

I più anziani dovrebbero vaccinarsi contro il COVID-19, l'influenza e l'RSV

I virus respiratori come il COVID-19, l'influenza e il virus respiratorio sinciziale (respiratory syncytial virus, RSV), si trasmettono tramite tosse, starnuti e respiro, e sono più comuni in autunno e inverno. Esistono vaccini per proteggere le persone dal COVID-19, dall'influenza e dal RSV. Se siete anziani vaccinatevi il prima possibile per essere sicuri di essere protetti.

Di quali vaccino ho bisogno per stare al sicuro?

Sono disponibili vaccini individuali per proteggere le persone dal COVID-19, dall'influenza e dall'RSV:

- Dovreste assumere una dose del vaccino aggiornato 2024-2025 contro il **COVID-19**. Tali vaccini sono stati aggiornati per proteggere dalle varianti attuali del virus e rafforzare la vostra protezione che nel tempo può diminuire.
 - Se siete immunocompromessi in modo moderato o grave, chiedete al vostro operatore sanitario se consiglia dosi aggiuntive.
- Dovreste assumere una dose del vaccino aggiornato 2024-2025 contro l'**influenza**. Tali vaccini vengono aggiornati ogni anno per proteggere dai ceppi virali di cui si prevede la trasmissione.
- Coloro che nell'ultima stagione hanno ricevuto un vaccino per l'**RSV** in questo momento **non** hanno bisogno di un'altra dose. In caso contrario, queste persone dovrebbero:
 - Ricevere una dose di vaccino per l'RSV se hanno 75 o più anni d'età.
 - Parlare con un operatore sanitario per sapere se fare il vaccino per l'RSV, in caso di età compresa tra 60 e 74 anni e di rischio alto di RSV a causa di condizioni mediche, tra cui patologie cardiache e polmonari croniche o residenza in una struttura di assistenza a lungo termine.

Perché è importante che gli adulti più anziani si vaccinino?

I più anziani hanno un rischio più alto di ammalarsi in modo grave, di essere ricoverati in ospedale e morire di COVID-19, influenza e RSV. Alcune patologie pregresse, come la malattia renale cronica, le cardiopatie, le malattie polmonari e il diabete, aumentano il rischio di ammalarsi in modo grave a causa di questi virus.

Di recente negli Stati Uniti, dal 70% all'85% circa dei decessi da influenza, dal 50% al 70% dei ricoveri per influenza e più del 85% dei decessi da COVID-19 si sono verificati nella fascia d'età dai 65 anni in poi.

Quale marca di vaccini contro COVID-19, influenza e RSV dovrei fare?

È possibile scegliere quale marca di vaccino anti **COVID-19** fare, a prescindere dai vaccini ricevuti in precedenza.

Chi ha 65 anni o più dovrebbe ricevere un alto dosaggio del vaccino contro l'**influenza** adiuvato o ricombinante, poiché tali vaccini risultano più efficaci negli adulti più anziani.

Le persone possono scegliere quale marca di vaccino per l'**RSV** fare.

I vaccini anti COVID-19, antinfluenzale e anti RSV hanno effetti collaterali?

Per la maggior parte delle persone, gli effetti collaterali sono lievi e scompaiono in pochi giorni. Effetti indesiderati comuni comprendono dolore al braccio, mal di testa, dolori muscolari e stanchezza. Non è possibile ammalarsi di COVID-19, influenza e RSV a seguito dei vaccini.

Dove posso vaccinarmi?

Chiedete al vostro operatore sanitario se offre la vaccinazione. Inoltre, in città sono presenti centinaia di posti che offrono il vaccino, comprese le farmacie. Per trovare un centro vaccinale contro **COVID-19** o **influenza**, visitate la pagina vaccinefinder.nyc.gov. Si può anche chiamare il numero 212-268-4319 per chiedere assistenza nella ricerca di un centro vaccinale anti COVID-19. Per trovare un centro vaccinale contro l'**RSV**, visitate la pagina nyc.gov/health/map.

La mia assicurazione sanitaria copre la vaccinazione?

Medicare, Medicaid e la maggior parte dei piani assicurativi coprono le vaccinazioni contro COVID-19, influenza e RSV senza necessità di pagamenti supplementari o altro tipo di condivisione dei costi. Assicuratevi di rivolgervi a un operatore sanitario che accetta la vostra assicurazione.

Cosa succede se non ho un'assicurazione?

Vaccini anti COVID-19 e antinfluenzali gratuiti sono disponibili a chi non ha un'assicurazione o ha una copertura assicurativa limitata. Per trovare un centro che offre i vaccini in modo gratuito, visitate vaccinefinder.nyc.gov, fate clic sull'elenco a discesa "Any insurance" (qualsiasi assicurazione) e scegliete l'opzione "no cost" (senza costi).

Posso fare i vaccini contro COVID-19, influenza e RSV nello stesso momento?

Sì, è possibile ricevere tutti e tre questi vaccini nello stesso momento.

Se mi sono vaccinato, posso comunque ammalarmi di COVID-19, influenza o RSV?

Sì. Anche se con i vaccini il rischio di infezione diminuisce, l'eventualità di sviluppare un'infezione è comunque presente, soprattutto qualora sia trascorso più tempo dall'ultima vaccinazione. Tuttavia, in caso d'infezione, i vaccini contribuiranno a ridurre i sintomi e il rischio di complicazioni, tra cui il ricovero ospedaliero e il decesso. Inoltre la vaccinazione contro il COVID-19 riduce il rischio di sviluppare il long COVID (una sintomatologia che dura per mesi o per un lungo periodo dopo un'infezione da COVID-19).

Se presentate sintomi come tosse, secrezioni nasali, congestione, mal di gola, febbre o dolori muscolari, contattate il vostro operatore sanitario immediatamente per fare un test. Molte farmacie e cliniche comunitarie offrono contemporaneamente test per COVID-19, influenza e RSV. Sono disponibili farmaci per anziani affetti da COVID-19 o influenza, e la terapia è efficace quando iniziata il prima possibile. Se non avete un operatore sanitario, contattate NYC Health + Hospitals Virtual ExpressCare al sito expresscare.nyc o al numero 631-397-2273.

Cosa altro posso fare per proteggermi dai virus respiratori?

Oltre a fare le vaccinazioni, seguite queste misure per ridurre il vostro rischio di ammalarvi:

- Considerate di indossare una mascherina per il viso ben aderente quando siete in spazi al chiuso affollati. Una mascherina di alta qualità, come una N95, KN95 o KF94, offre una protezione migliore.
- Evitate la folla e le persone malate.

- Inoltre lavate spesso le mani o usate un disinfettante per le mani ed evitate di toccare occhi, naso e bocca con le mani non lavate.
- Migliorate il ricambio d'aria, aprendo le finestre o usando un purificatore d'aria portatile o facendo riunioni all'aperto.

Per ulteriori informazioni, visitate i siti [nyc.gov/health/coronavirus](https://www.nyc.gov/health/coronavirus), [nyc.gov/flu](https://www.nyc.gov/flu) e [nyc.gov/rsv](https://www.nyc.gov/rsv).