

Vắc-xin Cúm

CHUỖI GIÁO DỤC BỆNH NHÂN



Society for
Maternal-Fetal
Medicine
High-risk pregnancy experts

Hơn 80% các trường hợp mang thai trùng với mùa cúm. Mỗi năm, hàng ngàn phụ nữ mang thai phải nhập viện do biến chứng cúm. Tiêm vắc-xin cúm trong thai kỳ là cách tốt nhất để bảo vệ bản thân khỏi các bệnh nghiêm trọng và các biến chứng do cúm. Vắc-xin cũng có thể giúp bảo vệ em bé của quý vị khỏi cúm sau sinh.

Lợi ích của việc tiêm vắc-xin cúm trong thai kỳ là gì?

Bệnh cúm, hay “cúm” là do một loại vi-rút lây nhiễm ảnh hưởng tới hệ hô hấp. Các triệu chứng cúm thường nặng hơn và kéo dài hơn cảm lạnh thông thường. Chúng bao gồm ho, nhức đầu, sốt, đau cơ và mệt mỏi.

Mang thai gây ra những thay đổi trong **hệ thống miễn dịch**, phổi, và tim khiến phụ nữ mang thai khi mắc cúm dễ dẫn đến bệnh lý nặng hơn. Bị cúm khi đang mang thai có thể dẫn đến những bệnh nghiêm trọng, chẳng hạn như viêm phổi và gây ra các vấn đề khi mang thai như sinh non.

Vắc-xin cúm là cách tốt nhất để chống lại bệnh cúm. Các nghiên cứu đã chỉ ra rằng tiêm vắc-xin cúm giảm tới một nửa nguy cơ mắc các bệnh về đường hô hấp liên quan đến cúm và nguy cơ phải nhập viện trung bình là 40%.

Chích ngừa cúm khi mang thai cũng giúp bảo vệ em bé sau khi em bé được sinh ra. Thuốc chích ngừa làm việc với hệ thống miễn dịch của cơ thể để tạo ra các **kháng thể** chống lại virus cúm. Những kháng thể này được truyền cho thai nhi qua **nhau thai**. Em bé có mẹ chích ngừa sẽ được bảo vệ khỏi bệnh cúm khi sinh ra, giữ an toàn cho trẻ tránh mắc phải bệnh nặng cho đến khi trẻ có thể chích ngừa khi được 6 tháng tuổi.

Vắc-xin cúm có an toàn cho người mang thai không?

Thuốc chích ngừa cúm đã được kiểm chứng nhiều lần trong nhiều năm về tính an toàn trong thời kỳ mang thai. Hàng triệu phụ nữ mang thai trong những thập kỷ gần đây đã chích ngừa mà không hề gặp biến chứng nghiêm trọng nào. Các nghiên cứu cho thấy không có mối quan hệ giữa việc tiêm vắc-xin trước hoặc trong khi mang thai và sự gia tăng nguy cơ

về các dị tật bẩm sinh. Vắc-xin ngừa cúm không gây sảy thai hoặc chuyển dạ sớm.

Khi nào là thời điểm tốt nhất để chích ngừa?

Những phụ nữ mang thai trong tam cá nguyệt thứ ba có thể chích ngừa cúm vào tháng 7 hoặc tháng 8 để có cơ hội bảo vệ em bé tốt nhất sau khi sinh bé trong mùa cúm. Thông thường, tháng 9 và tháng 10 là thời điểm phù hợp để chích ngừa đối với tất cả những phụ nữ mang thai trong các giai đoạn khác.

Vắc-xin cúm có hiệu lực trong 1 năm. Virus cúm thay đổi nhanh chóng, do đó thuốc chích ngừa được cập nhật hàng năm để đối phó với các chủng cúm phổ biến nhất đang lây nhiễm.

Mặc dù có sẵn vắc-xin dạng xịt mũi nhưng không được khuyến nghị sử dụng cho những người mang thai vì thuốc chích ngừa này chứa virus cúm sống, đã giảm độc lực. Thuốc chích ngừa sống không được khuyến khích sử dụng trong thời kỳ mang thai. Phụ nữ mang thai nên nhận vắc-xin cúm bất hoạt.

Chuyện gì sẽ xảy ra nếu quý vị mắc cúm và hiện quý vị đang mang thai?

