

老年人應接種 **COVID-19、流感和 RSV 疫苗**

COVID-19、流行性感冒（流感）和呼吸道合胞病毒 (respiratory syncytial virus, RSV) 感染等呼吸道疾病透過咳嗽、打噴嚏、說話和呼吸進行傳播，並在秋冬季節更為常見。如果您是老年人，請接種 COVID-19、流感和 RSV 疫苗，以確保您得到保護。

我需要接種哪些疫苗來確保安全？

您應該接種 2025-2026 年的 **COVID-19** 疫苗以及 2025-2026 年的**流感**疫苗。這些疫苗現已更新，可以抵禦預計在本季傳播的病毒株。接種更新版疫苗可以增強對您的保護作用，而這種保護作用會隨時間的推移而減弱。

您只需要接種一次 RSV 疫苗。如果您從未接種過 **RSV** 疫苗，在下列情況下，您應接種 RSV 疫苗：

- 您的年齡達 75 歲或以上。
- 您的年齡在 50 至 74 歲之間，並且因為患有特定疾病（包括慢性心臟病或肺病）或居住在長期照護設施，而面臨較高的 RSV 感染風險。

如果您對是否應接種疫苗有疑問，請諮詢您的健康照護提供者。您還應向健康照護提供者查詢是否需要接種額外劑量的 **COVID-19** 疫苗，特別是如果您有免疫力薄弱的情況。

為什麼老年人接種疫苗很重要？

老年人因 COVID-19、流感和 RSV 而引發重症、住院甚至死亡的風險更高。特定基礎病（例如慢性腎病、心臟病、肺病和糖尿病）會進一步增加這些病毒引發重症的風險。

從 2020 年 1 月到 2025 年 7 月，美國約 70% 至 85% 的流感死亡病例、50% 至 70% 的流感住院病例和超過 75% 的 COVID-19 死亡病例均發生在 65 歲或以上的群體中。

我應該選擇哪個品牌的 **COVID-19、流感和 RSV** 疫苗？

您可以選擇接種任何一個品牌的 **COVID-19** 疫苗，無論您以前接種過哪個品牌的疫苗。您也可以選擇接種任何一個品牌的 **RSV** 疫苗。

65 歲以上的人士應接種高劑量、佐劑或重組型**流感**疫苗，因為對老年人來說，這些疫苗比一般**流感**疫苗的效果更好。

COVID-19、流感和 RSV 疫苗有副作用嗎？

對於大多數人來說，這些疫苗的副作用是輕微的，並會在幾天內消失。常見的副作用包括注射部位疼痛、頭痛、身體酸痛和疲倦。您不會因接種疫苗而感染 COVID-19、流感或 RSV。

我可以在哪裡接種疫苗？

請諮詢您的健康照護提供者或藥房是否提供疫苗接種服務。您也可以造訪 nyc.gov/health/map 查找疫苗接種站點；選擇「Vaccines」（疫苗），然後在「Services」（服務）選單中選擇您需要的疫苗。

我的健康保險能報銷疫苗接種的費用嗎？

Medicare 和大多數其他保險計畫都能報銷老年人的疫苗接種費用，無需支付共付額或分攤其他費用。請確保您前往就診的健康照護提供者接受您的保險。

如果我沒有保險怎麼辦？

沒有保險或保險涵蓋範圍有限的人士可以免費接種 COVID-19 和流感疫苗。如需查找免費疫苗接種站點，請造訪 nyc.gov/health/map 並選擇「Vaccines」（疫苗）。在「Services」（服務）選單中選擇您需要的疫苗，然後在「Payment」（付款）下拉式選單中選擇「No Cost for Uninsured」（無保險人士免費接種）選項。

我可以同時接種 COVID-19、流感和 RSV 疫苗嗎？

可以，您可以同時接種這三種疫苗。

如果我已經接種了疫苗，還有可能患上 COVID-19、流感或 RSV 嗎？

可能會。雖然疫苗能降低感染風險，但您仍有可能受感染，尤其是在接種疫苗後時間經過越久時。但是，如果您已經受到感染，接種過疫苗將有助於減輕症狀，並降低併發症、住院和死亡的風險。接種 COVID-19 疫苗能降低患上長期 COVID（感染 COVID-19 後症狀持續數月或更長時間）的風險。

如果您有咳嗽、流鼻涕、鼻塞、喉嚨痛、發燒或身體疼痛等症狀，請接受檢測。許多藥房和診所同時提供 COVID-19、流感和 RSV 的檢測服務。患有 COVID-19 或流感的老年人可以使用藥物治療，且越早開始治療效果越好。如果您沒有健康照護提供者，請造訪 expresscare.nyc 或致電 631-397-2273 聯絡紐約市健康醫療總局 (NYC Health + Hospitals) 的 ExpressCare（快捷照護）。

除了接種疫苗外，我還可以採取哪些措施來降低生病的風險？

- 在擁擠的室內場所，考慮佩戴一個貼合面部的口罩。優質口罩（例如 N95、KN95 或 KF94）可以提供更好的保護作用。
- 避免接觸患病者。
- 勤洗手或使用手部消毒液，避免用未清洗的手接觸眼睛、鼻子和嘴巴。
- 改善通風，例如打開窗戶或使用便攜式空氣清新機。

如需詳細資訊，請造訪 nyc.gov/health/coronavirus、nyc.gov/flu 和 nyc.gov/rsv。