

NOBYEMBRE 2025

Mga Bakuna sa COVID-19 – Ang Dapat Malaman ng Mga Nakatatandang Canadian



National Institute on Ageing

Iminumungkahing Sanggunian:

Sinha, S. K., Arulnamby, A., Herati, H., Vohra-Miller, S., & Johnstone, J. (2025). Mga Bakuna sa COVID-19 – Ang Dapat Malaman ng Mga Nakatatandang Canadian. National Institute on Ageing. Toronto, ON.

Padadalhang Address:

**National Institute on Ageing
Ted Rogers School of Management
350 Victoria St.
Toronto, Ontario
M5B 2K3
Canada**

Disclaimer

Ang kasalukuyang bersyon ng pamphlet ay naging posible sa pamamagitan ng pinansyal na suporta ng Moderna at Pfizer Canada. Ang lahat ng pananaliksik, pagsulat at rekomendasyon dito ay hiwalay na ginawa ng NIA batay sa maaasahang patunay.

Limitado lang sa pagbibigay na pinansyal na suporta ang pakikilahok ng Moderna at Pfizer Canada.



Tungkol sa National Institute on Ageing

Pinabubuti ng National Institute on Ageing (NIA) ang buhay ng mga nakatatandang nasa hustong gulang at ang mga sistemang sumusuporta sa kanila sa pamamagitan ng pagtitipon ng mga stakeholder, pagsasagawa ng pananaliksik, pagsusulong ng mga solusyon sa patakaran at mga inobasyon sa kagawian, pagbabahagi ng impormasyon at pagbabago ng mga pag-uugali. Mithiin namin na ang Canada ay maging isang lugar kung saan nararamdaman ng mga nakatatandang nasa hustong gulang na sila ay pinapahalagahan, kabilang, sinusuportahan, at mas handang tumanda nang may kumpiyansa.

Mga May-akda

Ang dokumentong gabay na ito ay isinulat nina:

Dr. Samir Sinha, MD, DPhil, FRCPC, FRSM, FCAHS, AGSF

Direktor ng Health Policy Research, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University;

Professor ng Medicine, Family and Community Medicine, Health Policy, Management and Evaluation, University of Toronto and Toronto Metropolitan University;

Geriatrician at Clinician Scientist, Sinai Health System and University Health Network

Arushan Arulnamby, MPH

Policy Analyst, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University

Dr. Hoda Herati, MBBS, MPH, PhD

Health Policy Researcher, National Institute on Ageing, Toronto Metropolitan University

Ms. Sabina Vohra-Miller, MSc

Tagapagtatag ng Unambiguous Science

Dr. Jennie Johnstone, MD, PhD, FRCPC

Medikal na Direktor, Infection Prevention and Control, Sinai Health;

Infectious Diseases Departmental Division
Director, University of Toronto;

Associate Professor, Departments of Medicine and Laboratory Medicine and Pathobiology, University of Toronto

Talahanayan ng Mga Nilalaman

8 Karaniwang Tanong Tungkol sa Mga Bakuna Laban sa COVID-19	6
7 Tanong na Partikular sa Mga Nakatatandang Nasa Hustong Gulang	11
6 na Tanong para sa Mga Partikular na Grupo ng Populasyon	15
Pagpapabulaan sa 3 Haka-haka Tungkol sa Mga Bakuna Laban sa COVID-19	18
5 Iba Pang Tanong na Dapat Isaalang-alang	20

Panimula

Simula noong huling bahagi ng 2020, may iba't ibang bakuna laban sa COVID-19 na ginawa, inaprubahan, at inirekomenda sa Canada batay sa pananaliksik at mga epidemiological na ulat. Ang mga balita tungkol sa mga bakuna laban sa COVID-19 na binubuo, ina-update, at inaaprubahan, kasama ang nagbabagong gabay kung ilan ang dapat iturok at kung kailan, ay tinanggap nang positibo pero mayroon ding kaunting pag-aalinlangan, partikular sa mga nakatatandang nasa hustong gulang at ilan sa mga pinakaapektadong kasapi ng ating lipunan.

Marami pa ring lehitimong katanungan at maling paniniwala tungkol sa mga bakuna laban sa COVID-19, kung paano nabuo ang mga ito at ano ang mga implikasyon ng mga ito sa ating personal na kalusugan. Mahalagang matugunan ang mga alalahaning ito dahil inilipat na ng Canada ang tuon nito mula sa yugto ng krisis patungo sa pangmatagalang pamamahala ng COVID-19.

Ang realidad ay nananatiling lubos na mas mataas ang panganib na maospital dahil sa malubhang karamdaman at pagkamatay mula sa COVID-19 sa mga nakatatandang nasa hustong gulang. Bukod pa rito, ni-rank ang COVID-19 bilang ika-6 na nangungunang sanhi ng pagkamatay sa Canada, kung saan 95% ng mga pagkamatay na ito ay nangyari sa tinatayang 7,528 nakatatandang Canadian noong 2023. At sa kasamaang-palad, ang karamihan sa mga kinalabasang ito ay maiiwasan sa pamamagitan ng bakuna.

Ang pamphlet na ito ay idinisenyo para sagutin ang 29 na karaniwang tanong na patuloy na lumilitaw tungkol sa mga bakuna laban sa COVID-19 sa mga nakatatandang Canadian at na magbigay ng mga sagot na batay sa ebidensya para mapanatili kayong up to date sa mga tunay na impormasyon.

8 Karaniwang Tanong Tungkol sa Mga Bakuna Laban sa COVID-19

Bakit mahalaga ang mga bakuna?

Ang ating katawan ay puwedeng makakuha ng iba't ibang bacteria, virus, o fungi na puwedeng magdulot ng mga sakit. Tinatawag na mga pathogen ang mga ito. Para labanan ang mga organismong ito na nagdudulot ng sakit, bumubuo ang immune system ng ating katawan ng mga antibody na nabubuo batay sa isang bahagi ng pathogen na tinatawag na antigen. Tumutulong ito na bumuo ng proteksyon laban sa sakit, na tinatawag na immunity. Sa ating katawan, mayroon tayong libo-libong antibody para sa mga antigen na nauugnay sa pathogen.

Kapag nakakatagpo ang ating katawan ng bagong pathogen, tulad ng virus na COVID-19, matatagalan ito bago mabuo ang mga partikular na antibody. Sa panahong handa na ang ating katawan na lumaban, ang impeksyon ay posibleng nagdulot na ng maraming pinsala na kung minsan ay posibleng magdulot ng malubhang sakit at pagkamatay. Gayunpaman, kapag nilabanan na nito ang virus, bumubuo rin ang ating katawan ng mga antibody na bumubuo ng mga memory cell, na tumutulong dito na maalala kung paano labanan ang partikular na virus na iyon. Samakatuwid, sa susunod na magkaroon ka ng contact sa parehong virus, naaalala ito ng iyong katawan at kaya nitong mabilis na isaayos ang sistema ng depensa nito laban dito.

