

# Tờ Thông tin về COVID-19

## Những điều cần biết trước, trong và sau khi tiêm vắc-xin COVID-19

Giờ đây, tất cả người dân Ohio từ 12 tuổi trở lên đều [đủ điều kiện để tiêm vắc-xin COVID-19](#), vì vậy, bước chuẩn bị là quan trọng nhất. Dưới đây là cách lập kế hoạch tiêm vắc-xin, những gì sẽ xảy ra trong lần tiêm vắc-xin của quý vị và những gì sẽ xảy ra sau khi tiêm.

### **Trước khi tiêm vắc-xin COVID-19**

Nếu quý vị [chọn tiêm vắc-xin](#), có một số điều quý vị sẽ cần phải chuẩn bị.

- **Tự tin tiêm vắc-xin.** Tìm hiểu [về vắc-xin](#) qua [các nguồn tin cậy](#), như: [Trung tâm Kiểm soát và Phòng ngừa Dịch bệnh \(CDC\)](#), nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe, [phòng y tế địa phương](#) hoặc [Sở Y tế Ohio \(ODH\)](#) để giải đáp [mọi thắc mắc](#) của quý vị liên quan đến việc tiêm vắc-xin.
  - CDC khuyến khích người dân tiêm liều vắc-xin COVID-19 đầu tiên với loại vắc-xin được cung cấp cho họ. Các loại vắc-xin đều [an toàn và hiệu quả cao trong việc](#) giảm nguy cơ mắc COVID-19 nghiêm trọng, nhập viện và tử vong. Trong một số trường hợp nhất định, một số sản phẩm vắc-xin nhất định có thể phát huy tác dụng tốt hơn đối với một cá nhân nhất định dựa trên tình trạng bệnh lý hoặc dị ứng. Tuy nhiên, có một số hạn chế về độ tuổi khi tiêm vắc-xin. Tại thời điểm này, chỉ có vắc-xin Pfizer được phép sử dụng cho những người từ 12-17 tuổi. Vắc-xin Moderna và Johnson & Johnson đều chỉ được sử dụng cho những người từ 18 tuổi trở lên. Hiện tại, không có vắc-xin COVID-19 nào được chấp thuận sử dụng cho trẻ em dưới 12 tuổi.
  - Để đảm bảo tối đa tác dụng bảo vệ trước COVID-19, tiêm vắc-xin cần kết hợp với các biện pháp phòng ngừa liên tục, bao gồm giãn cách xã hội và đeo khẩu trang. Việc tiêm vắc-xin của quý vị sẽ góp phần đạt được mức độ miễn dịch của cộng đồng, giảm khả năng nhiễm bệnh từ những người không có khả năng miễn dịch.
- **Đảm bảo rằng vắc-xin an toàn cho tình trạng hoặc tiền sử bệnh của quý vị.** Quý vị có tiền sử dị ứng vắc-xin nào trong quá khứ không? Quý vị hiện đang gặp phải các triệu chứng COVID-19 hoặc đang bị cách ly không? Quý vị có dị ứng với bất kỳ thành phần nào trong vắc-xin COVID-19 hoặc polysorbate không? Quý vị có tiêm vắc-xin nào khác trong hai tuần trước đó không? Đây là tất cả [những điều quý vị nên thảo luận với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình](#) trước khi tiêm vắc-xin COVID-19. Nếu quý vị đang mang thai hoặc cho con bú, quý vị có thể tiêm vắc-xin, nhưng tốt hơn hết là quý vị nên trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình trước. Đọc kỹ hướng dẫn của CDC về [những người KHÔNG nên tiêm vắc-xin COVID-19](#).
  - Vắc-xin [Johnson & Johnson](#) có thể dẫn đến một biến cố bất lợi hiếm gặp nhưng nghiêm trọng - cục máu đông với tiểu cầu thấp (huyết khối với hội chứng giảm tiểu cầu hoặc TTS). Sau khi xem xét tất cả dữ liệu an toàn hiện có trong thời gian tạm dừng 10 ngày, CDC và FDA khuyến nghị tiếp tục sử dụng vắc-xin này ở Hoa Kỳ cho những cá nhân từ 18 tuổi trở lên, vì những lợi ích và khả năng bảo vệ đã biết của loại vắc-xin này trước COVID-19 vượt trội hơn so với nguy cơ tiềm tàng và đã biết.
    - Biến cố bất lợi này rất hiếm gặp, xảy ra với tỷ lệ khoảng bảy trên 1 triệu phụ nữ được tiêm chủng từ 18 đến 49 tuổi. Đối với phụ nữ từ 50 tuổi trở lên và nam giới ở mọi lứa tuổi, xác suất xảy ra biến cố bất lợi này thậm chí thấp hơn rất nhiều.
    - Phụ nữ dưới 50 tuổi nên biết về nguy cơ huyết khối hiếm gặp nhưng gia tăng với hội chứng giảm tiểu cầu (TTS). Các lựa chọn tiêm chủng thay thế có sẵn; Chưa thấy nguy cơ này với vắc-xin Pfizer hoặc Moderna phòng ngừa COVID-19.
    - Trong ba tuần sau khi tiêm vắc-xin, mọi người nên đề phòng các triệu chứng có thể xảy ra của biến cố đông máu với tiểu cầu thấp và **tìm kiếm sự chăm sóc y tế ngay lập tức nếu quý vị có một hoặc nhiều triệu chứng sau đây**. Bệnh nhân có bất kỳ triệu chứng nào trong số này nên cung cấp lịch sử tiêm chủng của họ cho các nhà cung cấp dịch vụ y tế để đảm bảo được chăm sóc thích hợp.

