）



請向醫生諮詢適合您的疫苗。

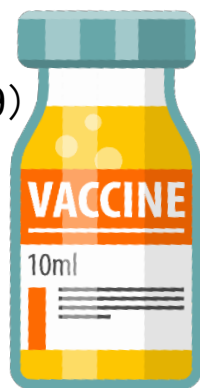
根據職業推薦的疫苗

醫療保健工作者

直接與病人接觸、處理傳染性材料或在醫療保健機構工作的人群患上或傳播某些疫苗可預防疾病的風險較高。

在醫療機構工作的人員應確保接種最新版本的疫苗，例如：

- 流感疫苗
- 新型冠狀病毒肺炎苗（COVID-19）
- 乙型肝炎疫苗
- 腦膜炎球菌疫苗
- 帶狀皰疹疫苗（帶狀皰疹）
- 水痘疫苗（水痘）
- 麻腮風三聯疫苗（麻疹、腮腺炎、風疹）
- Tdap（破傷風、白喉、百日咳）疫苗



根據旅行地推薦的疫苗

國際旅行者

在旅行前幾周與您的醫療服務提供者聯繫，瞭解根據您旅行的地點，您適合接種哪些疫苗。有些疫苗需要數周才能對疫苗可預防的疾病產生良好的保護作用。

規定或建議旅行者接種的特定疫苗：詳情請訪問 wwwnc.cdc.gov/travel/page/travel-vaccines。

您也可以通過以下簡單措施來確保旅行安全：

- 接種疫苗
- 配戴口罩
- 保持社交距離
- 勤洗手
- 身體不適時留在家中並接受檢查



為移民推薦的疫苗

申請美國簽證或永久居留權的移民**必須**接種以下疫苗：

- 麻疹疫苗
- 流行性腮腺炎疫苗
- 風疹疫苗
- 白喉疫苗
- 破傷風疫苗
- 百日咳疫苗
- 甲型肝炎疫苗
- 乙型肝炎疫苗
- 水痘疫苗
- 脊髓灰質炎疫苗
- 輪狀病毒疫苗
- 肺炎球菌疫苗
- 腦膜炎球菌疫苗
- B 型流感嗜血桿菌 (Hib) 疫苗



請訪問 cdc.gov/vaccines/adults/rec-vac, 查看規定和建議移民接種的疫苗。同時提供西班牙語版本。

為難民推薦的疫苗

[加州難民健康評估計畫 \(RHAP\)](#) 為新抵達的難民、受庇護者、嚴重人口販運受害者（聯邦認證）以及其他符合條件的入境者（如持有特殊移民簽證者以及從阿富汗、古巴、海地和烏克蘭獲得人道主義假釋者）提供免費的全面健康評估。



如需進一步瞭解該計畫，請致電 (818) 291-8902

有老年人的家庭

保護您在長期護理機構 (LTCF) 中的親人

LTCF 的居住者是最容易受到疫苗可預防疾病嚴重併發症影響的人群之一。

接種疫苗在保護 LTCF 整個社區的健康和福祉方面發揮著至關重要的作用。

如何在 LTCF 中保持安全？

- 及時接種疫苗。
- 勤洗手。
- 瞭解並支持疫苗接種。

接種疫苗有助於在 LTCF 內創造更安全的環境。通過及時接種疫苗，可以幫助降低設施內爆發疾病的風險。

與 LTCF 員工交流，解決您對疫苗的任何疑慮或問題。他們可以根據設施內的具體需求和條件提供有價值的資訊。

查找您的免疫接種記錄

醫生辦公室/藥房

- 聯繫您最近一次接種疫苗的地點。醫生辦公室、診所和藥房可以為您打印免疫接種記錄。

數字疫苗紀錄

- 疫苗記錄加州公共衛生部（CDPH）開發維護了一個免疫接種登記冊。如果您的免疫接種記錄存在於該註冊表中，您可以通過加州數字疫苗記錄門戶網站申請獲得一份數字疫苗記錄副本。

