

# COVID-19 và Bệnh cúm mùa

Tháng 10/2023

**Bệnh cúm và COVID-19 đều là vi-rút đường hô hấp gây ảnh hưởng đến phổi và đường thở của quý vị.**

**Hãy bảo vệ bản thân và người thân của quý vị bằng cách tiêm vắc-xin ngừa cúm và COVID-19.**

- Vắc-xin ngừa cúm được cập nhật hằng năm để bảo vệ chống lại các chủng (loại) cúm được dự đoán sẽ phổ biến hoặc nguy hiểm nhất.
- Các liều tăng cường COVID-19 được cải thiện để bảo vệ chống lại các chủng (loại) COVID-19 mới mà dễ lây lan nhất.
- Quý vị nên tiêm vắc-xin cúm hàng năm và liều tăng cường vắc-xin COVID-19 mỗi khi được đề nghị.

Để biết thêm thông tin về vắc-xin ngừa cúm, vui lòng truy cập [bit.ly/FluPHL](https://bit.ly/FluPHL)

Để biết thêm thông tin về vắc-xin ngừa COVID, vui lòng truy cập [bit.ly/COVIDvaxPHL](https://bit.ly/COVIDvaxPHL)

**Cả COVID-19 và bệnh cúm đều lây từ người sang người theo nhiều cách giống nhau và gây ra các triệu chứng giống nhau, nhưng là do các vi-rút khác nhau gây ra.**

## COVID-19 và bệnh cúm có thể lây lan bằng cách:



- Các giọt bắn (những hạt nhỏ hơn) có thể lơ lửng trong không khí khi có người mắc COVID-19 hoặc cúm thở ra, hắt hơi hoặc ho, sẽ làm vi-rút lây sang người khác.



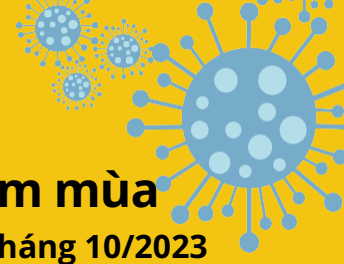
- Chạm vào vật thể hoặc bề mặt có vi-rút trên đó rồi đưa tay chạm lên miệng, mũi hoặc mắt của mình.



- **Quý vị có biết không?** Người mắc COVID-19 hoặc bệnh cúm có thể không cảm thấy bất kỳ triệu chứng nào và có thể lây vi-rút cho người khác ngay cả trước khi họ cảm thấy mình bị bệnh.

## Ngăn ngừa sự lây lan của COVID-19 và bệnh cúm:

- Đeo khẩu trang trong các không gian công cộng đông đúc
- Rửa tay thường xuyên
- Tránh chạm lên mặt
- Ho và hắt hơi vào khuỷu tay hoặc khăn giấy



# Các nguồn lực liên quan đến COVID-19 và Bệnh cúm mùa

Tháng 10/2023

COVID-19 và bệnh cúm có các triệu chứng tương tự nhau, từ không có triệu chứng đến các triệu chứng nhẹ hoặc nặng. Để tìm hiểu thêm, vui lòng truy cập [bit.ly/FLUvsCOVID](https://bit.ly/FLUvsCOVID).

Cần xét nghiệm để xác định nhiễm cúm, COVID-19 hay thậm chí là cả hai.  
Tiêm vắc-xin cúm mùa và liều tăng cường vắc-xin COVID-19 là cách tốt nhất để bảo vệ bản thân.

## Để tìm vắc-xin và địa điểm xét nghiệm MIỄN PHÍ:

Vắc-xin cúm  
[bit.ly/FluPHL](https://bit.ly/FluPHL)

Các loại vắc-xin COVID-19  
[bit.ly/COVIDvaxPHL](https://bit.ly/COVIDvaxPHL)

Địa điểm xét nghiệm COVID-19  
[bit.ly/Covid19\\_test](https://bit.ly/Covid19_test)

## Để biết thêm thông tin về COVID-19 và bệnh cúm:

Sở Y Tế Công Cộng Philadelphia  
**215-685-5488**

Mở cửa theo giờ hành chính.

Gọi **711** để nhận hỗ trợ TRS/TTY.

### **Có dịch vụ phiên dịch,**

Nhấn **phím 2** cho tiếng Tây Ban Nha hoặc nhấn **phím 3** để được phiên dịch sang ngôn ngữ của quý vị.

## Tìm kiếm dịch vụ cung cấp chăm sóc sức khỏe đa khoa MIỄN PHÍ hoặc chi phí thấp:

[www.phila.gov/primary-care](https://www.phila.gov/primary-care)

Có bảo hiểm hoặc không có bảo hiểm.

Tìm kiếm theo vị trí, loại chăm sóc sức khỏe đa khoa, chăm sóc chuyên khoa hoặc các dịch vụ xét nghiệm.

**Hãy liên hệ bên cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe của quý vị nếu quý vị có thắc mắc về vắc-xin ngừa cúm mùa, COVID-19 hoặc nếu quý vị cảm thấy không được khỏe.**

## **Hãy luôn giữ kết nối để biết thông tin**

Nếu có thắc mắc, vui lòng gửi email cho chúng tôi tới [PublicHealthPreparedness@phila.gov](mailto:PublicHealthPreparedness@phila.gov) hoặc gửi tin nhắn thoại tới số **(215) 429-3016**. Chúng tôi mong muốn nhận được ý kiến đóng góp của quý vị!