- Đau đầu dữ dội hoặc dai dẳng hoặc mờ mắt.
  - Khó thở.
  - Đau ngực.
  - Chân bị sưng tấy lên.
  - Đau bụng dai dẳng.
  - Dễ bị bầm tím hoặc có đốm máu li ti dưới da bên ngoài vết tiêm.
- Mọi người không nên lo lắng về những cơn đau đầu nhẹ và các triệu chứng giống như cúm trong vài ngày đầu sau khi tiêm vắc-xin. Đó là những tác dụng phụ vô hại do phản ứng của hệ thống miễn dịch với vắc-xin.
- **Xác định xem quý vị có đủ điều kiện để tiêm vắc-xin hay không và tìm một nhà cung cấp gần quý vị.** [Giải pháp Quản lý Vắc-xin Ohio \(VMS\)](#) do Sở Y tế Ohio (ODH) cung cấp là một nguồn lực "tất cả trong một" để người dân Ohio xác định [tình đủ điều kiện để tiêm vắc-xin COVID-19](#), tìm nhà cung cấp, đặt lịch hẹn tiêm vắc-xin và nhận thông tin cập nhật và nhắc nhở. Trang web có sẵn tại [gettheshot.coronavirus.ohio.gov](http://gettheshot.coronavirus.ohio.gov). Đọc [các câu hỏi thường gặp](#) và xem [các nguồn đào tạo trên trang web của chúng tôi](#). Thêm vào đó, xem bảo đồ [Vị trí Nhà cung cấp Vắc-xin COVID-19](#) khắp Ohio đã nhận được các lô hàng vắc-xin COVID-19. Tìm kiếm theo quận hoặc mã ZIP để xem danh sách các nhà cung cấp và thông tin liên hệ của họ.
  - **Lên lịch cuộc hẹn của quý vị.** Quý vị sẽ phải đặt lịch hẹn ở nhiều địa điểm, mặc dù có một số địa điểm vẫn tiếp nhận khách đến tiêm mà chưa đặt hẹn. Truy cập trang web [gettheshot.coronavirus.ohio.gov](http://gettheshot.coronavirus.ohio.gov) để lên lịch cuộc hẹn của quý vị. Tiểu bang Ohio đang tài trợ [các điểm tiêm vắc-xin và phòng khám qua mô lớn](#) để đảm bảo tất cả người dân Ohio đều có thể tiếp cận với vắc-xin COVID-19 khi vắc-xin này trở nên phổ biến rộng rãi hơn. Các địa điểm khác có thể cung cấp vắc-xin trên cơ sở ai đến trước được phục vụ trước. Đây có thể là các phòng khám có thể tiêm vắc-xin ngay tại xe hoặc khách không đặt hẹn trước. Kiểm tra với nhà cung cấp vắc-xin của quý vị để xác định những gì quý vị cần mang đến cuộc hẹn của mình. Nếu quý vị sẽ tiêm vắc-xin trong một phòng khám mà không cần hẹn trước, hãy đọc hoặc gọi điện để được hướng dẫn về tình đủ điều kiện, những gì cần mang theo và cách phòng khám hoạt động để giúp quý vị chuẩn bị trước khi đi. Nếu quý vị cần một thông dịch viên hoặc các tiện nghi đặc biệt, vui lòng liên hệ với nhà cung cấp vắc-xin để xem có những hỗ trợ nào.
  - **Lên lịch một cuộc hẹn cho trẻ vị thành niên hoặc thiếu niên.** Những người từ 12 tuổi trở lên hiện đủ điều kiện để nhận vắc-xin Pfizer, đây là vắc-xin COVID-19 duy nhất hiện được phép sử dụng cho người từ 12-17 tuổi. Hiện tại, không có vắc-xin COVID-19 nào được chấp thuận sử dụng cho trẻ em dưới 12 tuổi. Có hàng trăm địa điểm mà thanh thiếu niên có thể được tiêm vắc-xin trên khắp tiểu bang, bao gồm văn phòng bác sĩ nhi khoa, phòng khám vắc-xin, sở y tế địa phương, bệnh viện, trung tâm y tế cộng đồng, v.v. Tuy nhiên, cha mẹ của trẻ 12 tuổi nên được khuyến cáo rằng theo luật hiện hành của tiểu bang, trẻ từ 12 tuổi trở xuống phải có đơn thuốc để được tiêm vắc-xin tại hiệu thuốc; chúng có thể được tiêm vắc-xin ở bất cứ đâu ngoại trừ hiệu thuốc. Thanh thiếu niên từ 13 tuổi trở lên không cần đơn thuốc và có thể tiêm vắc-xin COVID-19 tại hiệu thuốc hoặc bất kỳ nhà cung cấp vắc-xin nào khác được liệt kê tại [gettheshot.coronavirus.ohio.gov](http://gettheshot.coronavirus.ohio.gov).

