

Siri maklumat untuk Orang Dewasa

## 3 Sebab Penting

# Untuk Orang Dewasa Mendapatkan Vaksin

Anda mungkin tidak sedar yang anda memerlukan vaksin di sepanjang hidup anda. Vaksin adalah penting kepada kesihatan anda dan ini adalah tiga sebabnya.



### 1. Anda mungkin berisiko kepada penyakit serius yang masih tersebar di Amerika Syarikat.

Setiap tahun beribu-ribu orang dewasa di Amerika Syarikat menghidap penyakit daripada penyakit yang mungkin boleh dicegah oleh vaksin - sesetengah orang dimasukkan ke hospital dan sesetengahnya ada yang meninggal dunia.

Walaupun sekiranya anda mendapatkan kesemua vaksin anda semasa kanak-kanak, perlindungan daripada sesetengah vaksin boleh luput bila-bila masa. Anda juga mungkin berisiko kepada penyakit lain disebabkan umur, pekerjaan, gaya hidup dan perjalanan anda atau sebab-sebab kesihatan.

### 2. Anda tidak mampu menanggung risiko mendapat penyakit.

Orang yang sihat juga boleh dihidapi penyakit yang menyebabkan tidak dapat bekerja dan bersekolah. Sekiranya anda sakit, anda tidak boleh menguruskan keluarga atau tanggungjawab yang lain.

### 3. Anda boleh melindungi kesihatan anda dan kesihatan orang di sekeliling anda dengan mendapatkan vaksin yang dicadangkan.

**Vaksin mengurangkan peluang anda dijangkiti penyakit.** Vaksin bertindak bersama sistem pertahanan badan anda untuk mengurangkan peluang dijangkiti sesetengah penyakit dan juga menderitakomplikasi daripada penyakit ini.

**Vaksin mengurangkan peluang anda untuk menyebarkan sesetengah penyakit.**

Ada banyak benda yang anda hendak berikan kepada orang tersayang; penyakit yang boleh dicegah vaksin bukanlah salah satu daripadanya. Bayi, warga emas dan orang yang mempunyai daya tahan yang lemah (seperti mereka yang menjalani rawatan kanser) adalah paling mudah diserang oleh penyakit yang boleh dicegah oleh vaksin.

**Vaksin adalah salah satu cara paling selamat untuk melindungi kesihatan anda.** Kesan sampingan daripada vaksin selalunya rendah dan hilang dengan sendirinya. Kesan sampingan yang ketara jarang berlaku.

### Vaksin apa yang anda perlukan?

Semua orang dewasa perlu mendapatkan:

- Vaksin untuk demam selesema pada setiap tahun supaya dilindungi daripada demam selesema bermusim
- Td/Tdap untuk melindungi diri daripada tetanus, difteria dan pertusis (batuk kokol)

Berdasarkan kepada umur anda, keadaan kesihatan, vaksin yang anda terima semasa kanak-kanak dan faktor yang lain, anda mungkin memerlukan vaksin tambahan seperti:

- Cacar air
- Hepatitis A
- Hepatitis B
- Papilomavirus Manusia (HPV)
- MMR
- Kayap
- Meningokokus
- Pneumokokus

## Mendapatkan

Orang dewasa boleh mendapatkan vaksin di pejabat doktor, farmasi, tempat kerja, klinik kesihatan komuniti dan di lain-lain tempat. Untuk mencari penyedia vaksin berdekatan anda, sila layari <http://vaccine.healthmap.org>.

Kebanyakan pelan insurans kesihatan membiayai kos kepada vaksin yang dicadangkan. Semak dengan penyedia insurans anda untuk maklumat lanjut dan senarai penyedia vaksin. Sekiranya anda tidak mempunyai insurans kesihatan, sila layari [www.healthcare.gov](http://www.healthcare.gov) untuk mengetahui lebih lanjut tentang pilihan perlindungan kesihatan.



# JANGAN TUNGGU. VAKSINASI!

Untuk maklumat lanjut, layari  
[www.cdc.gov/vaccines/adults](http://www.cdc.gov/vaccines/adults)

