



VÀI ĐIỀU CẦN BIẾT VỀ THUỐC VẮC XIN CHO CÔ VI - 19

Tác Giả
MIKE ZIMMERMAN
For AARP

Dịch Tóm Tắt
ĐẶNG HỮU THẠNH
21 Tháng 1 Năm 2021

Tôi tình cờ đọc một bài viết trên tờ báo của Hiệp Hội Người Về hưu Ở Mỹ (American Association of Retired Persons AARP) của ông Mike Zimmerman, một ký giả lâu năm chuyên về sức khỏe cho nhiều tờ báo trên toàn quốc. Tôi thấy có nhiều điều hữu dụng nên dịch lại để chia sẻ với cộng đồng người Việt.

Tôi không phải là chuyên gia. Đọc và hiểu sau thì dịch vậy. Không bảo đảm chính xác với bản chính của người viết.

Ngoài ra, dịch tiếng Việt cũng không được trôi chảy lắm. Mong quý độc giả tha thứ đừng cười và trách. Hi vọng bài dịch này sẽ có nhiều hữu ích trong giải đáp những quan tâm về thuốc vắc xin chống Cô Vi vi rút.

Thân mến

1. CÓ BAO NHIÊU LOẠI VẮC XIN CÔ VI ĐƯỢC PHÉP DÙNG CHO CÔNG CHÚNG HIỆN NAY?

Hiện nay, ở Mỹ có 2 loại vắc xin được chính phủ cho phép dùng cho công chúng từ 2 hãng bào chế y dược Pfizer và Moderna. Có nhiều vắc xin khác đang trải qua chương trình kiểm tra ở Mỹ và nhiều quốc gia khác. Hi vọng là trong tương lai gần số lượng cung cấp sẽ vắc xin tăng lên nhiều hơn.

Mỗi vắc xin đều cần 2 mũi. Mũi thứ 2 phải sau ít nhất 21 ngày cho Pfizer và 28 ngày cho Moderna.

2. GIỮA PFIZER VÀ MODERNA, VẮC XIN NÀO TỐT HƠN?

Dữ liệu cho thấy 2 vắc xin có hiệu quả tương tự vào khoảng 95% cho Pfizer và 94.1% cho Moderna 14 ngày sau khi tiêm mũi thứ nhì.

3. KHI NÀO TÔI CÓ THỂ ĐƯỢC TIÊM VẮC XIN CÔ VI?

Vì sự cung cấp rất hạn chế so sánh với nhân số cần thiết, chính quyền chia chương trình vắc xin ra 3 giai đoạn.

Giai đoạn 1: Dành cho những nhân viên làm việc gần gũi với bệnh nhân với xác suất bị lây nhiễm cao như bác sĩ, y tá, nhân viên nhà thương và viện dưỡng lão. Cư dân viện dưỡng lão cũng được ưu tiên. Giai đoạn 1 sẽ được hoàn tất trong tháng 1 hay trễ lắm là đầu tháng 2.

Giai đoạn 2: Dành cho dân số với xác suất bị nhiễm bệnh cao như người lớn tuổi và những người có nhiều bệnh cơ bản. Hiện nay nhiều tiểu bang như California, Texas, v.v., đang bắt đầu giai đoạn này.

Giai đoạn 3: Dành cho mọi dân số còn lại

4. TÔI CÓ NÊN NGHI NGỜ VỀ NHỮNG VẮC XIN CHO PHÉP QUÁ NHANH KHÔNG?

Tuyệt đối không nên nghi ngờ. Vắc xin từ Pfizer và Moderna đã được thử trên 73.000 người tình nguyện. Cả 2 thuốc thử đều không cho thấy những kết quả xấu ảnh hưởng đến an toàn. Sáng chế vắc xin nhanh là nhờ hỗ trợ tài chính của chính phủ và ưu tiên tập trung nhân sự. Nghiên cứu và chế tạo vắc xin được làm nhanh chóng nhưng vẫn theo đúng cách lệ không cầu thả.