### **Khi quý vị tiêm vắc-xin**

- **Nếu quý vị mắc COVID-19 hoặc có các triệu chứng mắc COVID-19 hoặc cho rằng quý vị có thể đã phơi nhiễm với COVID-19**, hãy thông báo cho nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe trước khi quý vị tới tiêm vắc-xin và làm theo các hướng dẫn. Quý vị có thể phải lên lịch lại sau khi hết ngày cách ly.
- **Trước cuộc hẹn tiêm vắc-xin.** Ăn và uống nhiều nước trước khi tiêm vắc-xin. Điều này đặc biệt quan trọng đối với trẻ em và thanh thiếu niên bởi vì [theo CDC, trường hợp ngất xỉu sau khi tiêm bất kỳ loại vắc-xin nào thường xảy ra phổ biến ở thanh thiếu niên hơn](#) so với người lớn. Nếu có thể, dành nhiều thời gian nghỉ ngơi vào đêm trước ngày tiêm vắc-xin. Mặc áo sơ mi ngắn tay hoặc không có tay để dễ tiêm vào vùng bắp tay. Nếu trời lạnh hơn, hãy mặc thêm áo khoác cardigan hoặc jacket để dễ cởi.
- **[Bảo vệ bản thân khi quý vị sắp đến cuộc hẹn tiêm vắc-xin.](#)** Quý vị có thể phải xếp hàng chờ trong nhà hoặc ngoài trời, hoặc đợi trên xe hơi của mình. Hãy giữ khoảng cách với người khác ít nhất 6 feet trong khi chờ đợi. Đeo khẩu trang che mũi và miệng và tránh xa những người khác khoảng 6 feet khi ở trong nhà, đứng trong hàng hoặc ở nơi khác.
- **[Mang theo giấy tờ tùy thân:](#)** Nhà cung cấp vắc-xin sẽ cần giấy tờ tùy thân để xác minh danh tính, tên và tuổi của quý vị. Quý vị không cần xuất trình bằng chứng về quốc tịch hoặc tình trạng cư trú. Giấy tờ tùy thân của quý vị sẽ vẫn được chấp nhận nếu chúng đã hết hạn hoặc từ một tiểu bang hoặc quốc gia khác. Một số hình thức định danh được chấp nhận như liệt kê dưới đây:

- Giấy phép lái xe hoặc bất kỳ giấy tờ tùy thân có ảnh nào, không xét đến ngày hết hạn hoặc nơi cấp.
  - ID quân nhân đang làm việc/đã nghỉ hưu.
  - Chỉ định của bác sĩ (bao gồm lịch tiêm chủng).
  - Hồ sơ điều tra dân số.
  - Hồ sơ nhận con nuôi.
  - Chứng nhận nhập tịch.
  - Giấy khai sinh: Hồ sơ khai sinh, bản chính hoặc bản sao có chứng thực.
  - ID lãnh sự quán hoặc giấy trúng tuyển vào lãnh sự.
  - Hộ chiếu hoặc thẻ thông hành.
  - Chứng nhận quốc tịch.
  - Thẻ thường trú.
  - Đơn xin nhập tịch/hồ sơ quốc tịch.
  - Các biểu mẫu của Bộ Ngoại giao.
    - Hồ sơ dịch vụ quân sự (DD-214)
    - Giấy khai sinh ở Nước ngoài của Công dân Hoa Kỳ (FS-545)
    - Chứng nhận Hồ sơ Khai sinh ở Nước ngoài của Công dân Hoa Kỳ (DS-1350)
    - Báo cáo Lãnh sự về Hồ sơ Khai sinh ở Nước ngoài của Công dân Hoa Kỳ (FS-240)
    - Tài liệu Giấy phép Lao động (I-766/EAD)
    - Thông báo Thông hành (I-797F)
- **Cần có sự đồng ý đối với trẻ vị thành niên:** Ngoài việc cung cấp giấy tờ tùy thân, trẻ em dưới 18 tuổi chưa độc lập, còn phụ thuộc cha mẹ thì phải có sự đồng ý của cha mẹ hoặc người giám hộ hợp pháp khi tiêm bất kỳ loại vắc-xin nào. Cha mẹ hoặc người giám hộ hợp pháp nói chung nên đi cùng với trẻ vị thành niên để tiêm vắc-xin, trừ khi việc tiêm vắc-xin được thực hiện tại văn phòng bác sĩ, cơ sở phòng khám liên kết với trường học hoặc cơ sở tương tự. Cha mẹ/ người giám hộ hợp pháp sẽ được yêu cầu cung cấp phiếu chấp thuận trực tuyến nếu đặt lịch tiêm thông qua VMS. Họ cũng có thể được yêu cầu ký vào đơn đồng ý trên trang web.
  - **Cần trao đổi gì với nhà cung cấp vắc-xin của quý vị trước khi quý vị được tiêm vắc-xin:** Quý vị sẽ được hỏi một loạt câu hỏi liên quan đến tình trạng dị ứng và các tình trạng sức khỏe khác để xác định bất kỳ yếu tố nguy cơ hoặc tình trạng nào mà quý vị có thể muốn thảo luận thêm. Chia sẻ tiền sử dị ứng của quý vị, nếu quý vị bị rối loạn chảy máu hoặc bệnh máu khó đông, nếu quý vị bị suy giảm miễn dịch hoặc dùng thuốc ảnh hưởng đến hệ thống miễn dịch, nếu quý vị đang mang thai hoặc dự định có thai, nếu quý vị đang cho con bú, nếu quý vị đã được tiêm một loại vắc-xin COVID-19 khác, hoặc nếu quý vị đã được tiêm bất kỳ loại vắc-xin nào trong 14 ngày trước đó. Điều này không có nghĩa là quý vị không thể tiêm vắc-xin, nhưng quý vị nên nói trước với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe.
  - **Vị trí tiêm:** Vắc-xin COVID-19 sẽ được tiêm vào cơ delta (cơ vai, cơ bả vai) của cánh tay. Việc tiêm sẽ được thực hiện với chiều rộng khoảng ba ngón tay từ vai của quý vị xuống cơ. Mặc quần áo nào có thể dễ dàng tiêm ở vùng bắp tay.
  - **Nếu quý vị cảm thấy lo lắng:** Thở chậm và sâu trước khi tiêm và nghĩ về điều gì đó thư giãn. Quý vị nên tránh nhìn vào ống tiêm và thả lỏng cánh tay nơi được tiêm. Cha mẹ có thể [thực hiện các bước đơn giản để chuẩn bị cho con mình đi tiêm và làm cho trải nghiệm này bớt căng thẳng hơn](#). Cha mẹ có thể làm dịu sự lo lắng của trẻ bằng cách khuyến khích trẻ thở sâu hoặc làm trẻ phân tâm bằng cách trò chuyện với trẻ khi tiêm.
  - **Miễn phí.** Người được tiêm vắc-xin sẽ không phải chi trả bất kỳ chi phí nào. Tuy nhiên, nếu quý vị có bảo hiểm y tế, quý vị nên cung cấp thông tin đó cho nhà cung cấp vắc-xin.
  - **Sau khi tiêm vắc-xin, quý vị sẽ được theo dõi các phản ứng.** Tất cả những người tiêm vắc-xin COVID-19 sẽ được theo dõi tại chỗ trong tối thiểu 15 phút đối với bất kỳ [phản ứng dị ứng nào có thể xảy ra](#). Những người đã từng có phản ứng dị ứng nghiêm trọng trong quá khứ hoặc từng có bất kỳ loại phản ứng dị ứng tức thời nào với vắc-xin hoặc liệu pháp tiêm sẽ được theo dõi ít nhất 30 phút sau khi tiêm vắc-xin.
  - **Bảo quản thẻ và tờ thông tin vắc-xin của quý vị.** Quý vị sẽ nhận được thẻ tiêm vắc-xin hoặc bản in thể hiện loại vắc-xin COVID-19 mà quý vị đã được tiêm, ngày và địa điểm tiêm vắc-xin. Bảo quản thẻ tiêm chủng ở nơi an toàn, và cầm theo khi quý vị quay lại tiêm liều thứ hai. Không ép nhựa thẻ tiêm vắc-xin của quý vị phòng trường hợp cần bổ sung liều tăng cường trong tương lai. Chúng tôi khuyến khích quý vị chụp hình lại thẻ để lưu bản chụp trên điện thoại. Quý vị sẽ nhận được tờ thông tin cung cấp thông tin cụ thể hơn về loại vắc-xin COVID-19 mà quý vị nhận được. [Trang web của FDA cũng cung cấp các tài nguyên này bằng nhiều ngôn ngữ](#). Trong trường hợp quý vị làm thất lạc thẻ tiêm vắc-xin:

- Nếu quý vị không nhận được thẻ tiêm vắc-xin COVID-19 trong lần hẹn đầu tiên, hãy liên hệ với địa điểm của nhà cung cấp vắc-xin nơi quý vị được tiêm liều đầu tiên.
- Nếu quý vị bị thất lạc thẻ tiêm vắc-xin hoặc không có bản sao, vui lòng liên hệ trực tiếp với nhà cung cấp vắc-xin của quý vị để truy cập hồ sơ tiêm chủng của mình. Nếu vì lý do nào đó, quý vị không thể liên hệ trực tiếp với nhà cung cấp vắc-xin, vui lòng liên hệ với sở y tế địa phương của quý vị được đăng tải tại trang web <https://odh.ohio.gov/wps/portal/gov/odh/find-local-health-districts>, để hỗ trợ tra cứu hồ sơ tiêm vắc-xin của quý vị.
- Nếu quý vị đã đăng ký ứng dụng v-safe hoặc VaxText, quý vị có thể tra cứu thông tin tiêm chủng của mình qua các công cụ này.
- Ngoài ra, quý vị có thể yêu cầu tra cứu hồ sơ tiêm chủng của mình từ Sở Y tế bang Ohio theo các hướng dẫn sau: <https://coronavirus.ohio.gov/static/vaccine/public-instructions-to-access-impacts-iis-record.pdf>.
- Nếu quý vị đã cố gắng hết sức để tìm kiếm thông tin tiêm vắc-xin của mình, mà vẫn không thể nhận được bản sao hoặc giấy tờ thay thế thẻ tiêm vắc-xin, vui lòng liên lạc với nhà cung cấp vắc-xin của quý vị.