請訪問 myvaccinerecord.cdph.ca.gov 下載您的疫苗記錄。同時提供西班牙語版本。

如果無法找到您的記錄，請諮詢您的醫生，看是否需要重複接種某些疫苗。

您是否對常規疫苗接種有疑問？

請勾選以下列出的任何問題（如果未列出其他您想問的問題，請自行寫下），並在下次就診時攜帶這本小冊子，

以便隨時請醫生幫助回答這些問題。



- 我是否應該接種疫苗？
- 根據我的健康狀況，我是否需要接種疫苗？
- 如果我出國旅行，是否需要接種疫苗？
- 每個季節推薦接種哪些疫苗？

1. _____

2. _____

請訪問 www2.cdc.gov/nip/adultimmsched，進行快速小測，瞭解您可能需要接種的疫苗清單。同時提供西班牙語版本。

如何接種常規疫苗和規定接種疫苗

未投保或投保額不足*人群

可提供低成本或免費的疫苗接種。

1. 請撥打 **2-1-1** 或訪問

ph.lacounty.gov/ip/clinics.htm 查找
您所在地區提供所需疫苗的社區診所。

2. 撥打公共衛生呼叫中心電話 **1-833-540-0473**，工作時間為每天上午 8 點至晚上 8 點。



3. 請訪問 ph.lacounty.gov/vaccines 獲取更多資訊。

*投保額不足人群：他們有醫療保險，但其保險可能不包括疫苗，可能只包括部分疫苗，或可能對疫苗有固定的金額限制/上限。

有保險的人群

- 如果您有醫療保險或固定的醫療服務提供者，請聯繫他們以獲得免疫接種服務。

接種常規和規定疫苗有什麼好處？

1. 接種疫苗是保護自己
免受疫苗可預防疾病
侵害的最佳方法。



2. 接種最新版本疫苗會讓您更安全：
 - ✓ 與家人、朋友和鄰居在一起
 - ✓ 參加社區活動

接種疫苗的另外兩個好處是什麼？

1. _____
2. _____

居家疫苗接種服務 COVID-19 和流感

出門不便或**無法出門**的人群可以申請上門疫苗接種。

有兩種方式可以申請接種疫苗：

1. 電話申請—

撥打 DPH 疫苗

呼叫中心電話

1-833-540-0473。



2. 線上申請 -



訪問網站

ph.lacounty.gov/VaxAtHome ,

填寫申請表。同時提供西班牙語版本。

健康與老年服務

洛杉磯縣公共衛生局老年健康辦公室提供以下服務資訊：

- Medicare 和 Medicaid 支持
- 成人日間護理
- 長期護理



如需瞭解更多資訊，請
致電 **1-213-351-7825**
或訪問

ph.lacounty.gov/aging。

老年人和受撫養成人服務

洛杉磯縣老年與殘障部為老年人和受撫養成人提供以下服務：



- 營養計畫
- 支持服務和護理
- 提高生活品質

如需瞭解更多資訊，請撥打資訊與援助熱線
1-800-510-2020 或訪問 ad.lacounty.gov。



老年人服務

洛杉磯市老年部提供以下服務：

- 就業和培訓計畫
- 法律援助和宣傳
- 健康和 safety 計畫
- 多功能老年中心
- 心理健康服務
- 住房計畫



如需瞭解更多資訊，請致電 **1-213-482-7252**
或訪問 aging.lacity.gov/older-adults。

有關非緊急城市服務，請撥打**3-1-1**或訪問
lacity.gov/myla311。

心理健康服務

COVID-19 大流行給所有年齡段的人帶來了新的挑戰。這些挑戰影響了許多人的心理健康。如果您或您認識的人可能會從支援老年人應對心理健康困擾的服務中受益，請聯繫以下其中一項：

1. Senior Friendship 熱線

- 撥打全天候援助熱線 **1-800-971-0016**。
- 更多資訊請訪問 ioaging.org/services/friendship-line。

2. Helping Hands 老年基金會

- 撥打援助熱線 **1-818-279-6580**，工作時間為週一至週五上午 8:30 至下午 5:30。
- 更多資訊，請訪問 helpinghandsla.org。