5. TÔI CÓ THỂ CHỌN LỰA VẮC XIN HAY NÊN ĐỢI CHO VẮC XIN CÓ HIỆU QUẢ CAO HƠN KHÔNG?

Bạn không thể được chọn lựa vắc xin nhất là trong những giai đoạn đầu khi cung cấp còn rất hạn chế. Bạn cũng không nên đợi cho vắc xin có hiệu quả cao hơn. 95% hiệu quả trong y khoa là đã rất cao. Nên tiêm vắc xin càng sớm càng tốt. Không nên đợi.

6. KHOẢNG CÁCH GIỮA MỦI THỨ 1 VÀ 2 LÀ BAO LÂU?

Phải đợi tối thiểu 21 ngày cho Pfizer và 28 ngày cho Moderna. Mặc dầu không có hạn chế tối đa nhưng bạn nên nhận mũi thứ 2 càng gần, không cần phải tuyệt đối, sau 21 hay 28 ngày càng tốt. Điều cần nhất là mũi thứ 2 phải là của cùng một hãng thuốc của mũi thứ 1.

7. CHỪNG BAO LÂU SAU MỦI TIÊM THỨ 1, CƠ THỂ TÔI SẼ BẮT ĐẦU PHÁT TRIỂN KHẢ NĂNG MIỄN DỊCH?

Kết quả nghiên cứu cho thấy Pfizer vắc xin có hiệu quả chỉ 52% sau 21 ngày. 52% hiệu quả là không an toàn. Bạn cần tiêm cả 2 mũi để đạt được mức độ miễn dịch 95%. Kết quả nghiên cứu cho thấy Pfizer cần 21 ngày sau mỗi lần tiêm để có hiệu quả. Moderna cần 28 ngày. Do đó, bạn phải cẩn thận sinh hoạt cho vài tuần sau khi được tiêm mũi thứ 2. Cơ quan cung cấp dịch vụ y tế của bạn sẽ cung cấp cho bạn những hướng dẫn cần thiết sau khi tiêm thuốc.

8. SAU KHI NHẬN MỦI THỨ 2 VÀ ĐƯỢC MIỄN DỊCH, TÔI CÓ THỂ TRỞ LẠI SỐNG CUỘC SỐNG BÌNH THƯỜNG NHƯ TRƯỚC THỜI CÔ VI KHÔNG?

Chúng ta sẽ cần một thời gian khá dài trước khi có thể trở lại cuộc sống bình thường như trước thời Cô Vi có tiêm vắc xin hay không. Bạn phải tiếp tục đeo khẩu trang, giữ khoảng cách lẫn nhau, hạn chế tiếp xúc xã hội, tránh du hành không cần thiết, giữ vệ sinh căn bản, v.v. Lý

do là vì có thể đến 10% người được tiêm thuốc nhưng không có hiệu quả và sự tái nhiễm. Tái nhiễm rất hiếm nhưng có thể xảy ra. Hơn nữa, vắc xin không ngăn chặn sự nhiễm vi rút. Vắc xin chỉ giúp cơ thể bạn chống cự lại vi rút khi vi rút xâm nhập vào cơ thể của bạn. Bạn vẫn có thể bị nhiễm Cô Vi mặc dầu bạn được tiêm vắc xin. Tiêm vắc xin chỉ giảm sự đe dọa tính mạng khi bạn bị nhiễm trùng.

Tối thiểu 80% toàn dân số phải được tiêm vắc xin và phát triển khả năng chống vi rút để chặn sự lan rộng tiếp tục của Cô Vi. Lúc đó, chúng ta mới có thể trở lại cuộc sống bình thường. Nhà cầm quyền sẽ cho bạn biết khi những hạn chế để tránh nhiễm trùng được huỷ bỏ. Theo chuyên gia, chúng ta sẽ phải đợi đến mùa Thu năm nay (2021) 🙏🙏🙏

9. LÀM THẾ NÀO ĐỂ BIẾT CHẮC CHẮN LÀ CƠ THỂ TÔI CÓ KHẢ NĂNG MIỄN NHIỄM SAU KHI TÔI ĐƯỢC TIÊM VẮC XIN?

Kháng thể trong máu giúp xác nhận khả năng miễn nhiễm của cơ thể. Nhưng, hiện tại, chúng ta không đủ dữ liệu để xác định thời gian cơ thể có thể giữ kháng thể. Chương trình tiêm vắc xin Cô Xi bắt đầu vào tháng 9 năm 2020. Do đó, chúng ta phải đợi đến tháng 9 năm nay để xác định thời kỳ hiệu quả. Những nhà chuyên môn hi vọng là hiệu quả được giữ ít nhất 12 tháng và chúng ta chỉ cần tiêm vắc xin một năm một lần. Nhưng đó chỉ là hi vọng. Cần nhiều dữ liệu hơn để xác định.

