

Huwebes, ika-13 ng Hunyo, 2024

## Ang mga taong may edad na 65 at mahigit ay hinihikayat na mag-book para sa libreng bakuna laban sa trangkaso dahil dumarami ang mga nagkakasakit nito sa buong NSW

Ang mga taong may edad na 65 at mahigit ay hinihikayat ulit na mag-book para sa kanilang libreng bakuna laban sa trangkaso, dahil ang virus ay patuloy na rumaragasa sa boung estado.

Sinabi ni NSW Chief Health Officer Dr Kerry Chant na ang pinakabagong [NSW Health Respiratory Surveillance Report](#) ay nagpapakita na sa linggong nagtapos sa ika-8 ng Hunyo 2024, may pagdami nang mahigit sa 25 porsiyento ang mga taong nadiyagnos na may trangkaso kumpara sa nakaraang linggo.

“Ang trangkaso ay mabilis na dumadami sa boung estado. Noong nakaraang linggo, ang pumasok sa ating mga emergency department na mga taong may mga sakit-na-parang trangkaso ay tumaas ng malapit sa 22 porsiyento, sinabi ni Dr Chant.

“Inaasahan namin na ang panahon ng trangkaso ay magtatagal ng ilang linggo pang darating, kaya ngayon ang tamang oras na mag-book para sa iyong libreng bakuna laban sa trangkaso upang magkaroon ng mahalagang proteksyon na kailangan ninyo.

“Ito ay tanging mahalaga para sa mga taong may edad na 65 na taon at mahigit na may mataas na peligro sa malubhang sakit mula sa trangkaso, at sa masamang palad ang kadami ng nagbakuna mula sa mga grupong ito ay kulang pa sa tamang bilang.

“Sa kasalukuyan, kalahati lamang ng mga taong may edad na 65 na taon at mahigit (52.4 na porsiyento) sa NSW ay nabakunahan na laban sa trangkaso.”

Dahil ang trangkaso, COVID-19 at RSV ay patuloy na gumagana sa komunidad, tayo ay patuloy na nagpapa-alala sa komunidad na iwasang pumunta sa lugar na may mataas ang peligro pati ang mga ospital at pasilidad ng paalagaan ng mga matatanda kung kayo ay nakakaranas ng mga sintomas ng sakit sa paghinga.

Ang pagbabakuna ang pinakamahusay na proteksyon laban sa impeksyon at malubhang sakit. Lahat ng tao, lalo na ang mga may mas mataas na peligro sa malubhang sakit, ay hinihikayat na magpabakuna ngayon. Sa pagbabakuna, nakakatulong ka pang maprotehiran ang mga taong nakapaligid.

Ang bakuna laban sa trangkaso ay libre at madaling makuha para sa may mas mataas na peligro ng malubhang sakit mula sa trangkaso. Ito ay makukuha sa mga GPs para sa lahat ng edad, at ganoon din sa mga botika para sa lahat ng tao na nasa edad limang taon at mahigit.

Kabilang ang mga taong natuloy na may mas mataas na peligro nang pagkakaroon ng malubhang sakit mula sa trangkaso na kwalipikado para sa libreng pagbakuna:

- mga taong may edad 65 na taon at mahigit
- mga batang may edad na anim na buwan hanggang kulang sa limang taon
- mga taong Aborihinal mula anim na buwang gulang
- mga kababaihang nagbububtis
- mga may mga malubhang kondisyon sa kalusugan katulad ng diyabetis, kanser, mga problema sa imyunisasyon, malalang hika, sakit sa bato (kidney), puso, at baga.

May mga simpleng hakbang na maaari mong gawin para makatulong na maprotektahan ka at iyong mga mahal sa buhay laban sa mga virus sa pahingahan katulad ng COVID-19, trangkaso at RSV, kabilang dito ang:

- Manatiling up-to-date sa inirekomenda sa iyo na mga bakuna laban sa trangkaso at COVID-19
- Manatili sa bahay kung ikaw ay may sakit at gumamit ng mask kung kailangang lumabas ng bahay
- Sa labas o sa mga malalaki, maaliwalas na lugar na nakabukas ang mga pintuan at bintana lamang magkita-kita
- Iwasan ang mga mataong lugar
- Pag-isipan ang magpa-rapid antigen test (RAT) bago bumisita ng mga tao na may mataas ang peligro sa malubhang sakit
- Kausapin ang iyong doktor ngayon kung ikaw ay may mataas na peligro ng pagkakasakit mula sa COVID-19 o trangkaso upang makapagplano kung ano ang gagawin kung magkakasakit, pati kung anong pagpasuri ang gagawin, at pag-usapan kung kwalipikado ka para sa mga gamot na panlaban sa virus (antiviral)
- Huwag bumisita sa mga taong may mataas ang peligro sa mga malubhang sakit o may positibong pagsuri sa COVID-19 o trangkaso
- Ugaliin na maging kalinis ang kamay, pati ang palaging paghugas ng kamay.