## **Sau khi tiêm vắc-xin**

- **Thường xuất hiện các tác dụng phụ ở mức độ nhẹ.** Nhiều người sau khi tiêm vắc-xin đã báo cáo các tác dụng phụ nhẹ gặp phải. Tương tự như các tác dụng phụ thường gặp ở hầu hết các loại vắc-xin, **các tác dụng phụ thường gặp nhất liên quan đến vắc-xin COVID-19** như nổi mẩn đỏ, đau hoặc sưng tại chỗ tiêm, đau cơ hoặc khớp, sốt, ớn lạnh, mệt mỏi và đau đầu. Đây là những tác dụng phụ có triệu chứng giống như cảm cúm, thậm chí có thể ảnh hưởng đến sinh hoạt hàng ngày của quý vị, tuy nhiên, chúng sẽ biến mất sau vài ngày. **Đây là những dấu hiệu bình thường cho thấy cơ thể quý vị đang tăng cường khả năng miễn dịch.**
  - **Ngất xỉu sau khi tiêm:** Theo CDC, trường hợp ngất xỉu sau khi tiêm bất kỳ loại vắc-xin nào xảy ra ở thanh thiếu niên nhiều hơn người trưởng thành và thường xuất phát từ tâm lý lo lắng khi tiêm vắc-xin. Để tránh bị ngất xỉu, quý vị có thể ngồi hoặc nằm tiêm vắc-xin và giữ nguyên tư thế này trong khoảng 15 phút sau khi tiêm. Nếu quý vị hoặc con của quý vị ở tuổi vị thành niên cảm thấy yếu người, chóng mặt, choáng váng hoặc đổ mồ hôi trong thời gian theo dõi sau khi tiêm, hãy báo ngay cho nhân viên tại cơ sở và nằm lại nghỉ trong chốc lát. Uống một ít nước lọc hoặc nước trái cây và ăn nhẹ để bù nước và giữ cho lượng đường trong máu của quý vị được ổn định.
  - **Điều trị các tác dụng phụ.** Nếu quý vị bị đau hoặc khó chịu, hãy tư vấn với bác sĩ về việc sử dụng thuốc không kê toa, chẳng hạn như ibuprofen hoặc acetaminophen. Để giảm đau và cảm giác khó chịu tại chỗ tiêm, hãy chườm một chiếc khăn sạch, mát và ướt lên vùng đó. Hãy chắc chắn khi di chuyển và vận động cánh tay của quý vị. Để giảm cảm giác khó chịu do sốt gây ra, uống thật nhiều nước và mặc quần áo thông thoáng.
  - **Khi nào cần gọi bác sĩ hoặc cấp cứu:**
    - Nếu các tác dụng phụ của quý vị không biến mất sau vài ngày hoặc trở nên nặng hơn, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị. Một số tác dụng phụ của vắc-xin có biểu hiện giống như các triệu chứng của bệnh COVID-19.
    - Sau khi quan sát và sau khi quý vị đã rời địa điểm tiêm chủng, nếu quý vị nghĩ mình có thể có các phản ứng dị ứng nhẹ, bao gồm ngứa hoặc sưng tấy, hãy thông báo triệu chứng cho cơ sở cung cấp vắc-xin.
    - **Các phản ứng dị ứng nghiêm trọng,** như sốc phản vệ, là rất hiếm gặp. Đối với các phản ứng dị ứng được xem là nghiêm trọng, người được tiêm vắc-xin sẽ cần điều trị bằng epinephrine hoặc buộc phải nhập viện. CDC được biết có một số ít người gặp phải những **biến cố bất lợi này** sau khi tiêm vắc-xin COVID-19 và mức độ an toàn của vắc-xin **vẫn đang** tiếp tục được theo dõi.
      - Nếu quý vị cho rằng quý vị đang có phản ứng dị ứng nghiêm trọng sau khi rời điểm tiêm vắc-xin và có các dấu hiệu sốc phản vệ, bao gồm suy hô hấp, chóng mặt, ngất xỉu, tim đập nhanh, nổi mề đay hoặc sưng môi, mặt hay cổ họng, hãy gọi cấp cứu ngay lập tức.
      - Nếu sau bảy đến 14 ngày, quý vị xuất hiện các triệu chứng như khó thở, đau ngực, phù chân, đau bụng dai dẳng, các triệu chứng thần kinh (như đau đầu dữ dội hoặc dai dẳng hoặc mờ mắt), hoặc đốm xuất huyết (các chấm đỏ) nằm bên ngoài vị trí tiêm, hãy liên hệ để được trợ giúp y tế ngay lập tức.



