

Bộ Y Tế

Những điều quý vị cần biết về lịch hẹn tiêm vắc-xin COVID-19

Phiên bản 2.0 Ngày 29 tháng Ba, 2021

Ghi chú: Tài liệu này là phiên bản cập nhật, kết hợp các tài liệu trước đây có tiêu đề “Những điều quý vị cần biết trước lịch hẹn tiêm vắc-xin COVID-19” và “Phiếu Theo Dõi Chăm Sóc Sau Tiêm Chủng”.

Hướng dẫn này chỉ cung cấp thông tin cơ bản. Tài liệu này không nhằm mục đích cung cấp hoặc thay thế cho tư vấn y tế, chẩn đoán, điều trị hay tư vấn pháp lý.

Quý vị đã được xác định đủ điều kiện để tiêm vắc-xin COVID-19. Vui lòng đọc tài liệu này để biết những thông tin về lịch hẹn tiêm vắc-xin sắp tới của quý vị.

Chuẩn bị tiêm chủng vắc-xin COVID-19

Tôi cần mang theo những gì khi đến cuộc hẹn?

- Thẻ khám sức khỏe của quý vị/Thẻ của Chương Trình Bảo Hiểm Y Tế Ontario (OHIP). Nếu quý vị không có thẻ OHIP, hãy mang theo một dạng giấy tờ tùy thân có ảnh do chính phủ cấp khác như giấy phép lái xe, hộ chiếu, thẻ chứng minh nguồn gốc bản địa hoặc các thẻ khám sức khỏe cấp tỉnh khác. Quý vị vẫn có thể tiêm chủng nếu không có thẻ OHIP.
- Hồ sơ tiêm chủng, nếu có, dùng để theo dõi quá trình tiêm vắc-xin COVID-19 của quý vị.
- Một mẫu điền thông tin dị ứng, nếu cần
- Bất kỳ thiết bị trợ giúp nào quý vị có thể cần (ví dụ: xe trượt, xe lăn, gậy chống) và các vật dụng để giúp quý vị tiêu khiển trong thời gian chờ đợi (ví dụ: điện thoại di động, sách).
- Kính đọc sách và/hoặc máy trợ thính, nếu cần
- Khẩu trang riêng
- Một người hỗ trợ, nếu cần (ví dụ: thông dịch viên hay ai đó để hỗ trợ quý vị trong quá trình tiêm chủng).

Tôi cần làm gì để chuẩn bị cho cuộc hẹn của mình?

- Đọc [Tờ Thông Tin Về Vắc-xin](#) và liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ y tế của quý vị nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi nào về tiền sử bệnh hoặc dị ứng của mình.
- Uống thuốc và ăn uống như bình thường. Bảo đảm rằng quý vị ăn uống trước khi đến phòng khám để tránh trường hợp có cảm giác choáng váng khi tiêm chủng.
- Mặc áo rộng hoặc áo thun để nhà cung cấp dịch vụ y tế dễ tìm vị trí trên bắp tay của quý vị để tiêm chủng.
- Không sử dụng sản phẩm có mùi hương.
- **Nếu có [các triệu chứng của COVID-19](#), quý vị không nên đến phòng khám. Hãy gọi điện cho phòng khám và làm theo hướng dẫn của họ.**
- Không đến trước lịch hẹn quá 10 phút để tránh tụ tập đông người tại phòng khám.
- Quý vị có thể phải đợi bên ngoài trước cuộc hẹn. Hãy mặc trang phục phù hợp với thời tiết.

Quy trình diễn ra như thế nào khi tôi đến cuộc hẹn?

Các nhà cung cấp dịch vụ y tế đang rất thận trọng để ngăn chặn sự lây lan của COVID-19 khi cung cấp dịch vụ tiêm chủng. Nhân viên phòng khám sẽ thực hiện mọi biện pháp phòng ngừa để bảo đảm sức khỏe và an toàn cho quý vị trong quá trình thăm khám. Các biện pháp y tế công cộng, chẳng hạn như duy trì khoảng cách tiếp xúc, sát trùng tay, đeo khẩu trang sẽ được áp dụng tại các phòng khám. Tất cả nhà cung cấp dịch vụ y tế, bệnh nhân, nhân viên khác và người đến thăm bệnh nhân cần tuân thủ mọi biện pháp y tế công cộng tại phòng khám. Vui lòng đọc và thực hiện theo bất kỳ biển báo hoặc hướng dẫn nào được cung cấp tại phòng khám.

- Quý vị sẽ được yêu cầu xuất trình thẻ OHIP hoặc thẻ chứng minh nguồn gốc bản địa (hoặc bất kỳ giấy tờ tùy thân có ảnh nào do chính phủ cấp nếu không có thẻ OHIP) để xác nhận cuộc hẹn của quý vị.
- Quý vị sẽ được yêu cầu trả lời một số câu hỏi để xác định xem liệu quý vị có các dấu hiệu hoặc triệu chứng liên quan đến COVID-19 hay không trước khi vào phòng khám.
- Quý vị sẽ được yêu cầu trả lời những câu hỏi về tiền sử bệnh của mình (ví dụ nếu có dị ứng nào)
- Quý vị sẽ được yêu cầu đeo khẩu trang khi đến phòng khám, rửa tay sạch sẽ và thực hiện giãn cách với người khác (tối thiểu 2 mét/6 feet).
- Quý vị sẽ được yêu cầu ở lại trong 15-30 phút sau khi tiêm vắc-xin để theo dõi xem có thay đổi bất ngờ nào về sức khỏe hoặc phản ứng dị ứng hay không.