Dito posibleng maging kapaki-pakinabang ang mga bakuna. Ang mga bakuna ay may pinahinang virus, mga hindi aktibong antigen o blueprint para makabuo ng mga antigen na nagti-trigger ng pagtugon ng immune system. Nagbibigay-daan ang mga ito na pabilisin ang immune response

laban sa iba't ibang pathogen. Ibig sabihin nito, kapag tumagal, kapag nakatagpo ng aktwal na pathogen ang iyong katawan, at naging immune ka na laban dito, mabilis nitong kinikilala at tinutugunan ito, at nilalabanan ito bago ito magdulot ng malulubhang isyu sa kalusugan.

Paano gumagana ang mga bakuna laban sa COVID-19 at alin ang available?

Sa kasalukuyan, para sa panahon ng 2025-26, iisa lang ang uri ng bakuna laban sa COVID-19 na available sa Canada, ang mga mRNA na bakuna (hal., **Spikevax**® mula sa Moderna at **Comirnaty**® mula sa Pfizer-BioNTech). Ang iba pang uri ng bakuna laban sa COVID-19, tulad ng protein subunit (hal., **Nuvaxovid**™ mula sa Novavax) at viral vector (hal., **Vaxzevria**™ mula sa AstraZeneca Canada), ay kasalukuyang hindi available. May iba't ibang dahilan kung bakit hindi available ang mga uri ng bakunang ito, kabilang ang mababang demand sa mga ito kumpara sa mga mRNA na bakuna.

Ang mRNA, o messenger RNA, ay isang natural na nabubuong molecule sa ating mga katawan na nagbibigay ng mga tagubilin para makagawa ng mga kinakailangang protein, na katulad ng isang recipe card. Bago ang pandemya ng COVID-19, nag-aaral at nagtatrabaho na ang mga mananaliksik at nagsisikap sa mga paggamot na mRNA-based sa loob ng ilang dekada. Noong naging available ang kinakailang impormasyon tungkol sa virus na nagdudulot ng COVID-19, nagsimula na ang mga siyentipiko na idisenyo ang unang mga mRNA na bakuna sa COVID-19.

Sa mga bakunang ito, ang synthetic na mRNA ay nagbibigay ng tagubilin sa katawan na gumawa ng isang hindi nakakasamang piraso ng spike protein na antigen na makikita sa surface ng aktwal na virus na COVID-19. Gumagana ang mga bakunang ito sa pamamagitan ng paghahatid ng mga tagubilin ng mRNA, na nagsisilbing recipe card na nagdidirekta sa katawan na gumawa ng kaunting spike protein na antigen. Nakikilala ng ating katawan na ang antigen na ito ay hindi likas sa katawan at pinapalakas nito ang immune response sa pamamagitan ng paggawa ng mga antibody na nagsisilbing proteksyon laban sa spike protein na antigen ng virus na COVID-19. Sa kalaunan, kapag ang ating katawan ay muling madapuan ng aktwal na virus na nagdudulot ng COVID-19, alam kaagad nito kung paano ito lalabanan. Ang mRNA sa isang bakuna ay hindi tumatagal sa katawan dahil mabilis itong kumakalat. Ang mRNA mula sa bakuna ay hindi makakarating sa iyong DNA o hindi nito ito mababago sa anumang paraan.

Ang mga mRNA na bakuna ay mga nakakasabik na siyentipikong teknolohiya at magbibigay-daan sa mga siyentista na magdisenyo ng mga bakuna para sa iba pang virus gaya ng influenza, respiratory syncytial virus (RSV), Zika, rabies, at cytomegalovirus (karaniwang kilala bilang CMV). Isinusulong din ang mga mRNA na bakuna bilang paraan para labanan ang cancer.

Aling mga bakuna ang kasalukuyang available?

Mula noong unang lumabas ito, nakagawa ang virus na COVID-19, na SARS-CoV-2, ng maraming variant. Sa nakalipas na apat na taon, ang Omicron variant ang naging pinakalaganap, na may iba't ibang subvariant. Ayon sa ebidensya, ang mga bakunang mas nakaayon sa variant ng COVID-19 ay nagbubunga ng mas malakas na tugon ng antibody.

Dahil dito, iba't ibang bersyon ng dalawang mRNA na bakuna laban sa COVID-19 ang inaprubahan sa Canada, ang **Spikevax**® (Moderna) at **Comirnaty**® (Pfizer-BioNTech), na tina-target ang iba't ibang subvariant ng Omicron.

Sa kasalukuyan, may dalawang bagong bersyon ng Spikevax® at Comirnaty® na available para sa 2025-26 para i-target ang kamakailang subvariant ng Omicron na LP.8.1.

Bilang resulta, inaasahan ang mga ito na magbigay ng mas mahusay na immune response kumpara sa mga dating available na bakuna laban sa COVID-19. Naipakita na sa mga klinikal na pagsubok na ang dalawang bakuna ay nagdudulot ng mahusay na immune response laban sa subvariant ng Omicron na LP.8.1.

Ano ang pagkakaiba ng primary series at ng mga karagdagang dosis?

Ang isang primary series ay kumakatawan sa (mga) inisyal na dosis ng mga bakuna sa COVID-19 na natatanggap ng isang indibidwal. Sa kasalukuyan, isang dosis ang inirerekomenda para sa karamihan ng mga tao, habang dalawa o tatlong dosis naman ang inirerekomenda para sa mga may mahinang immune system. Inirerekomenda ang alinman sa dalawang kasalukuyang available na bakuna para sa (mga) dosis ng primary series.

Ang dahilan kung bakit inirerekomenda ang mga karagdagang dosis pagkatapos ng primary series ay para pataasin ang proteksyon ng mga tao laban sa impeksyon dulot ng COVID-19, pati na rin sa sintomas at malubhang sakit na dulot ng COVID-19 na malamang na humina na mula noong huling pagpapabakuna o impeksyon. Tatlong buwan ang minimum na interval na dapat hintayin pagkatapos ng iyong huling dosis ng bakuna laban sa COVID-19 o impeksyon. Kapag nagpapasya sa pinakamainam na panahon kung kailan magpapabakuna, kabilang sa mga salik na dapat isaalang-alang ang kung gaano na katagal mula noong huling nagpabakuna o nagkaroon ng impeksyon, kung gaano na kalaganap ang mga impeksyon dulot ng COVID-19 sa iyong komunidad, at kung may mga paparating na pangyayari tulad ng malalaking medikal na procedure, malalaking pagtitipon, o paglalakbay. Ang mga bakunang ito ay nagbibigay ng mas mataas na mga antas ng proteksyon pagkatapos mismo ng pagbabakuna, at puwedeng gamitin para sa mga karagdagang dosis na ito ang alinman sa dalawang kasalukuyang available na bakuna.

Napakabilis na nabuo ng mga bakuna sa COVID-19. May mahalalagang hakbang bang nalaktawan sa pagbuo ng mga ito?

