

## 老年人應接種 COVID-19 疫苗、流感疫苗和 RSV 疫苗

COVID-19、流感和呼吸道合胞病毒 (respiratory syncytial virus, RSV) 等呼吸道病毒透過咳嗽、打噴嚏和呼吸進行傳播，在秋冬季節更為常見。現已有幫助人們預防 COVID-19、流感和 RSV 的新疫苗。如果您是老年人（65 歲或以上），請儘快接種疫苗，以確保自己得到保護。

### 我需要接種哪些疫苗來確保安全？

即使您以前接種過疫苗，也應該接種 2023 年 9 月上市的更新版 COVID-19 疫苗和年度流感疫苗。COVID-19 疫苗現已更新為可以抵禦當前流行的病毒變異株，對您因為隨著時間的推移而可能下降的自體免疫能力，起到增強作用。流感疫苗每年都會更新，以抵禦預計會流行的毒株。

您應該與您的健康照護提供者討論是否需要接種 RSV 疫苗。目前該疫苗已向年滿及超過 60 歲的老人提供接種，今年是 RSV 疫苗上市的第一年。您還應該向您的健康照護提供者查詢自己是否也已及時接種了其他疫苗，例如預防某些細菌感染（包括肺炎在內）的肺炎球菌疫苗。

### 老年人接種疫苗為何重要？

老年人因 COVID-19、流感和 RSV 而患重症、住院和死亡的風險更高。某些基礎病，例如慢性腎病、心臟病、肺病和糖尿病，會增加感染這些病毒後發展為重症的風險。

美國近期的數據顯示，年齡 65 歲及以上者占據了流感死亡病例的約 70% 至 85%，佔流感住院病例的約 50% 至 70%；而在 COVID-19 死亡病例中，65 歲及以上人員所佔比例超過 75%。

### 我應該接種哪種 COVID-19 疫苗，需要接種多少劑？

無論您之前接種的是哪種疫苗，您都可以選擇接種任何一種疫苗。所有的更新版疫苗均在設計上旨在預防相同的變異株。

美國疾病控制與預防中心 (Center for Disease Control and Prevention) 建議年齡 65 歲及以上的人員在上次疫苗接種的至少四個月後，再任選接種一劑更新版疫苗。如果您有中度或重度免疫功能低下問題，請諮詢您的健康照護提供者，看他們是否建議進一步接種追加劑量。

### 今年我應該接種哪種流感疫苗？

年齡 65 歲及以上的人員應選擇接種一劑高劑量流感疫苗、佐劑流感疫苗或重組型流感疫苗，因為這些疫苗對老年人的效果更好。

### COVID-19 疫苗、流感疫苗和 RSV 疫苗有副作用嗎？

對於大多數人來說，副作用反應是輕微的，會在幾天內消失。常見的副作用反應包括手臂酸痛、頭痛、身體疼痛和疲倦。接種疫苗後不會感染 COVID-19、流感或 RSV。

### 我可以在哪裡接種疫苗？

詢問您的健康照護提供者是否提供疫苗接種服務。包括藥房在內，紐約市內還設有數百個疫苗接種站點，提供 COVID-19 疫苗和流感疫苗接種，且無需預約。如需查找接種站點，請造訪 [vaccinefinder.nyc.gov](https://vaccinefinder.nyc.gov) 或致電 212-268-4319。許多健康中心都提供 RSV 疫苗，部分藥房也有提供，但需您的健康照護提供者開具處方。

### 我的健康保險承保疫苗接種嗎？

Medicare、Medicaid 和大多數健康保險計畫都承保 COVID-19 疫苗、流感疫苗、RSV 疫苗和其他疫苗接種，且無需支付共付額或其他分攤費用。請確保您使用的健康照護提供者接受您的保險。

### 如果我沒有保險怎麼辦？

沒有保險或保險承保範圍有限的人員可以免費接種 COVID-19 疫苗。如需查找提供免費疫苗的接種站點，請造訪 [vaccinefinder.nyc.gov](https://vaccinefinder.nyc.gov)，然後點按「Any insurance」（任一保險）的下拉功能表，查找「no cost」（免費）選項。

### 我可以同時接種 COVID-19 疫苗、流感疫苗和 RSV 疫苗嗎？

可以，您可以同時接種這三種疫苗。

### 如果我已經接種了疫苗，還有可能患上 COVID-19、流感或 RSV 嗎？

可能。疫苗雖然降低了您的感染風險，但您仍有可能感染，尤其是距離上次接種疫苗的時間越來越長時。但是，如果您果真感染，疫苗則能幫助減輕症狀、降低產生併發症（包括住院和死亡）的風險。COVID-19 疫苗還能降低患上長期 COVID（感染 COVID-19 後症狀持續數月或更長時間）的風險。

如果您有呼吸道病毒感染症狀，例如咳嗽、流鼻涕、鼻塞、喉嚨痛、發燒或身體疼痛，請立即聯絡您的健康照護提供者進行檢測。患上 COVID-19 或流感的老年人可以使用藥物治療，且治療越早開始，效果越好。RSV 沒有特定的治療方法，但健康照護提供者可能會建議使用藥物，來緩解症狀。

如果您沒有健康照護提供者，請造訪 [expresscare.nyc](https://expresscare.nyc) 或撥打 631-397-2273，與紐約市健康醫療總局 (NYC Health + Hospitals) 的 Virtual ExpressCare（虛擬快捷護理）聯絡。

### 我還可以採取哪些措施，保護自己免於感染呼吸道病毒？

在擁擠的室內場所，您應該考慮佩戴貼合面部的口罩。優質口罩，例如 N95、KN95 或 KF94，可以提供更好的保護。您還應該勤洗手，避免用未清洗的手接觸眼睛、鼻子和嘴。

如需更多 COVID-19、流感和 RSV 相關資訊，請造訪 [on.nyc.gov/covid-flu-rsv-faq](https://on.nyc.gov/covid-flu-rsv-faq)。