- **Báo cáo tác dụng phụ/phản ứng:** CDC và Cục Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Hoa Kỳ (FDA) khuyến khích người được tiêm vắc-xin hoặc nhà cung cấp vắc-xin báo cáo các phản ứng có thể xảy ra (hoặc các biến cố bất lợi) cho [Hệ thống Báo cáo Biến cố Bất lợi của Vắc-xin \(VAERS\)](#). CDC cũng đã triển khai công cụ mới trên nền tảng điện thoại thông minh dành cho những người được tiêm vắc-xin với tên gọi là [v-safe](#). Những người tham gia ứng dụng sẽ nhận được thông báo kiểm tra sức khỏe cá nhân bằng tin nhắn văn bản và các khảo sát trên web. Công cụ này cũng cho phép người được tiêm vắc-xin chia sẻ với CDC khi gặp phải bất kỳ tác dụng phụ nào sau khi tiêm vắc-xin COVID-19. Công cụ V-safe cũng đưa ra thông báo nhắc nhở người dùng tiêm liều thứ hai.
- **Đặt lịch tiêm vắc-xin liều thứ hai.** Đối với loạt vắc-xin Pfizer và vắc-xin Moderna, quý vị cần phải tiêm đủ hai liều vắc-xin. Vắc-xin Johnson & Johnson chỉ cần một liều đơn. Người dân Ohio được tiêm loại vắc-xin hai liều sẽ phải tiêm liều thứ hai từ cùng một nhà sản xuất vì chúng không thể thay thế cho nhau. Nếu quý vị không thể sắp xếp lịch tiêm liều thứ hai trong quá trình tiêm liều đầu tiên, hãy ghi chú trong lịch để đặt lịch tiêm liều thứ hai khi đến hạn.
  - Nếu quý vị được tiêm [vắc-xin Pfizer](#), lịch tiêm liều thứ hai là 21 ngày sau khi tiêm liều thứ nhất.
  - Nếu quý vị được tiêm [vắc-xin Moderna](#), lịch tiêm liều thứ hai là 28 ngày sau khi tiêm liều thứ nhất.
  - Liều thứ hai được tiêm trong thời gian gia hạn bốn ngày vẫn được xem là hợp lệ. Không nên lặp lại các liều tiêm một cách vô tình trước thời gian gia hạn.
  - Tuy nhiên, nếu không thể tuân thủ khoảng thời gian giữa hai liều theo khuyến cáo, liều vắc-xin COVID-19 thứ hai có thể được tiêm trong vòng tới sáu tuần (42 ngày) sau liều thứ nhất. Nếu liều thứ hai được tiêm ngoài các khoảng thời gian này thì không cần phải tiêm nhắc lại từ đầu.
- **Miễn dịch không thể phát triển ngay lập tức.** Cần thời gian để cơ thể xây dựng cơ chế bảo vệ sau khi tiêm vắc-xin. Một người được xem là hoàn thành tiêm vắc-xin sau thời gian hai tuần kể từ khi tiêm liều vắc-xin COVID-19 cuối cùng.

**Khi nào là thời điểm an toàn để tiếp tục lại một số hoạt động hàng ngày dành cho những người đã tiêm chủng đầy đủ: đối với những người đã tiêm chủng đầy đủ:** Sau hai tuần kể từ liều tiêm cuối cùng, những người đã hoàn thành tiêm chủng có thể giảm bớt các biện pháp phòng ngừa trong một số tình huống nhất định. CDC đưa ra các khuyến nghị về việc gặp gỡ an toàn với những người không sống trong gia đình quý vị, những việc cần làm sau khi tiếp xúc với người mắc COVID-19 và biện pháp bảo vệ dành cho những người đã được tiêm vắc-xin hoặc chưa được tiêm vắc-xin tham gia vào [một số hoạt động trong nhà hoặc ngoài trời cụ thể](#).

- Những người đã được tiêm chủng đầy đủ có thể gặp mặt ở không gian trong nhà với những người khác cũng đã hoàn thành tiêm vắc-xin mà không cần đeo khẩu trang hoặc giữ khoảng cách 6 feet.
- Những người đã được tiêm vắc-xin đầy đủ có thể gặp mặt ở không gian trong nhà với những người chưa được tiêm vắc-xin ở mọi lứa tuổi của một hộ gia đình khác (ví dụ: đi thăm những người họ hàng sống cùng một nhà) mà không cần đeo khẩu trang hoặc giữ khoảng cách 6 feet, trừ khi bất kỳ người nào trong số họ hoặc bất kỳ ai mà họ sống cùng có nguy cơ bệnh sẽ diễn tiến nặng nếu mắc phải COVID-19.
- Những người đã được tiêm chủng đầy đủ có thể gặp mặt hoặc thực hiện các hoạt động ngoài trời mà không cần đeo khẩu trang trừ một số địa điểm và hình thức tụ tập đông người, chẳng hạn như trong sân vận động, buổi hòa nhạc hoặc các sự kiện đông người tham gia.
- Những người được tiêm chủng đầy đủ có thể không bị cách ly và xét nghiệm nếu không xuất hiện các triệu chứng của COVID-19 sau khi tiếp xúc với người bị nhiễm COVID-19. Những người đã được tiêm chủng đầy đủ sống trong môi trường tập thể (như trại cải tạo hoặc trại giam hoặc nhà tập thể) và xung quanh có người mắc COVID-19 thì vẫn nên giữ khoảng cách với những người khác trong 14 ngày và đi xét nghiệm, ngay cả khi họ không có triệu chứng.
- Những người đã được tiêm chủng đầy đủ khi đi lại trong lãnh thổ Hoa Kỳ không cần phải xét nghiệm trước hoặc sau chuyến đi hoặc tự cách ly khi trở về.
- **Khi nào cần tiếp tục các biện pháp phòng ngừa:** CDC khuyến cáo những người đã được tiêm chủng đầy đủ vẫn tiếp tục thực hiện các biện pháp phòng ngừa COVID-19 khi ở nơi công cộng, khi gặp gỡ những người chưa được tiêm chủng từ các hộ gia đình khác và khi xung quanh có những người chưa được tiêm chủng có nguy cơ cao bệnh sẽ diễn tiến nặng nếu mắc phải COVID-19.
  - Đeo khẩu trang vừa khít để che kín miệng và mũi khi ở những nơi đông người trong không gian kín, gặp gỡ trong nhà với những người chưa được tiêm chủng, trong đó có trẻ em, từ nhiều hộ gia đình khác hoặc đến thăm nhà có người