Ayon sa [website](#), ng Health Canada, ang lahat ng aprubadong bakuna laban sa COVID-19 ng Canada ay:

- nakatugon sa mga normal na ipinag-aatas para sa pag-apruba ng isang bakuna, kasama ang lahat ng karaniwang ipinag-aatas sa kaligtasan, kalidad, at bisa para sa mga bakuna, at walang ipinag-aatas ang naisantabi para aprubahan ang paggamit ng mga bakunang ito; at
- tuloy-tuloy na sinusubaybayan ang kalidad, kaligtasan, at pagiging epektibo ng mga ito.

Nagsama-sama ang mga bansa at kumpanya at nagtulungan sa paraang hindi pa natin nakita noon para tumulong na mabuo ang mga bakuna sa COVID-19. Isinapriyordad ng mga ahensyang pangkalusugan, mananaliksik, at manufacturer ng bakuna ang pagbuo ng mga bakuna ng COVID-19 sa pamamagitan ng pamumuhunan ng malaking pera, pag-redeploy ng mga kawani, at pagbuo ng ilang kolaborasyon para pagtuunan ang mga kaugnay na pagsisikap sa bakuna laban sa COVID-19. Wala sa rito ang nangyari nang hindi isinasalang-alang ang kaligtasan, at nagsagawa ng ibayong pag-iingat sa mga klinikal na pagsubok na kinakailangan para ipakita ang kaligtasan at bisa ng mga ito.

Kasama sa iba pang salik na nagpabilis sa paggawa ng mga aprubadong bakuna sa COVID-19:

- Ang pagbuo ng aming mga pinakaunang bakuna laban sa COVID-19 ay nakabatay sa ilang dekadang pananaliksik na isinagawa sa iba pang strain ng coronavirus bago ang COVID-19, tulad ng Middle East Respiratory Syndrome (MERS) at SARS-CoV (SARS).
- Pinadali ng mga karagdagang pag-unlad sa agham at teknolohiya ang pagbuo ng mga bagong bakuna; sa sandaling naisagawa ang genetic sequencing ng virus, na nangyari kaagad pagkatapos matuklasan ang virus na COVID-19, mabilis na nakakilos ang mga siyentista para lumikha ng iba't ibang kandidato sa bakuna at magsimula ng mga klinikal na pananaliksik.
- Matatag na internasyonal na kolaborasyon ng mga siyentista, propesyonal sa kalusugan, mananaliksik, industriya, at pamahalaan, kasama ang sapat na pagpopondo para maipatupad ang malalaking klinikal na pagsubok na kinakailangan para mas mabilis na masuri at maitatag ang kaligtasan at bisa ng mga bakunang binubuo.

Dapat bang gumamit ang mga tao ng acetaminophen (tinatawag ding Tylenol) o ng mga non-steroidal anti-inflammatory na gamot bago magpabakuna para maiwasan ang mga sintomas pagkatapos magpabakuna?

Bagama't puwedeng inumin ang mga gamot na ito para makontrol ang mga sintomas pagkatapos ng pagbabakuna, tulad ng pangingirot at/o pananakit ng ulo, hindi inirerekomendang regular na gamitin ang mga ito bago o habang isinasagawa ang pagbabakuna. Gayunpaman, kung sakaling nagamit ang gamot, puwede pa ring ipagpatuloy ang pagpapabakuna.

Kung kinakailangang makontrol ang mga sintomas pagkatapos ng pagbabakuna, puwedeng gumamit ng acetaminophen o mga non-steroidal anti-inflammatory na gamot.

Nagkaroon na ako ng COVID-19. Kailangan ko bang magpabakuna?

Kahit nagkaroon ka na dati ng COVID-19, makikinabang ka pa rin sa pagpapabakuna. Napatunayan na ang immunity na nabubuo pagkatapos magkaroon ng impeksyon at mabakunahan (na kilala bilang hybrid immunity) ay nagbibigay ng maigting na proteksyon laban sa impeksyon at malubhang sakit.

Para sa lahat ng indibidwal na nakatapos na ng kanilang primary series, puwedeng maghintay nang hindi bababa sa tatlong buwan bago tumanggap ng isa pang

dosis ng bakuna. Para sa mga indibidwal na hindi pa nagsisimula o hindi pa nakakakumpleto ng kanilang mga dosis ng primary series, puwedeng maghintay nang walong linggo mula noong nagkaroon ng impeksyon bago magpabakuna. Para sa mga indibidwal na may mahinang immune system, mas maikli ang interval, na puwedeng apat hanggang walong linggo. Ang lahat ng iminungkahing interval na ito ay gabay, at dapat isaalang-alang ang mga salik tulad ng panganib ng pagkakalantad at kalubhaan ng sakit. Sa pamamagitan ng mas mahahabang interval, mabibigyang-daan ang pagkakaroon ng mas mahusay na immune response, na isinasaalang-alang ang proteksyong naibigay na ng impeksyon.

Makikita sa ebidensya na ang pagbabakuna laban sa COVID-19 ay ligtas at karaniwang walang malubhang epekto, kahit para sa mga taong nagkaroon na ng impeksyon.

Kahit na ang isang indibidwal ay nakakuha na ng hybrid immunity mula sa naunang pagpapabakuna at impeksyon, unti-unting bumababa sa paglipas ng panahon ang kanyang proteksyon laban sa impeksyon. Ito ang isa sa mga dahilan kung bakit inirerekomenda ang mga karagdagang dosis sa paglipas ng panahon.

Puwede ba akong sabay na magpabakuna laban sa influenza at COVID-19?

Bukod pa sa bakuna laban sa influenza, ang mga bakuna laban sa COVID-19 ay puwede ring ibigay nang sabay, o anumang oras bago o pagkatapos ng ibang bakuna (hal., respiratory syncytial virus, pneumococcal, at shingles).

Makipag-usap sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa iba pang bakuna na inirerekomenda para sa iyo.

Para sa higit pang impormasyon tungkol sa mga inirerekomendang bakuna para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang, tingnan ang pahina 21.

7 Tanong na Partikular sa Mga Nakatatandang Nasa Hustong Gulang

Isa akong nakatatandang nasa hustong gulang. Dapat ba akong magpabakuna laban sa COVID-19?

Lubos na apektado ng mga impeksyon dulot ng COVID-19 ang mga nakatatandang nasa hustong gulang, kung saan ang mga 65 taong gulang pataas ay ang bumubuo sa 95% ng mga pagkamatay dahil sa COVID-19 sa Canada noong 2023.

Ang mga nasa hustong gulang na 85 taong gulang pataas ang pinakananganganib, na kumakatawan sa 56% ng mga pagkamatay dahil sa COVID-19 sa Canada noong 2023.

Epektibo at ligtas ba ang mga bakuna laban sa COVID-19 para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang?

Ang mga bakuna sa COVID-19 na inaprubahan sa Canada para sa paggamit sa mga nakatatandang Canadian ay napag-alaman na parehong talagang ligtas at epektibo.

