

VẮC-XIN COVID-19

Làm thế nào để tôi nói với người thân trong gia đình tôi về vắc-xin COVID-19?



Điều quan trọng phải biết các sự thực về vắc-xin COVID-19 để quý vị có thể có cuộc nói chuyện có hiểu biết với người nhà quý vị về việc họ có nên chích vắc-xin hay không. Chúng tôi hy vọng tờ thông tin này sẽ giúp quý vị với các cuộc nói chuyện đó.

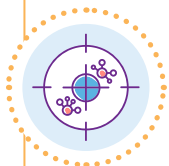
COVID-19 là gì?

- COVID-19 là một bệnh truyền nhiễm gây nên bởi vi rút corona 2019.
- COVID-19 có thể lây lan khi một người có vi rút ho, sổ mũi, nói chuyện hoặc thậm chí thở gần một người khác.
- Một số người có thể có vi rút và không biết mình có, và vẫn lây cho những người khác.
- Những người có COVID-19 có thể bị:
 - ho
 - sốt
 - cảm thấy mệt mỏi
 - có thể không có khả năng để nếm hoặc ngửi được tốt cho lắm
 - khó thở
 - tiêu chảy hoặc ói mửa
 - các cơn ớn lạnh
 - chảy mũi.
- Một số người mắc COVID-19 có các triệu chứng nhẹ. Những người khác có thể hoàn toàn không cảm thấy bị bệnh. Nhưng một số người mắc COVID-19 có thể bị bệnh rất nặng và có thể tử vong.

Vắc-xin là gì?

- Vắc-xin bảo hệ miễn dịch của quý vị tạo ra các kháng thể để giúp cơ thể quý vị chống một lại một vi trùng có thể khiến quý vị bị bệnh.
- Các nhà khoa học làm ra vắc-xin để bảo vệ quý vị và những người khác chống lại vi trùng, kể cả vi khuẩn và các vi rút chẳng hạn như vi rút corona.
- Chúng ta đã có vắc-xin trị các bệnh khác như bại liệt, cúm và bệnh sởi.
- Vắc-xin COVID-19 hoạt động với các cơ chế bảo vệ tự nhiên của cơ thể quý vị để chống trả COVID-19, giống như cách thức hoạt động của các vắc-xin khác.

- Vắc-xin COVID-19 được tiêm vào cơ thể.
- Bác sĩ nghĩ rằng sẽ có ít người bị bệnh vì COVID-19 hơn nếu có thêm nhiều người chủng ngừa.
- Các nhà khoa học và các chuyên viên chăm sóc sức khỏe nghĩ rằng tất cả mọi người nên chích ngừa COVID-19 là điều quan trọng.



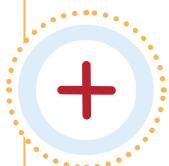
Vắc-xin COVID-19 hoạt động ra sao?

- Vắc-xin COVID-19 huấn luyện hệ miễn dịch của cơ thể quý vị tạo ra các kháng thể chống lại vi rút corona. Nếu quý vị bị phơi nhiễm với vi rút COVID-19 sau khi đã chích vắc-xin, các kháng thể sẵn sàng chống trả và giúp quý vị không bị bệnh.
- Vắc-xin không có chứa vi rút COVID-19, vì vậy vắc-xin không thể khiến quý vị bị COVID-19. Thay vào đó, vắc-xin cho cơ thể quý vị một công thức để tạo ra các kháng thể.
- Quý vị phải chích vắc-xin **hai lần** để được bảo vệ đầy đủ chống lại COVID-19. Người chích vắc-xin cho quý vị sẽ bảo quý vị khi nào phải chích liều thứ nhì.



Tôi có thật sự cần phải chích mũi vắc-xin thứ nhì hay không?

- Có. Điều rất quan trọng phải chích cả hai liều thuốc vắc-xin. Liều thứ nhì bảo hệ miễn dịch tạo ra thêm nhiều kháng thể nữa. Điều đó sẽ cho cơ thể quý vị cơ hội tốt nhất để chống trả vi rút.



Vắc-xin có an toàn hay không? Làm thế nào chúng ta biết được?

- Có, vắc-xin thì an toàn, và là cách thức chính chúng ta sẽ đánh bại COVID-19.
- Vắc-xin không truyền COVID-19 cho quý vị. Vắc-xin chỉ làm việc với hệ miễn dịch của quý vị để cơ thể quý vị sẽ được sẵn sàng chống trả vi rút nếu quý vị tiếp xúc với siêu vi trùng.
- Các bác sĩ và các nhà khoa học đã làm việc để bảo đảm vắc-xin an toàn để dùng.
- Các nhà khoa học đã thử nghiệm vắc-xin với rất nhiều, nhiều người. Họ đã chích cho tất cả mọi người trong cuộc thử nghiệm. Một số người được chích vắc-xin và một số đã được chích nhưng không có vắc-xin trong đó.
- Sau đó các nhà khoa học xem điều gì đã xảy ra cho mọi người trong cả hai nhóm.
- Hầu hết những người được chích vắc-xin đã không bị bệnh. Rất nhiều người đã bị bệnh là những người đã không có chích vắc-xin.