10. TÔI CÓ NÊN UỐNG THUỐC GIẢM ĐAU TRƯỚC KHI TIÊM VẮC XIN KHÔNG?

Có lẽ không nên. Đau nhức và sưng nhẹ chỗ tiêm là những phản ứng bình thường. Cộng với việc hơi ớn lạnh là triệu chứng hệ thống miễn nhiễm của cơ thể bạn bắt đầu phản ứng chống vi rút. Một vài nghiên cứu cho thấy thuốc hạ sốt như aspirin, acetaminophen hay ibuprofen có thể làm sút giảm hiệu quả của vắc xin vì những thuốc hạ sốt này làm yếu khả năng miễn nhiễm của cơ thể bạn. Một số nhà chuyên môn khuyên công chúng nên tránh thuốc chống sốt ít nhất 6 tiếng đồng hồ trước và sau tiêm vắc xin.

11. TÔI CÓ NÊN LO LẮNG VỀ DỊ ỨNG KHÔNG?

Không nên nếu bạn không có tiền sử với sốc phản vệ (anaphylaxis). Chính phủ Anh Quốc khuyên công chúng với tiền sử sốc phản vệ với thức ăn, thuốc và vắc xin không nên dùng Pfizer vắc xin.

Sốc phản vệ có ảnh hưởng vào khoảng 5% dân số và thường xảy ra trong vòng 30 phút sau khi ăn những món ăn như đậu phộng hay sau khi tiêm vắc xin. Triệu chứng của sốc phản vệ gồm có nổi mề đay, sưng môi và lưỡi, khó thở, huyết áp thấp, và sốc. Ngay cả khi bạn có tiền sử nổi mề đay nhưng không có những triệu chứng khác, vắc xin Cô Vi vẫn là an toàn cho bạn. Cơ quan y tế sẽ kiểm tra tiền sử dị ứng của bạn trước khi tiêm và họ có thể giữ bạn lại ở phòng mạch trong 1 tiếng đồng hồ để quan sát và điều trị dị ứng nếu có.

12. TÔI PHẢI LÀM GÌ TRONG TRƯỜNG HỢP BỊ PHẢN ỨNG PHỤ BẤT NGỜ?

Trong trường hợp bị phản ứng phụ (side effect) với những triệu chứng khác hơn những triệu chứng nói trên bạn nên lập tức gọi bác sĩ. Bạn cũng nên sau đó báo cáo những phản ứng này với cơ quan chánh phủ (US government's Vaccine Adverse Events Reporting System - VAERS) qua trang mạng vaers.hhs.gov.

Nghiên cứu cho thấy vắc xin ngừa Cô Vi thật an toàn. Phản ứng phụ không thấm thiết gì khi so sánh với bệnh coronavirus.

13. TÔI ĐÃ CÓ COVID-19. TÔI CÓ NÊN TIÊM VẮC XIN NỮA KHÔNG?

Tốt hơn là nên tiêm vắc xin. Mặc dầu chính phủ chưa có thông báo chỉ thị chính thức cho những trường hợp này nhưng dữ liệu cho thấy có một số người đã bị tái nhiễm lại. Hơn nữa, chúng ta chưa biết rõ là cho bao lâu kháng thể tự nhiên sẽ tồn tại trong cơ thể của những người bị nhiễm dịch. Tóm lại, tiêm vắc xin là chuyện rất quan trọng và cần thiết. Xin đừng chậm trễ.



*Miễn Dịch Bầy Đàn - Herd Immunity
Càng nhiều người nhận vắc xin càng nhanh càng tốt*