Ang mga pagsubok sa bakunang Pfizer-BioNTech at Moderna ay nagtala ng maraming nakatatandang nasa hustong gulang sa mga orihinal na pagsubok sa bakuna ng mga ito para maitatag na parehong ligtas at mabisa ang mga bakuna laban sa COVID-19. sa grupo ng edad na ito.

Maraming benepisyong nauugnay sa pagtanggap ng bakuna laban sa COVID-19. Ayon sa pananaliksik, ang mga kamakailang bakuna laban sa COVID-19

ay nagpapataas ng proteksyon laban sa pagkakasakit pagkatapos malantad sa virus at makaranas ng malulubhang epekto (hal., pagkakaospital, kritikal na karamdaman), kahit sa mga populasyong nabakunahan na at/o nagkaroon na ng impeksyon. Habang nakatutulong sa pag-iwas sa impeksyon ang mga bakuna laban sa COVID-19, nakatutulong din ang mga ito na mabawasan ang posibilidad na maipasa sa iba ang virus.

Nakatutulong ang mga bakuna laban sa COVID-19 na mabawasan ang posibilidad na magkaroon ng kundisyon pagkatapos ng COVID-19 (na kilala rin bilang long COVID). Nagkakaroon ng ganitong kundisyon kapag ang mga sintomas ay tumatagal nang mahigit dalawang buwan at hindi pa rin nawawala tatlo o higit pang buwan pagkatapos magkaroon ng impeksyon. Puwedeng makaranas ng iba't ibang sintomas, kung saan ang pinakakaraniwan ay pagkapagod, pananakit, at pagbaba ng kalidad ng buhay. Posibleng may ilang partikular na grupo na mas nanganganib, kabilang ang mga kababaihan, mga taong may mga chronic na kundisyon sa kalusugan, at mga nagkaroon ng mas malubhang kaso ng COVID-19. Mas karaniwan sa mga nakatatandang nasa hustong gulang ang mga salik na ito ng panganib. Habang nakatutulong ang mga bakuna laban sa COVID-19 na maiwasan ang impeksyon, puwede ring makatulong ang mga ito na maiwasan ang long COVID, at ang mga nakatanggap ng dalawang dosis ay malamang na may karagdagang proteksyon kumpara sa mga hindi nabakunahan.

Inirerekomenda ng Public Health Agency of Canada at ng mga samahan ng mga propesyonal sa medisina at nurse ng Canada na magpabakuna ang lahat ng nakatatandang Canadian.

Noong Setyembre 2025, naging available ang mga bagong pormulasyon ng mga bakuna laban sa COVID-19 na nagta-target ng bagong subvariant at inaasahang magbibigay ng mas maigting na proteksyon laban sa mga kasalukuyang kumakalat na subvariant kumpara sa mga naunang available na bakuna.

Ano ang mga kasalukuyang rekomendasyon para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang kaugnay ng mga bakuna laban sa COVID-19?

Ang mga sumusunod na rekomendasyon ay ibinigay ng National Advisory Committee on Immunization (NACI) ng Canada at nakabatay sa pinakamahusay na available na ebidensya.

Inirerekomenda para sa lahat ng nakatatandang nasa hustong gulang, nakatanggap man sila noon ng mga bakuna laban sa COVID-19 o hindi, na tumanggap ng mga kasalukuyang available na bakuna laban sa COVID-19 (Pfizer-BioNTech at Moderna).

Naipakita na sa pamamagitan ng pagbabakuna, napapaigting ang proteksyon laban sa sakit na may sintomas at sa malubhang karamdaman, na posibleng humina na mula noong huling nabakunahan o naimpeksyon ang isang tao.

Inirerekomenda sa mga nakatatandang nasa hustong gulang na nakatapos na ng kanilang (mga) dosis ng primary series na tumanggap ng hindi bababa sa isang dosis ng bakuna laban sa COVID-19 bawat taon. Nagbigay rin ng magkakaibang gabay para sa pagtanggap ng pangalawang dosis. Ang mga nasa hustong gulang na 65 hanggang 79 na taong gulang ay puwedeng tumanggap ng pangalawang dosis ng mga kasalukuyang available na bakuna laban sa COVID-19, samantalang ang mga sumusunod na populasyon ay dapat tumanggap ng pangalawang dosis:

- Mga nasa hustong gulang na 80 taong gulang pataas
- Mga nasa hustong gulang na residente ng mga tahanan para sa pangmatagalang pangangalaga at iba pang congregate living na setting para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang
- Mga indibidwal na may mahinang immune system

Ang dahilan ng mga rekomendasyong ito ay ang unti-unting paghina ng proteksyon ng bakuna laban sa COVID-19 sa paglipas ng panahon, ang patuloy na pagkalat ng virus na SARS-CoV-2 sa buong taon, at ang mas mataas na panganib sa ilang partikular na grupo ng populasyon.

Ang mga indibidwal na nakatapos na ng kanilang primary series ay dapat maghintay nang hindi bababa sa tatlong buwan pagkatapos ng kanilang huling dosis ng bakuna laban sa COVID-19, o kung gusto nila, puwede rin silang maghintay nang tatlong buwan pagkatapos magkaroon ng impeksyon bago tumanggap ng isa pang dosis ng bakuna. Kapag nagpapasya sa pinakamainam na panahon kung kailan magpapabakuna, kabilang sa mga salik na dapat isaalang-alang ang kung gaano na katagal mula noong huling nagpabakuna o nagkaroon ng impeksyon, kung gaano na kalaganap ang mga impeksyon dulot ng COVID-19 sa iyong komunidad, at kung may mga paparating na pangyayari tulad ng malalaking medikal na procedure, malalaking pagtitipon, o paglalakbay. Mahalagang tandaan na pagkatapos mismo na mabakunahan, ang mga bakunang ito ay nagbibigay ng mas matataas na antas ng proteksyon.

Inirerekomenda para sa karamihan ng mga nakatatandang nasa hustong gulang na hindi pa kailanman nakatanggap ng anumang dosis ng bakuna laban sa COVID-19 o hindi pa nakakakumpleto ng kanilang mga dosis ng primary series na tumanggap ng isang dosis ng mga kasalukuyang available na bakuna laban sa COVID-19. Kung nagkaroon sila ng kamakailang impeksyon dulot ng COVID-19, kung gusto nila, puwede silang maghintay nang walong linggo bago magpabakuna. Para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang na may mahinang immune system, inirerekomenda ang isa hanggang tatlong dosis, na may interval na apat hanggang walong linggo. Nagbibigay ng mas maraming dosis para makatulong na mapahusay ang bisa ng bakuna at kabuuang immune response sa mga tao na ito.

**Ano ang mga side effect
ng mga bakuna laban sa COVID-19
sa mga nakatatandang nasa
hustong gulang?**

Ang mga nararanasang side effect ng bakuna ay karaniwang senyales na eksaktong ginagawa ng iyong immune system ang dapat nitong gawin: nagtatrabaho at binubuo ang iyong immunity para protektahan ka sa nilalabanan ng bakuna mo.