Các tác dụng phụ của vắc-xin là gì?

- Các tác dụng phụ phổ biến bao gồm:
 - đau cánh tay
 - bị đỏ và bị sưng nơi quý vị được tiêm thuốc
 - cảm thấy mệt mỏi
 - nhức đầu
 - sốt nhẹ hoặc có các cơn ớn lạnh
 - đau nhức bắp thịt hoặc khớp xương.
- Các tác dụng phụ này thì thường nhẹ hoặc vừa phải và hết đi sau một vài ngày.



Có ai không nên chích vắc-xin hay không?

- Không có vắc-xin COVID-19 nào đã được chấp thuận cho bất cứ ai dưới 16 tuổi. Hiện đang có thêm các xét nghiệm được thực hiện để bảo đảm thuốc chích ngừa an toàn cho trẻ em và thanh thiếu niên.
- Nếu quý vị có bất cứ các triệu chứng nào khiến quý vị nghĩ mình có thể bị COVID-19, quý vị có thể phải chờ để được chích ngừa.
- Quý vị không nên chích vắc-xin nếu quý vị bị các dị ứng hoặc phản ứng nghiêm trọng với:
 - cứ các thành phần nào của vắc-xin, kể cả polyethylene glycol (PEG). PEG là một chất phổ biến và có thể tìm thấy trong một số sản phẩm chẳng hạn như thuốc men, thuốc nhuận trường hoặc các thuốc sirô trị ho
 - liều vắc-xin COVID-19 đầu tiên của quý vị.



Tại sao những người mắc bệnh tâm thần và/hoặc nghiện ngập nên chích ngừa là điều quan trọng?

- Đại dịch này đã là điều rất khó khăn cho tất cả mọi người, nhất là những người bị bệnh tâm thần và những người nghiện ngập ma túy và nghiện rượu.
- Những người mắc bệnh tâm thần nghiêm trọng có nhiều khả năng bị COVID-19 và trở nên bị bệnh rất nặng.
- Những người dùng các thứ thuốc gây nghiện, hoặc nghiện ngập ma túy, cũng có nhiều rủi ro bị COVID-19 và trở nên bị bệnh rất nặng.
- Vắc-xin bảo vệ những người được chích đồng thời cũng bảo vệ những người chung quanh họ.
- Càng có nhiều người đồng ý chích vắc-xin chủng nào thì cuộc sống của chúng ta càng sớm có thể trở lại bình thường chủng đó.
- Những người nào không chích vắc-xin sẽ vẫn luôn luôn lo lắng về việc bị COVID-19, và truyền lây bệnh cho những người khác. Họ sẽ không cảm thấy tự do để làm được mọi việc khi đại dịch đã chấm dứt.



Làm thế nào để tôi nói chuyện với người thân của tôi về việc chích vắc-xin?

- Hãy bắt đầu cuộc nói chuyện với tính cách ngẫu nhiên, tò mò và cởi mở để duy trì niềm tin.
- Hãy lắng nghe một cách cẩn thận và công nhận các thắc mắc, các điều lo âu và lo ngại của họ.
- Hãy khuyến khích họ hỏi bác sĩ hoặc một thành viên trong nhóm chăm sóc sức khỏe của họ để được giải đáp thắc mắc và giải quyết các điều lo ngại.
- Nếu họ muốn, tham dự các cuộc hẹn để giúp họ hỏi bác sĩ của họ về vấn đề vắc-xin có thể là điều có ích.
- Hãy trấn an với họ rằng quý vị sẽ không khuyến khích họ chích vắc-xin nếu quý vị biết điều đó có thể gây hại cho họ.
- Nhắc họ rằng quý vị quan tâm đến họ và vấn đề sức khỏe của họ.
- Nhắc họ rằng nếu có thêm nhiều người chủng ngừa thì cuộc sống sẽ sớm trở lại bình thường hơn.
- Nói rằng quý vị cũng sẽ chích vắc-xin ngay khi thuốc có sẵn cho quý vị để chích.



Nếu người thân của tôi lo âu hoặc sợ hoang tưởng về việc chích ngừa vắc-xin thì sao?

- Hãy để họ tự do bày tỏ các điều lo âu và nỗi sợ hoang tưởng của họ về vấn đề vắc-xin và lắng nghe họ.
- Nói với họ rằng các điều lo âu của họ là đúng. Nếu họ lo âu về việc vắc-xin đã được làm ra một cách quá nhanh chóng, quý vị có thể nhắc họ rằng công nghệ làm thuốc thì tiên tiến và đây là một nỗ lực của toàn thế giới.
- Động viên họ nói chuyện với bác sĩ hoặc các thành viên trong nhóm chăm sóc sức khỏe của họ, những người có thể giải đáp thắc mắc y khoa cho họ một cách chuyên nghiệp và hỏi xem họ có muốn quý vị ở bên cạnh để hỗ trợ hay không.
- Nhắc với họ rằng có rất nhiều thông tin sai lạc trên mạng và không phải tất cả các nguồn tư liệu đều đáng tin cậy. Giúp hướng dẫn họ tìm đến các nguồn thông tin đáng tin cậy.
- Hãy xét đến việc chia sẻ các tờ thông tin chỉ dẫn khác của CAMH về vắc-xin COVID-19 với họ. Các tờ thông tin chỉ dẫn có thể được tìm thấy tại đây: www.camh.ca/covid19
- Đừng liên tục mang đề tài ra để thảo luận. Cho họ thời gian để đọc những gì quý vị trao cho họ hoặc để nghĩ về những gì bác sĩ nói với họ.