# 3 Sebab Penting Untuk Orang Dewasa Mendapatkan Vaksin



Penyakit dan vaksin yang membantu mencegahnya	Bagaimana penyakit boleh memberi kesan kepada anda
<b>Influenza "Demam Selesema"</b> Vaksin demam selesema bermusim	Demam atau rasa demam/ seram sejuk, batuk, sakit kepala, hidung berair atau tersumbat, sakit tekak, sakit otot atau badan dan lesu (terlalu letih) dan sesetengah orang mungkin muntah dan cirit-birit, namun kebiasaannya ia lebih kepada kanak-kanak daripada orang dewasa. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Pneumonia (radang paru-paru), Keadaan kesihatan kronik yang semakin parah, dimasukkan ke hospital untuk rawatan, kemungkinan menyebabkan kecacatan atau kematian
<b>Hepatitis A</b> Vaksin hepatitis A	Demam, keletihan, sakit perut, hilang selera, muntah, jaundis (kulit dan mata menjadi kekuningan), dan kencing bewarna gelap; walaubagaimanapun, ianya mungkin tiada gejala. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Kegagalan hati; artralgia (sakit sendi); dan buah pinggang, pankreas dan kerosakan darah
<b>Hepatitis B</b> Vaksin hepatitis B	Penyakit seperti demam selesema berserta hilang selera, demam, keletihan, lemah, loya, muntah, jaundis dan sakit sendi; walaubagaimanapun, ianya mungkin tiada gejala. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Jangkitan hati yang kronik, kegagalan hati dan kanser hati
<b>Papilomavirus Manusia (HPV)</b> Vaksin HPV	Kebiasaannya, tiada gejala selama bertahun-tahun sehingga kanser dikesan. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Kanser serviks, faraj dan vulva ke atas wanita; kanser zakar ke atas lelaki; dan ketuat kelamin dan kanser dubur dan orofarinks ke atas kedua-dua perempuan dan lelaki.
<b>Campak</b> Vaksin MMR	Demam, hidung berair, batuk dan ruam di seluruh badan. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Jangkitan telinga, pneumonia, bengkak di dalam otak disebabkan jangkitan atau juga kematian.
<b>Penyakit Meningokokus</b> Vaksin meningokokus	Loya, muntah, leher yang tegang, demam, sakit kepala, peningkatan kepekaan kepada cahaya, kekeliruan, keletihan dan ruam. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Kerosakan otak, kehilangan tangan dan kaki, hilang pendengaran, sawan, strok atau boleh menyebabkan kematian
<b>Penyakit Pneumokokus</b> Vaksin pneumokokus	Demam, seram sejuk, kesukaran bernafas, sakit dada, leher yang tegang, sakit telinga, peningkatan kepekaan kepada cahaya dan batuk. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Jangkitan paru-paru, telinga tengah atau sinus, masalah jantung, kerosakan otak, hilang pendengaran, kehilangan tangan atau kaki atau boleh menyebabkan kematian
<b>Kayap</b> Vaksin zoster	Sakit di sebelah muka atau badan, di mana melepuh dan kemudian kebiasaannya berkuping, sakit kepala, demam, seram sejuk dan perut tidak selesa. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Kesakitan yang amat sangat dan berpanjangan selama berbulan-bulan atau bertahun-tahun selepas ruam hilang, pneumonia, hilang penglihatan dan pendengaran atau menyebabkan kematian.
<b>Tetanus</b> Vaksin Td/Tdap	Serius, kesakitan spasme dan kekakuan kepada semua otot, kancing gigi (kesukaran untuk membuka mulut), kesukaran menelan atau bernafas, spasme otot dan demam. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Patah tulang, kesukaran bernafas atau juga kematian
<b>Batuk Kokol (Pertusis)</b> Vaksin Tdap	Gejala selesema yang berpanjangan (batuk dan hidung berair) menjadi batuk yang teruk atau tercekik yang menyebabkan kesukaran pernafasan, minum atau makan. <b>Komplikasi Penyakit:</b> Keretakan tulang rusuk, pneumonia atau kematian

Untuk senarai penuh kepada senarai penuh kepada penyakit yang boleh dicegah oleh vaksin, sila layari: [www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac](http://www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac)

**Perjalanan ke Luar Negara? Anda mungkin memerlukan vaksin tambahan. Dapatkan maklumat: [www.cdc.gov/travel](http://www.cdc.gov/travel)**

Sila bercakap dengan perunding kesihatan profesional anda untuk memastikan anda telah divaksin dengan vaksin yang dicadangkan untuk anda.

Untuk maklumat lanjut tentang vaksin, sila layari [www.cdc.gov/vaccines/adults](http://www.cdc.gov/vaccines/adults) atau gunakan alat penilaian vaksin orang dewasa di [www2.cdc.gov/nip/adultimmsched/](http://www2.cdc.gov/nip/adultimmsched/) untuk mengetahui vaksin yang mana mungkin anda perlukan.



## JANGAN VAKSINASI!

Untuk maklumat lanjut, layari [www.cdc.gov/vaccines/adults](http://www.cdc.gov/vaccines/adults)