Ang mga side effect na nauugnay sa mga bakuna laban sa COVID-19 ay hindi naiiba sa mga nakatatandang nasa hustong gulang kumpara sa natitirang populasyon. Banayad at nawawala sa loob ng ilang araw ang mga lubos na karaniwang nararanasang side effect. Posibleng kabilang sa mga ito ang pangangirit, pagkapagod, at pananakit ng ulo, kalamnan, at kasukasan. Bihirang-bihira ang malulubhang side effect.

Ang pinakanakapagbigay ng kapanatagan ay walang natukoy na mga bagong side effect sa paggamit ng mga mas bagong bakuna laban sa COVID-19, at ayon sa datos ng patuloy na pagsubaybay, may mga side effect ang mga ito na katulad ng sa mga unang mRNA na bakuna laban sa COVID-19.

Makikita sa pambansang pag-uulat tungkol sa mga side effect ng bakuna laban sa COVID-19 sa Canada hanggang sa simula ng 2024 na ang mga nakatatandang nasa hustong gulang (na 60 taong gulang pataas) ay may pinakamababang naiulat na rate ng mga side effect ng bakuna kumpara sa lahat ng nasa hustong gulang.

**Libre pa rin ba ang mga
bakuna laban sa COVID-19,
at paano ko maa-access ang
mga ito?**

Mula noong magsimula ang pandemya, pinangunahan ng pamahalaang pederal ang pagbili ng mga bakuna laban sa COVID-19. Sa paglipat ng Canada sa pangmatagalang pangangasiwa sa COVID-19, ang mga pamahalaang panlalawigan at panteritoryo ay may responsibilidad na ngayon sa pagbili ng mga bakuna, gaya ng iba pang regular na pagbabakunang ibinibigay nila. Ang bawat lalawigan at teritoryo ay may responsibilidad na ngayon sa pagtukoy ng coverage at iskedyul ng pagbabakuna laban sa COVID-19 batay sa iba't ibang salik.

Sa kasalukuyan, ang lahat ng lalawigan at teritoryo (maliban sa Alberta) ay libreng nagbibigay ng bakuna laban sa COVID-19 para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang.

Sa Alberta, limitado ang coverage sa ilang partikular na grupo (hal., mga tumatanggap ng Alberta Seniors Benefit at mga kliyente ng home care). Kung mayroon kang pribadong plano sa gamot, posible rin nitong sagutin ang gastos sa bakunang ito kung hindi ito pinopondohan ng pamahalaan para sa iyo.

Depende sa iyong rehiyon, posibleng available ang mga bakuna sa iba't ibang lokasyon, kabilang ang mga botika, unit ng pampublikong kalusugan, o klinika ng doktor. Posibleng maging kwalipikado para sa pagbabakuna sa loob ng tahanan ang mga residente ng mga tahanan para sa pangmatagalang pangangalaga, mga assisted living o retirement home, o ang mga may problema sa pagkilos o accessibility.

Para sa higit pang impormasyon, makipag-usap sa iyong pangunahing provider ng pangangalagang pangkalusugan, parmasyutiko, o lokal na unit ng pampublikong kalusugan.

Nag-aalaga ako ng nakatatandang nasa hustong gulang na ayaw magpabakuna. Paano ko siya makukumbinsi na ligtas ito?

Puwede kang magpakita ng mga resource tungkol sa COVID-19 sa isang nakatatandang nasa hustong gulang na sumasagot sa mga tanong a partikular na may kaugnayan sa kanila.

Bigyang-diin din sa nakatatandang nasa hustong gulang na mahalaga sa iyong buhay na malubhang sakit ang COVID-19 at ang 95% ng mga pagkamatay dahil sa COVID-19 sa Canada noong 2023 ay mula sa mga nakatatandang Canadian.

Nauunawaan na posibleng may pag-aalinlangan ang mga nakatatandang nasa hustong gulang tungkol sa bakuna laban sa COVID-19, pero kapag nalaman nilang ang anumang posibleng panganib ng mga side effect na nauugnay sa pagbabakuna ay malamang na mas mababa kaysa sa posibilidad na mamatay dahil sa COVID-19, dapat itong magbigay sa kanila ng kapanatagan, lalo na kapag daan-daang milyong nakatatandang tao sa buong mundo ang ligtas nang nabakunahan laban sa COVID-19 sa kasalukuyan.

Isa pang mahusay na resource ng impormasyon ang mga provider ng pangangalagang pangkalusugan tulad ng mga doktor, nurse, at parmasyutiko na may sapat na kaalaman tungkol sa mga bakuna laban sa COVID-19.

Bukod pa sa pagpapabakuna, ano pa ang puwede kong gawin para maiwasan ang mga impeksyon dulot ng COVID-19?

May iba't ibang hakbang sa pagprotekta sa sarili na puwede mong gawin araw-araw para maiwasan ang pagkalat ng COVID-19 at iba pang virus sa respiratoryo.

- Kung hindi maganda ang pakiramdam mo, limitahan ang contact sa iba pang tao
- Magsuot ng mask kapag kinakailangan
- Pagandahin ang bentilasyon ng hangin kapag posible (hal., pagbubukas ng mga bintana)
- Isagawa ang wastong paglilinis ng kamay sa pamamagitan ng regular na paghuhugas ng kamay o paggamit ng hand sanitizer
- Magtakip kapag umuubo at bumabahing ka
- Linisan ang mga surface at bagay na madalas na hinahawakan o ginagamit

6 na Tanong para sa Mga Partikular na Grupo ng Populasyon

Dapat bang tumanggap ng bakuna laban sa COVID-19 ang mga nakatatandang nasa hustong gulang na may mga kundisyon sa kalusugan?

Ayon sa mga pag-aaral, hindi lang mas mataas ang posibilidad para sa malubhang resulta mula sa COVID-19 ang mga nasa hustong gulang na may kundisyon sa kalusugan, pero tumataas ang posibilidad kasama ng maraming kundisyon. Dahil dito, partikular na mahalaga ang pagpapabakuna para sa mga kundisyong nakalista sa ibaba. Kung mayroon kang hindi bababa sa isa sa mga sumusunod na medikal na kundisyon (gaya ng nabanggit ng Public Health Agency of Canada ng Canada), makipag-ugnayan sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan tungkol sa pagbabakuna:

- Cancer
- Cerebrovascular na sakit
- Chronic na sakit sa bato
- Ilang partikular na chronic na sakit sa atay
- Ilang partikular na chronic na sakit sa baga
- Cystic fibrosis
- Diabetes mellitus, type 1 at type 2
- Mga kapansanan
- Mga kundisyon sa puso
- Impeksyon dulot ng HIV
- Ilang partikular na disorder sa kalusugan ng pag-iisip
- Obesity
- Pagbubuntis at kamakailang pagbubuntis
- Mga pangunahing sakit sa immunodeficiency
- Paninigarilyo, kasalukuyan o dati
- Transplant sa solid organ o blood stem cell
- Tuberculosis
- Paggamit ng mga corticosteroid o iba pang immunosuppressive na gamot

Ligtas bang magpaturok ng bakuna laban sa COVID-19 para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang na may mga kundisyon sa kalusugan?