chưa được tiêm chủng và có nguy cơ bệnh diễn tiến nặng hoặc tử vong nếu mắc phải COVID-19 hoặc đang sống với người có nguy cơ cao.

- Tránh tụ tập đông người trong không gian kín.
- Nếu quý vị có đi lại, quý vị vẫn nên duy trì các biện pháp phòng ngừa để bảo vệ bản thân và những người xung quanh. Quý vị vẫn sẽ được yêu cầu đeo khẩu trang trên máy bay, xe buýt, xe lửa và các phương tiện giao thông công cộng khác trong lãnh thổ Hoa Kỳ, đến hoặc rời khỏi Hoa Kỳ và tại các trung tâm giao thông của Hoa Kỳ như sân bay và nhà ga.
- Những người đã được tiêm chủng đầy đủ khi đi nước ngoài sẽ cần phải tuân theo các yêu cầu của quốc gia nơi đến. Những đối tượng này sẽ không cần phải xét nghiệm trước khi rời khỏi Hoa Kỳ trừ khi có yêu cầu từ quốc gia đến.
  - Các đối tượng này sẽ vẫn phải xuất trình kết quả xét nghiệm âm tính hoặc giấy tờ chứng minh đã hồi phục sau khi mắc COVID-19 trước khi thực hiện chuyến bay quốc tế đến Hoa Kỳ.
  - Những người này vẫn phải thực hiện xét nghiệm trong vòng 3-5 ngày sau khi từ nước ngoài trở về.
  - Họ sẽ không cần tự cách ly sau khi quay lại Hoa Kỳ.
- Đi xét nghiệm nếu xuất hiện các triệu chứng COVID-19.
- Những người có bệnh nền hoặc đang dùng thuốc có thể dẫn đến suy yếu hệ miễn dịch nên tư vấn nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của mình về các hoạt động họ có thể thực hiện. Họ có thể cần tiếp tục duy trì tất cả các biện pháp phòng ngừa để ngăn chặn lây nhiễm COVID-19.
- Tuân thủ các hướng dẫn do công ty của quý vị ban hành.
- Tuân theo các yêu cầu và khuyến nghị về đi lại của CDC và Sở Y tế.

Việc tiêm vắc-xin cùng với thực hành các biện pháp phòng ngừa hiện tại sẽ đem lại tác dụng bảo vệ tối đa cho quý vị trước đại dịch COVID-19.

*Cập nhật ngày 12 tháng 5 năm 2021.*

Để tìm hiểu thêm thông tin chi tiết, vui lòng truy cập [coronavirus.ohio.gov](https://coronavirus.ohio.gov). Để được giải đáp thắc mắc của quý vị liên quan đến COVID-19, vui lòng gọi đến số 1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634).

**Sức khỏe tâm thần của quý vị cũng quan trọng không kém sức khỏe thể chất. Nếu quý vị hoặc người thân của quý vị đang trải qua tâm trạng lo lắng do tác động của đại dịch coronavirus, chúng tôi có sẵn nguồn lực trợ giúp quý vị 24/7. Hãy gọi đến đường dây trợ giúp COVID-19 CareLine theo số 1-800-720-9616.**