Nếu tôi bị dị ứng thì sao?

Nhà cung cấp dịch vụ y tế tại cơ sở tiêm vắc-xin sẽ hỏi quý vị về tình trạng dị ứng. Hãy xem [Tờ Thông Tin Về Vắc-xin COVID-19](#) để biết thêm chi tiết về các thành phần vắc-xin, bao gồm polyethylene glycol, tromethamine và polysorbate.

- Nếu đã từng có phản ứng dị ứng (bao gồm cả phản ứng nặng như sốc phản vệ) với mũi tiêm vắc-xin COVID-19 trước đó hoặc bất kỳ thành phần nào, quý vị phải tham khảo ý kiến của bác sĩ chuyên khoa dị ứng/miễn dịch trước khi tiêm chủng để xác định xem liệu có thể đảm bảo an toàn cho quý vị khi tiêm vắc-xin không.
- Nếu đã từng xuất hiện phản ứng dị ứng trong vòng 4 giờ và/hoặc sốc phản vệ xảy ra với vắc-xin hoặc thuốc tiêm không chứa thành phần hay thành phần phản ứng chéo nào của vắc-xin COVID-19, quý vị có thể tiêm vắc-xin COVID-19. Quý vị sẽ được yêu cầu đợi tại phòng khám trong 30 phút sau khi tiêm vắc-xin.
- Nếu quý vị có tiền sử phản ứng dị ứng và/hoặc sốc phản vệ đáng kể với thực phẩm, thuốc, nọc độc, mủ cao su hoặc các chất gây dị ứng khác không liên quan đến vắc-xin COVID-19, quý vị có thể tiêm vắc-xin COVID-19. Quý vị sẽ được yêu cầu đợi tại phòng khám ít nhất 15 phút sau khi tiêm vắc-xin.
- Nếu quý vị có các vấn đề dị ứng như sổ mũi, hắt hơi, ngứa mũi và mắt, hen suyễn và chàm, quý vị có thể tiêm vắc-xin này. Quý vị sẽ được yêu cầu đợi tại phòng khám ít nhất 15 phút sau khi tiêm vắc-xin.

Để biết thêm khuyến nghị chi tiết cho những người mắc dị ứng, vui lòng tham khảo tài liệu hướng dẫn [Khuyến Nghị Về Tiêm Chủng Vắc-xin Cho Nhóm Dân Cư Đặc Biệt](#)

Nếu tôi có các tình trạng bệnh lý khác thì sao?

Nếu quý vị đang mang thai, đang cho con bú, mắc bệnh tự miễn dịch hoặc bị suy giảm miễn dịch do bệnh lý hoặc điều trị, quý vị có thể cần phải trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế của mình trước khi tiêm chủng. Vui lòng tham khảo tài liệu hướng dẫn [Khuyến Nghị Về Tiêm Chủng Vắc-xin Cho Nhóm Dân Cư Đặc Biệt](#) để biết thêm thông tin. Quý vị nên trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ y tế của mình để biết lựa chọn tiêm chủng vắc-xin có phù hợp với tình trạng sức khỏe của quý vị không.

Nếu tôi dùng thuốc chống đông máu thì sao?

Nếu quý vị gặp vấn đề về chảy máu, dễ bị bầm tím hoặc sử dụng thuốc chống đông máu (ví dụ: warfarin hoặc heparin) quý vị có thể tiêm vắc-xin.

Nếu tôi từng bị ngất khi tiêm vắc-xin lần trước hoặc tôi mắc chứng sợ kim tiêm thì sao?

Nếu quý vị đã từng ngất xỉu, hoặc bị chóng mặt sau khi tiêm chủng hoặc thực hiện thủ thuật y tế trước đó, hoặc nếu quý vị sợ hãi việc tiêm vắc-xin, quý vị vẫn nên tiêm vắc-xin. Hãy thông báo cho nhà cung cấp dịch vụ y tế tại phòng khám để được hỗ trợ thích hợp. Quý vị có thể đi cùng một người hỗ trợ của mình.

Chăm Sóc Sau Tiêm Chủng Vắc-xin COVID-19

Tôi nên làm gì ngay sau khi tiêm chủng vắc-xin?