Nếu quý vị đang mang thai hoặc đã sinh con trong vòng 2 tuần qua, hãy đến gặp chuyên gia chăm sóc sức khỏe ngay để tiêm thuốc kháng virus (Tamiflu), bất kể quý vị đã chích ngừa cúm hay chưa. Nếu quý vị đã tiếp xúc với người bị cúm, chuyên gia chăm sóc sức khỏe của quý vị cũng có thể khuyến nghị quý vị nên tiêm thuốc kháng virus. Thông tin hiện tại chỉ ra rằng thuốc kháng virus thuốc không làm tăng nguy cơ dị tật bẩm sinh.

Thuốc kháng virus giúp giảm mức độ nghiêm trọng của các triệu chứng cúm và rút ngắn thời gian mắc bệnh. Thuốc có hiệu quả nhất nếu được tiêm trong vòng 48 giờ kể từ khi xuất hiện các triệu chứng, nhưng cũng có thể tiêm vào bất cứ thời điểm nào sau khi các triệu chứng xuất hiện.

Tôi có thể làm những gì nữa để bảo vệ bản thân khỏi bệnh cúm?

Phòng ngừa bằng cách rửa tay thường xuyên, che miệng và mũi

khi ho hoặc hắt hơi, và tránh tiếp xúc trực tiếp với những người bị ốm là rất hữu ích. Nhưng tiêm vắc-xin là cách đầu tiên và tốt nhất để bảo vệ bản thân khỏi bệnh cúm.

Thông Tin Nhanh

- Phụ nữ mang thai có nguy cơ gặp biến chứng do cúm cao hơn những phụ nữ không mang thai.
- Cách bảo vệ tốt nhất chống lại bệnh cúm là tiêm vắc-xin cúm. Dữ liệu thu thập từ hàng triệu phụ nữ trong nhiều năm cho thấy việc tiêm vắc-xin cúm an toàn cho người mang thai.
- Tiêm vắc-xin cúm không gây ra bệnh cúm. Một số người cảm thấy hơi mệt sau khi tiêm vắc-xin cúm là do phản ứng của hệ thống miễn dịch với vắc-xin.
- Em bé của những phụ nữ tiêm vắc-xin cúm khi mang thai sẽ nhận được kháng thể chống lại bệnh cúm, giúp bảo vệ trẻ cho đến khi trẻ có thể chích ngừa khi được 6 tháng tuổi.
- Mặc dù tiêm vắc-xin cúm là biện pháp bảo vệ tốt nhất chống lại bệnh cúm, nhưng cũng có các biện pháp phòng ngừa bổ sung bao gồm rửa tay thường xuyên, che miệng và mũi khi ho hoặc hắt hơi, cũng như tránh tiếp xúc gần với những người bị bệnh.

Cơ Quan Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, CDC): [Cúm & Mang Thai](#)

Cơ Quan Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (Centers for Disease Control and Prevention, CDC): [Vắc-xin Influenza \(Cúm\) Được Sản Xuất Như Thế Nào](#)

MotherToBaby: [Vắc-xin Influenza Theo Mùa \(Chích Ngừa Cúm\)](#)

Thuật ngữ

Kháng thể: Protein được hệ miễn dịch tạo ra để phản ứng với một vật thể lạ, chẳng hạn như vi-rút.

Hệ miễn dịch: Các tế bào và các cơ quan bảo vệ cơ thể khỏi các vật thể lạ, chẳng hạn như vi khuẩn và vi-rút.

Nhau thai: Một cơ quan đặc biệt được phát triển trong thai kỳ. Cơ quan này giúp truyền các chất dinh dưỡng, kháng thể và oxy cho thai nhi. Cơ quan này cũng sản sinh ra các nội tiết tố duy trì thai kỳ.

Cập Nhật Tháng Tám 2025

Tài nguyên này được hỗ trợ bởi Hiệp Hội Y Học Bà Mẹ và Thai Nhi (SMFM) và Trung Tâm Kiểm Soát và Phòng Ngừa Dịch Bệnh (CDC) theo thỏa thuận hợp tác CDC-REFA-DD-23-0004 *Tăng Cường Quan Hệ Đối Tác Để Giải Quyết Các Khuyết Tật Bẩm Sinh, Rối Loạn Ở Trẻ Sơ Sinh Và Các Tình Trạng Liên Quan, Cũng Như Sức Khỏe Của Phụ Nữ Mang Thai và Sau Sinh*. Quan điểm do tác giả trình bày không nhất thiết phản ánh chính sách chính thức của Bộ Y Tế Và Dịch Vụ Nhân Sinh cũng như không đại diện cho chứng thực của Chính Phủ Hoa Kỳ.