

CÁCH HIỆU QUẢ NHẤT ĐỂ GIẢM THIỂU NGUY CƠ MẮC BỆNH CÚM LÀ TIÊM VẮC-XIN PHÒNG CÚM HÀNG NĂM.



Bất cứ ai từ **6 tháng tuổi** trở lên, trừ một số trường hợp ngoại lệ hiếm hoi, cần phải tiêm phòng cúm **hàng năm**



Vắc-xin phòng **cúm** và **COVID-19** có thể được tiêm **cùng lúc**, nếu đủ điều kiện và thời gian phù hợp



Bệnh cúm **vẫn đang lây lan**, vì vậy chưa quá muộn để tiêm **vắc-xin phòng cúm cho bản thân**



CÓ CÁC CÁCH KHÁC ĐỂ GIÚP NGĂN CHẶN SỰ LÂY LAN CỦA BỆNH CÚM VÀ GIẢM THIỂU RỦI CHO MẮC BỆNH CHO QUÝ VỊ.

- **Rửa tay của quý vị** thường xuyên với xà phòng và nước trong tối thiểu 20 giây
- **Ở nhà** nếu quý vị bị ốm
- Ho và hắt hơi **vào khuỷu tay của quý vị**



Truy cập trang web về bệnh cúm của VDH để biết thêm thông tin.
<https://www.vdh.virginia.gov/epidemiology/influenza-flu-in-virginia/>