Điều gì xảy ra nếu người thân của tôi bị một phản ứng dị ứng?

- Dân chúng rất hiếm khi bị một phản ứng dị ứng do chích vắc-xin COVID-19.
- Bác sĩ và y tá sẽ lưu ý bất cứ các phản ứng dị ứng nào trong lúc người thân quý vị đang đợi một chút sau khi đã tiêm vắc-xin.
- Nếu người thân của quý vị bị nổi sài, khó thở, hoặc mặt, lưỡi và cuống họng bị sưng, hãy gọi 911.

Còn vấn đề thuốc men của người thân tôi thì sao? Vắc-xin có sẽ ảnh hưởng đến thuốc men hay không?

- Hầu hết những người đang dùng thuốc không cần phải lo ngại về việc thuốc men của họ hòa lẫn với vắc-xin như thế nào. Tuy nhiên, đây là một câu hỏi hay để họ hỏi bác sĩ hoặc dược sĩ của họ.
- Nếu họ dùng thuốc chống đông máu (thuốc làm loãng máu), họ nên cho nhân viên chích vắc-xin biết để nhân viên có thể cố gắng làm giảm bớt bất cứ sự bầm nào do kim tiêm.

Nếu như người nhà tôi không muốn chích vắc-xin thì sao? Các quyền của họ là gì?

- Chích ngừa vắc-xin COVID-19 tại Ontario là tự nguyện. Họ có thể thảo luận với bác sĩ, những người trong nhóm chăm sóc sức khỏe của họ, với gia đình, và những người khác họ tin tưởng để biết tiêm vắc-xin có phải là điều đúng cho họ hay không.
- Trước khi được tiêm vắc-xin, họ sẽ cần phải ký một mẫu cho biết họ hiểu là họ đang được tiêm vắc-xin và họ đã đồng ý với điều đó. Họ có thể thay đổi ý kiến bất cứ lúc nào trước khi tiêm vắc-xin. Họ cũng có thể hỏi thêm thông tin.

Nếu người thân tôi có người quyết định thay cho họ (SDM) thì sao?

- Nếu họ có người quyết định thay cho họ thì người đó sẽ làm quyết định này cho họ. Người quyết định thay cho họ sẽ cần phải xem xét bất cứ điều gì họ đã bày tỏ trong quá khứ về việc chích ngừa. Nếu họ trước đây đã chưa từng bao giờ nói về việc chích vắc-xin, hoặc việc chủng ngừa nói chung, người quyết định thay cho họ sẽ quyết định nếu tiêm vắc-xin có phải là điều lợi tốt nhất cho họ hay không.
- Trước khi tiêm vắc-xin người quyết định thay sẽ thay mặt họ ký mẫu đơn.
- Động viên họ nói chuyện với bác sĩ nếu họ muốn có thêm thông tin về các quyền của mình.



Sau khi người thân của tôi đã chích vắc-xin, họ có vẫn phải cẩn cẩn thận hay không?

- Có, quý vị chưa được bảo vệ trọn vẹn chống COVID-19 sau khi chích liều vắc-xin đầu tiên của quý vị. Quý vị cần liều thứ nhì của vắc-xin để được bảo vệ đầy đủ.
- Sau liều thứ nhì, họ sẽ vẫn cần phải cẩn thận vì chúng ta không biết nếu những người đã được chủng ngừa có thể vẫn lây COVID-19 cho những người khác hay không ngay cả khi chính bản thân những người đó không bị bệnh.
- Sẽ cần phải có thời gian để chủng ngừa cho tất cả mọi người, vì vậy họ sẽ vẫn cần phải cẩn thận.
- Ngay cả sau khi đã tiêm vắc-xin, họ nên làm theo các hướng dẫn của y tế công cộng:
 - đeo một khẩu trang
 - rửa tay hoặc sát khuẩn tay thường xuyên
 - đứng cách xa 6 feet với những người khác, khi có thể
 - tránh đám đông.

Ghi chú

Nếu quý vị hoặc người thân quý vị có điều gì thắc mắc, hãy động viên họ hỏi bác sĩ của mình.

Tờ thông tin này không phải là tài liệu chỉ dẫn dành cho những người cần phải xét nghiệm COVID-19 hoặc cho những người đang bị khủng hoảng sức khỏe tâm thần. Nếu quý vị đang bị khủng hoảng sức khỏe tâm thần, hãy gọi 911 ngay lập tức hoặc đến phòng cứu cấp gần nhất.

Để biết thêm thông tin, viếng trang mạng www.camh.ca/covid19

Chuyển thể với sự cho phép từ Trung Tâm Azrieli Adult Neurodevelopmental Centre của CAMH