



老年人应接种 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) 等呼吸道病毒通过咳嗽、打喷嚏和呼吸进行传播，在秋冬季节更为常见。现已有帮助人们预防 COVID-19、流感和 RSV 的新疫苗。如果您是老年人（65 岁或以上），请尽快接种疫苗，以确保自己得到保护。

我需要接种哪些疫苗来确保安全？

即使您以前接种过疫苗，也应该接种 2023 年 9 月上市的更新版 COVID-19 疫苗和年度流感疫苗。COVID-19 疫苗现已更新为可以抵御当前流行的病毒变异株，对您因为随着时间的推移而可能下降的自体免疫能力，起到增强作用。流感疫苗每年都会更新，以抵御预计会流行的毒株。

您应该与您的医疗保健提供者讨论是否需要接种 RSV 疫苗。目前该疫苗已向年满及超过 60 岁的老人提供接种，今年是 RSV 疫苗上市的第一年。您还应该向您的医疗保健提供者查询自己是否也已及时接种了其他疫苗，例如预防某些细菌感染（包括肺炎在内）的肺炎球菌疫苗。

老年人接种疫苗为何重要？

老年人因 COVID-19、流感和 RSV 而患重症、住院和死亡的风险更高。某些基础病，例如慢性肾病、心脏病、肺病和糖尿病，会增加感染这些病毒后发展为重症的风险。

美国近期的数据显示，年龄 65 岁及以上者占据了流感死亡病例的约 70% 至 85%，占流感住院病例的约 50% 至 70%；而在 COVID-19 死亡病例中，65 岁及以上人员所占比例超过 75%。

我应该接种哪种 COVID-19 疫苗，需要接种多少剂？

无论您之前接种的是哪种疫苗，您都可以选择接种任何一种疫苗。所有的更新版疫苗均在设计上旨在预防相同的变异株。

美国疾病控制与预防中心 (Center for Disease Control and Prevention) 建议年龄 65 岁及以上的人员在上次疫苗接种的至少四个月后，再任选接种一剂更新版疫苗。如果您有中度或重度免疫功能低下问题，请咨询您的医疗保健提供者，看他们是否建议进一步接种追加剂量。

今年我应该接种哪种流感疫苗？

年龄 65 岁及以上的人员应选择接种一剂高剂量流感疫苗、佐剂流感疫苗或重组型流感疫苗，因为这些疫苗对老年人的效果更好。

COVID-19 疫苗、流感疫苗和 RSV 疫苗有副作用吗？

对于大多数人来说，副作用反应是轻微的，会在几天内消失。常见的副作用反应包括手臂酸痛、头痛、身体疼痛和疲倦。接种疫苗后不会感染 COVID-19、流感或 RSV。

我可以在哪里接种疫苗？

询问您的医疗保健提供者是否提供疫苗接种服务。包括药房在内，纽约市内还设有数百个疫苗接种站点，提供 COVID-19 疫苗和流感疫苗接种，且无需预约。如需查找接种站点，请访问 vaccinefinder.nyc.gov 或致电 212-268-4319。许多健康中心都提供 RSV 疫苗，部分药房也有提供，但需您的医疗保健提供者开具处方。

我的医疗保险承保疫苗接种吗？

Medicare、Medicaid 和大多数医疗保险计划都承保 COVID-19 疫苗、流感疫苗、RSV 疫苗和其他疫苗接种，且无需支付共付额或其他分摊费用。请确保您使用的医疗保健提供者接受您的保险。

如果没有保险，怎么办？

没有保险或保险承保范围有限的人员可以免费接种 COVID-19 疫苗。如需查找提供免费疫苗的接种站点，请访问 vaccinefinder.nyc.gov，然后点击“Any insurance”（任一保险）的下拉菜单，查找“no cost”（免费）选项。

我可以同时接种 COVID-19 疫苗、流感疫苗和 RSV 疫苗吗？

可以，您可以同时接种这三种疫苗。

如果我已经接种了疫苗，还有可能患上 COVID-19、流感或 RSV 吗？

可能。疫苗虽然降低了您的感染风险，但您仍有可能感染，尤其是距离上次接种疫苗的时间越来越长时。但是，如果您果真感染，疫苗则能帮助减轻症状、降低产生并发症（包括住院和死亡）的风险。COVID-19 疫苗还能降低患上长期 COVID（感染 COVID-19 后症状持续数月或更长时间）的风险。

如果您有呼吸道病毒感染症状，例如咳嗽、流鼻涕、鼻塞、喉咙痛、发烧或身体疼痛，请立即联系您的医疗保健提供者进行检测。患上 COVID-19 或流感的老年人可以使用药物治疗，且治疗越早开始，效果越好。RSV 没有特定的治疗方法，但医疗保健提供者可能会建议使用药物，来缓解症状。

如果您没有医疗保健提供者，请访问 expresscare.nyc 或拨打 631-397-2273，与纽约市健康与医院管理局 (NYC Health + Hospitals) 的 Virtual ExpressCare（虚拟快捷照护）联系。

我还可以采取哪些措施，保护自己免于感染呼吸道病毒？

在拥挤的室内场所，您应该考虑佩戴贴合面部的口罩。优质口罩，例如 N95、KN95 或 KF94，可以提供更好的保护。您还应该勤洗手，避免用未清洗的手接触眼睛、鼻子和嘴。

如需更多 COVID-19、流感和 RSV 相关信息，请访问 on.nyc.gov/covid-flu-rsv-faq。