Sa pangkalahatan, ligtas para sa mga indibidwal na may kundisyon sa kalusugan na magpaturok ng mga bakuna laban sa COVID-19.

Pinapayuhan ang mga nasa hustong gulang na may mga kundisyon sa kalusugan, allergy, o umiinom ng mga gamot na ipagbigay-alam ito sa provider ng pangangalagang pangkalusugan na magbibigay ng bakuna para maiwasan ang anumang side effect at matiyak ang wastong paggamit ng mga bakuna. Para sa mga indibidwal na may mga disorder sa pagdurugo, dapat munang makontrol ang kanilang kundisyon bago magpabakuna para mabawasan ang posibilidad na magdugo. Gayunman, hindi itinuturing na nasa panganib ang mga tumatanggap ng pangmatagalang anticoagulation at puwede silang tumanggap ng mga bakuna laban sa COVID-19. Para sa mga nasa hustong gulang na may kasaysayan ng multisystem inflammatory syndrome, dapat ipagpaliban ang pagbabakuna hanggang sa gumaling o lumipas ang hindi bababa sa 90 araw mula noong na-diagnose, alinman ang mas matagal.

Dapat bang magpaturok ng bakuna laban sa COVID-19 ang isang taong may mga allergy?

Para sa mga indibidwal na may mga allergy, ang pagpapaturok ng bakuna laban sa COVID-19 ay nakadepende sa uri at tindi ng kanilang allergy.

Ang mga indibidwal na may kasaysayan ng mga allergy na hindi nauugnay sa mga iniksyon, may malubhang allergic reaction sa mga hindi nauugnay na iniksyon, o may pinaghihinalaang allergy sa isang sangkap ng bakuna ay puwedeng regular na maturukan ng mga bakuna laban sa COVID-19. Ang mga indibidwal na nakaranas ng banayad hanggang katamtamang agarang allergic reaction sa isang bakuna laban sa COVID-19 o sa isa sa mga sangkap nito ay puwedeng kumonsulta muna sa isang doktor o nurse na dalubhasa sa pagbabakuna bago magpatuloy. Sa kabilang banda, ang mga nakaranas ng malubha at agarang allergic reaction sa isang bakuna laban sa COVID-19 o sa isang sangkap ng bakuna ay dapat kumonsulta sa isang allergist o naaangkop na provider ng pangangalagang pangkalusugan. Ang haba ng oras ng pagbabantay sa isang tao pagkatapos na mabakunahan ay posibleng mag-iba-iba depende sa kasaysayan ng kanyang allergy, mula 15 minuto hanggang hindi bababa sa 30 minuto.

Ligtas bang magpaturok ng bakuna laban sa COVID-19 para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang na immunocompromised?

Ang mga immunocompromised na pasyente, o ang mga taong may mahinang immune system, ay may mas mataas na posibilidad na magkaroon ng malubhang karamdaman at mamatay dahil sa COVID-19.

Posibleng kasama rito ang mga nakatatandang tao na namumuhay nang may cancer, HIV, ang mga tumanggap ng transplant, o gumagamit ng mga steroid o iba pang gamot para gamutin ang ilang mga medikal na kundisyon, na tinatawag na immunosuppressant, na nagbabawas sa kakayahan ng katawan na labanan ang ilang impeksyon.

Dahil sa mas malaking posibilidad na magkaroon sila ng malubhang sakit at mamatay dahil sa mga impeksyon dulot ng COVID-19, dapat matanggap ng mga immunocompromised na tao ang mga bakuna laban sa COVID-19. Dahil wala sa mga kasalukuyang aprubadong bakuna ang naglalaman ng buhay na virus, walang posibilidad na mahawahan ng aktwal na virus kapag nagpapabakuna.

Malinaw na binibigyang-diin ang pangangailangan ng mga bakuna laban sa COVID-19 para sa mga nasa hustong gulang na may mahinang immune system, dahil inirerekomenda sa kanilang tumanggap ng maraming dosis anuman ang kanilang nakaraang kasaysayan ng pagbabakuna. Pakitingnan sa itaas ang impormasyon tungkol sa mga rekomendasyon ng NACI para sa mga indibidwal na immunocompromised.

Bukod pa rito, mainam na palaging kumonsulta sa iyong doktor para sa pinakabagong impormasyon at payo tungkol sa kaligtasan at bisa ng mga bakunang ito, dahil alam nila ang kabuuang medikal na sitwasyon mo.

Ligtas at inirerekomenda ba para sa mga taong may dementia ang bakuna laban sa COVID-19?

Ang edad ang pinakamalaking salik ng panganib para sa pagkakaroon ng dementia. Ang mga taong may dementia ay kadalasang may isa o higit pang chronic na kundisyon, at napatunayang mas mataas ang posibilidad nila, kumpara sa mga taong walang dementia, na magkaroon ng malubhang sakit at mamatay dahil sa COVID-19. At ang mga taong may dementia ay posibleng mas mahirapang matukoy mga sintomas ng COVID-19 at matugunan ang mga ito. Nagbibigay-diin ito sa higit pang kahalagahan ng pagtiyak na ang lahat ng nakatatandang Canadian, lalo na ang mga may dementia, ay makatanggap ng mga inirerekomendang dosis ng bakuna laban sa COVID-19.

Ito ang dahilan kung bakit inirerekomenda ng Public Health Agency of Canada, mga samahan ng mga propesyonal sa medisina at nurse ng Canada, at Alzheimer Society of Canada na ang lahat ng nakatatandang Canadian, kasama ang mga may dementia, ay mabakunahan ng dosis ng bakuna laban sa COVID-19 na inirerekomenda para sa kanila.

May ilang alalahanin na ang ilang limitadong side effect na nauugnay sa mga bakuna laban sa COVID-19, tulad ng pananakit ng ulo, pananakit ng kalamnan, pagkapagod, pananakit ng kasukasan, o pangiginig na puwedeng tumagal nang ilang araw ay posibleng magdulot ng pinatinding pagkalito sa isang tao na may dementia. Gayunpaman, ang mga side effect na ito pagkatapos ng pagbabakuna ay karaniwang mapapangasiwaan nang maayos gamit ang acetaminophen o iba pang paggamot.

Milyon-milyong nakatatandang tao sa buong mundo na may dementia ang ligtas nang nakatanggap ng kanilang mga bakuna laban sa COVID-19 at patuloy na binibigyang-diin ng mga medikal na eksperto na ang mga positibong benepisyo ng mga bakuna laban sa COVID-19 ay halos palaging mas matimbang sa anumang panganib, lalo na't partikular na inirerekomenda ang pagpapabakuna sa mga taong may dementia.

Isa akong miyembro ng isang racialized na komunidad at nag-aalinlangan akong pagpabakuna sa COVID-19. Paano ko malalaman na ligtas ito para sa akin?