- Sau khi tiêm chủng, quý vị nên ở lại phòng khám trong vòng 15 đến 30 phút. Điều này là để đảm bảo quý vị không có phản ứng dị ứng. Phản ứng dị ứng không xảy ra thường xuyên. Nhân viên tiêm vắc-xin biết cách điều trị các phản ứng dị ứng. Hãy cho nhân viên biết nếu quý vị nhận thấy phát ban trên da, sưng mặt hoặc miệng, khó thở và/hoặc cảm thấy không khỏe.
- Nếu đợi bên trong phòng khám, hãy nhớ đeo khẩu trang và duy trì khoảng cách với người khác tối thiểu 2 mét/6 feet.
- Sử dụng nước rửa tay khô có cồn để làm sạch tay trước khi rời phòng khám.
- Không điều khiển xe hoặc các phương tiện di chuyển khác trong vòng ít nhất 15 đến 30 phút sau khi được tiêm chủng (theo lời khuyên của nhà cung cấp dịch vụ y tế) hoặc nếu quý vị cảm thấy không khỏe.
- Nếu quý vị có người đến đón tại phòng khám, họ phải đón quý vị sau khi kết thúc thời gian chờ 15 phút tại phòng khám. Người hỗ trợ hoặc tài xế của quý vị cần tuân theo sự hướng dẫn của nhân viên phòng khám về địa điểm gặp/đón quý vị.

Tôi có thể gặp những phản ứng nào trong vài ngày sắp tới?

- Quý vị có thể gặp một số tác dụng phụ do vắc-xin. Những tác dụng phụ này sẽ biến mất sau vài ngày.
- Các tác dụng phụ dự kiến thường gặp bao gồm: đau, đỏ hoặc sưng ở chỗ tiêm. Quý vị có thể dùng một miếng vải ẩm và mát để làm giảm đau nhức ở chỗ tiêm vắc-xin.
- Các triệu chứng khác có thể bao gồm: mệt mỏi, nhức đầu, đau cơ, ớn lạnh, đau khớp và sốt. Nếu cần, quý vị có thể dùng thuốc giảm đau hoặc thuốc hạ sốt (chẳng hạn như acetaminophen hoặc ibuprofen) để làm giảm triệu chứng.
- Các tác dụng phụ nghiêm trọng sau khi tiêm chủng rất hiếm gặp. Tuy nhiên, nếu xuất hiện một trong những phản ứng bất lợi sau đây trong vòng ba ngày kể từ khi tiêm vắc-xin, hãy đến ngay cơ sở y tế hoặc gọi 911 nếu thấy triệu chứng trở nặng:
 - nổi mề đay
 - sưng mặt hoặc miệng
 - khó thở
 - da nhợt nhạt và cảm thấy cực kỳ buồn ngủ
 - sốt cao (trên 40°C)
 - co giật hoặc động kinh
 - các triệu chứng nghiêm trọng khác (ví dụ: “cảm giác như kim châm” hoặc tê bì).

- Vắc-xin AstraZeneca/COVISHIELD có liên quan đến một tác dụng phụ rất hiếm gặp được gọi là [Giảm Tiêu Cầu Miễn Dịch Huyết Khối Do Vắc-xin \(VIPIT\)](#). Nếu xuất hiện bất kỳ triệu chứng nào sau đây sau khi tiêm vắc-xin, hãy đến ngay cơ sở y tế:
 - hụt hơi
 - đau ngực
 - sưng tấy hay lạnh ở cánh tay hoặc chân
 - đau bụng dai dẳng
 - nhức đầu nặng hoặc ngày càng nặng hay mờ mắt
 - nhiều vết bầm tím nhỏ, đốm đỏ hoặc tím hay vết rộp máu dưới da.
- Nếu quý vị lo lắng về bất kỳ phản ứng nào quý vị gặp phải sau khi tiêm chủng, hãy liên hệ với nhà cung cấp dịch vụ y tế của quý vị. Quý vị cũng có thể liên hệ với [đơn vị y tế công cộng của địa phương](#) để đặt câu hỏi hoặc báo cáo phản ứng bất lợi.

Những điều cần nhớ sau khi quý vị tiêm vắc-xin

- **Tiếp tục đeo khẩu trang, duy trì khoảng cách với người khác tối thiểu 2 mét và hạn chế/tránh tiếp xúc với người khác không phải thành viên trong nhà.**
- Không tiêm thêm bất kỳ loại vắc-xin nào khác kể từ bây giờ cho đến ít nhất 28 ngày sau khi quý vị tiêm một mũi vắc-xin COVID-19 (trừ khi nhà cung cấp dịch vụ y tế của quý vị cho là cần thiết).
- Nếu quý vị đang có kế hoạch mang thai trong vòng 28 ngày kể từ ngày tiêm vắc-xin; quý vị nên trao đổi với nhà cung cấp dịch vụ chăm sóc ban đầu của mình.
- Giữ tờ thông tin này (hoặc hồ sơ tiêm chủng khác) VÀ bản in biên lai xác nhận tiêm chủng COVID-19 của quý vị từ lần tiêm chủng hôm nay ở một nơi an toàn và mang theo trong những lần tiêm chủng COVID-19 tiếp theo của quý vị theo hướng dẫn của phòng khám tiêm chủng (chẳng hạn cho mũi tiêm thứ hai, tùy thuộc vào loại vắc-xin được tiêm).