Nauunawaan na ang mga indibidwal mula sa mga racialized na komunidad, partikular ang mga Black at Indigenous Canadian, ay posibleng mag-aalinlangan na magpabakuna dahil sa sistemikong racism at sa matagal nang kawalan ng tiwala sa sistema ng pangangalagang pangkalusugan ng Canada. Gayunpaman, ang mga Canadian of colour ay mas naapektuhan ng COVID-19 dahil sa mga pagkakaibang panlipunan, pang-ekonomiko, at pangkalusugan, at ang pagpapabakuna ay puwedeng magbigay sa kanila ng pinakamataas na antas ng proteksyon laban sa virus na ito. Inirerekomenda ng NACI na ang lahat ng nasa hustong gulang mula sa mga racialized at iba pang komunidad na hindi itinuturing nang patas ay tumanggap ng bakuna laban sa COVID-19, bilang pagkilala sa mga hindi pagkakapantay-pantay na patuloy na nararanasan ng mga populasyong ito.

Bukod pa rito, sinabi na ng Pfizer-BioNTech at Moderna na ang bisa ng kanilang mga bakuna ay hindi pabago-bago sa lahat ng edad, lahi, at etnisidad, at demograpiko ng kasarian.

Pagpapabulaan sa 3 Haka-haka Tungkol sa Mga Bakuna Laban sa COVID-19

Ang ibig sabihin ba ng pagpapabakuna ay magkakaroon ako ng COVID-19?

Ang mga bakuna laban sa COVID-19 na kasalukuyang available sa mga Canadian ay hindi magbibigay sa iyo ng COVID-19. Ang lahat ng bakuna ay naglalaman ng parang recipe card na ginagamit ng katawan para makagawa ng maliit at hindi nakakasamang piraso ng spike protein, na gaya ng protein sa virus na COVID-19, na tumutulong sa katawan na matukoy at labanan ang virus.

Ang bakuna sa COVID-19 ang walang aktuwal na virus na COVID-19, kaya hindi ka magkakaroon ng COVID-19 mula sa bakuna. Ang synthetic na mRNA na pangunahin sa mga bakuna laban sa COVID-19 ay mabilis ding kumalat kapag pumasok ito sa katawan.

Hindi gagawin ng bakuna laban sa COVID-19 na positibo ang isang nasopharyngeal (nasal) PCR test o Rapid Antigen Test (RAT). Kung magpopositibo ka sa COVID-19 sa isang RAT o PCR test, ang ibig sabihin nito ay may impeksyon ka dulot ng COVID-19, na hindi nauugnay sa bakuna.

Narinig kong nakakasama ang mga materyal sa bakuna. Totoo ba iyon?

Gaya ng nabanggit kanina sa pamphlet na ito, ang bakuna ng Pfizer-BioNTech at Moderna

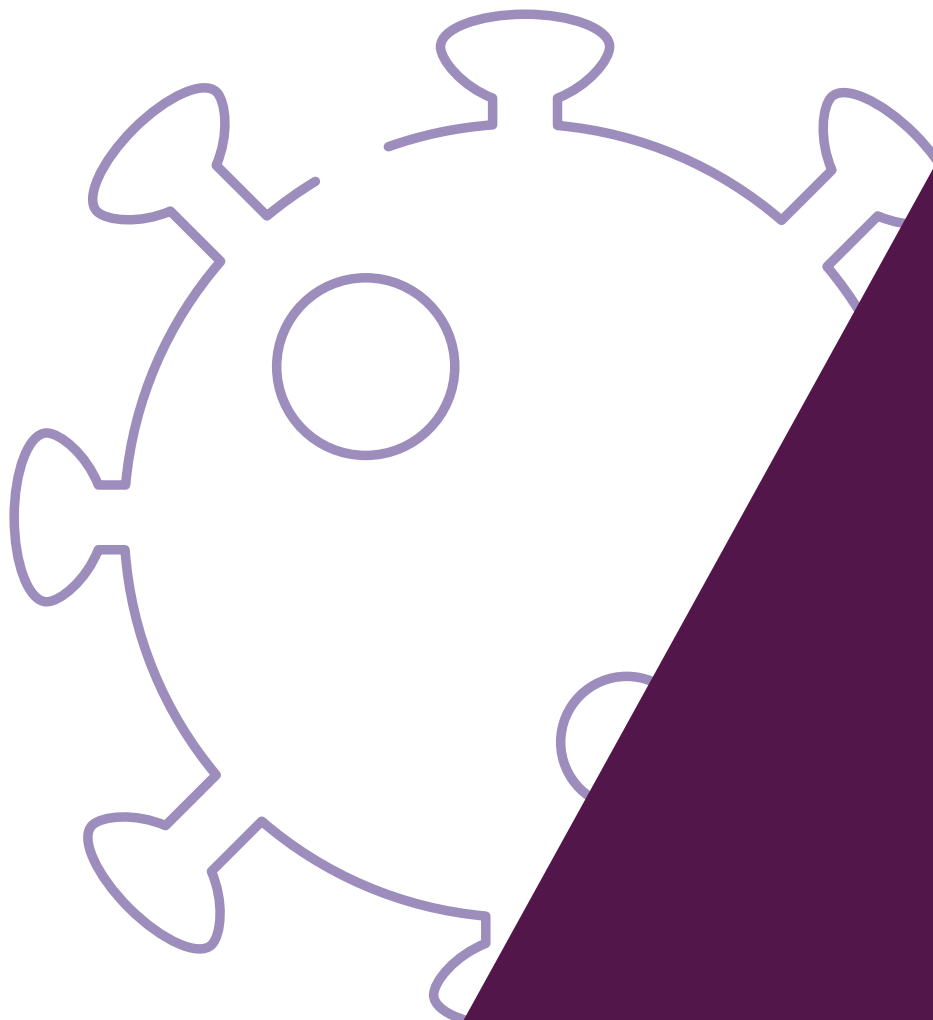
ay naglalaman ng mRNA kasama ang iba pang karaniwang sangkap ng bakuna, tulad ng mga fat, salt, at kaunting sugar. Ang mga bakuna ay walang live virus at hindi hahalo sa ating DNA.

Walang bakuna laban sa COVID-19 na naglalaman ng anumang gelatin o materyal mula sa hayop. Ang mga bakuna ng Pfizer-BioNTech at Moderna ay hindi binuo gamit ang mga fetal cell line. Mahalagang tandaan na wala sa mga bakuna ang may anumang fetal tissue o cell. Ang kasalukuyang aprubadong bakuna ay walang mga karaniwang allergen gaya ng latex at food protein (hal., mga itlog, gluten, produkto o byproduct ng nut). Ang mga bakuna ay walang anumang materyal gaya ng mga metal, implant, microchip, o tracking device.

Narinig kong ang mga indibidwal ay posibleng magkaroon ng myocarditis/pericarditis pagkatapos magpabakuna laban sa COVID-19. Totoo ba iyon?

May bihirang posibilidad sa mga indibidwal na magkaroon ng myocarditis (inflammation o pamamaga/pamumula ng kalamnan ng puso) at/o pericarditis (inflammation o pamamaga/pamumula ng lining sa labas ng puso) sa pamamagitan ng mga available na bakuna laban sa COVID-19. Gayunpaman, ang mga kasong ito ay pinakakaraniwan sa mga indibidwal na 12 hanggang 29 na taong gulang, partikular sa mga lalaki. Bagama't nangangailangan ng pagpapaospital ang karamihan sa mga indibidwal na ito, nakakatugon sila nang mabuti sa konserbatibong paggamot at mabilis silang gumagaling.

Ang mga indibidwal na nakaranas ng myocarditis o pericarditis mula sa isang nakaraang bakuna laban sa COVID-19, ay puwede pa ring makatanggap ng isa pang dosis pagkatapos itong higit na talakayin sa kanilang mga provider ng pangangalagang pangkalusugan. Kung may iaalok na isa pang dosis, ito ay dapat na **Comirnaty**[®] (Pfizer-BioNTech) dahil mas mababa ang naiulat na mga kaso ng myocarditis at/o pericarditis pagkatapos ng orihinal na bersyon ng **Comirnaty**[®] (Pfizer-BioNTech) kumpara sa orihinal na bersyon ng **Spikevax**[®] (Moderna).



5 Iba Pang Tanong na Dapat Isaalang-alang

Ilang nakatatandang nasa hustong gulang ang nabakunahan sa Canada?

Mula noong Hunyo 2024, 95% ng mga Canadian na 60 taong gulang pataas (hindi kasama ang Alberta) ang nakatanggap ng hindi bababa sa isang dosis ng bakuna laban sa COVID-19.

Gayunpaman, 10% lang ng mga nakatatandang Canadian (hindi kasama ang lahat ng residente ng Alberta at Quebec) ang up to date sa mga bakuna laban sa COVID-19 na inirerekomenda sa kanila.

Ipinapahiwatig nito na karamihan sa mga nakatatandang nasa hustong gulang sa Canada ay hindi naprotektahan ng mga pinakabagong bakuna laban sa COVID-19 na ginagawang available. Ang kasalukuyang available na bakuna laban sa COVID-19 ay inaasahang makakapagbigay ng mas mahusay na immune response laban sa mga kasalukuyang kumakalat na strain ng COVID-19, at mapapaigting din ng mga ito ang proteksyon laban sa may sintomas na sakit, at malubhang sakit na posibleng mabawasan mula sa huling pagpapabakuna o impeksyon ng isang tao.

Aling mga source ang dapat kong pagkatiwalaan na pagkukunan ng impormasyon tungkol sa bakuna laban sa COVID-19? Aking pangunahing provider ng pangangalaga? Ang balita?

Sa nakalipas na ilang taon, maraming bakuna laban sa COVID-19 ang inirekomenda sa Canada. Sa hinaharap, magkakaroon ng magkakaibang antas

ng coverage at gastos para sa mga bakunang ito, dahil ang mga lalawigan at teritoryo ng Canada na ngayon ang responsable sa pagbili ng mga bakuna laban sa COVID-19 at sa pagpapasya kung sino ang makatatanggap ng mga ito nang libre. Para sa pinakatumpak at up-to-date na impormasyon sa iyong lugar, dapat kang makipag-ugnayan sa iyong lokal na unit ng pampublikong kalusugan. Ang iyong pangunahing provider ng pangangalagang pangkalusugan ay mahusay rin na resource para sa pagsagot sa mga tanong tungkol sa pagbabakuna laban sa COVID-19. Mas pinipili ang mga source na ito kaysa sa mas pangkalahatang mga sanggunian (tulad ng mga news outlet o mga internasyonal na organisasyon gaya ng World Health Organization), na posibleng hindi nagbibigay ng gabay na partikular sa rehiyon na kasalukuyang nauugnay sa iyo.

Paano ako makakakuha ng talaan ng aking kasaysayan sa pagpapabakuna laban sa COVID-19?

May iba't ibang paraan para makakuha ng talaan ng iyong kasaysayan ng pagpapabakuna sa COVID-19. Kasama sa online na paraan ang mga sumusunod na tagubilin:

1. Mag-click sa sumusunod na link ng website: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/coronavirus-disease-covid-19/vaccines/vaccine-proof.html>.
2. Mag-click sa kahon ng iyong lalawigan/teritoryo.
3. Mag-click sa green na kahon para bisitahin ang hurisdiksyonal na website.
4. Ibigay ang kinakailangang impormasyon para makuha ang iyong patunay ng pagpapabakuna laban sa COVID-19.

Kasama sa paraan gamit ang telepono ang mga sumusunod na tagubilin:

5. Makipag-ugnayan sa iyong pangunahing provider ng pangangalagang pangkalusugan, dahil mayroon dapat silang talaan ng iyong mga bakuna laban sa COVID-19.
6. Kung hindi mo makukumpirma ang iyong kasaysayan sa pagpapabakuna, magtanong sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan para sa ibang paraan para subukang tukuyin ito.

Kailangan ba naming patuloy na magpaturok ng dosis ng bakuna kada taon?

Isa pa ring seryosong usapin sa pampublikong kalusugan ang COVID-19 dahil puwede itong magdulot ng malulubhang resulta tulad ng mga pagkakaospital at pagkamatay. Hindi gaya ng iba pang virus sa respiratoryo (hal., influenza), ang virus na SARS-CoV-2 ay umiikot sa buong taon, na may mga panahong tumataas ang bilang ng mga impeksyon. Ang NACI ay magbibigay sa mga Canadian ng mga karagdagang rekomendasyon batay sa kasalukuyang pagkalat ng virus na SARS-CoV-2 at pagiging available ng mga bagong bakuna laban sa COVID-19.

Gayunpaman, hindi dapat maghintay ang mga indibidwal sa mga pasyang ito at dapat silang kumilos na ngayon sa pagtanggap ng mga inirerekomenda bakuna.

Mayroon bang iba pang bakunang dapat kong kunin?

May lima pang bakuna na inaprubahan at/o inirerekomenda para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang sa Canada, kabilang ang:

Mga Sakit na Maiiwasan sa Pagpapabakuna	Tagal ng (Mga) Dosis ng Bakuna
Influenza (flu)	Isang dosis kada taon
Respiratory syncytial virus (RSV)	Isang dosis
Pneumococcal na sakit (pulmonya)	Isang dosis
Shingles	Dalawang dosis
Tetanus at diphtheria	Bilang ng mga dosis batay sa kasaysayan ng pagbabakuna

Ang karamihan ng mga inirerekomendang bakuna ay puwedeng ibigay nang magkasabay. Makipag-usap sa iyong provider ng pangangalagang pangkalusugan hinggil sa pananatiling up to date sa mga bakunang inirerekomenda sa iyo.

Mga Karagdagang Kapaki-pakinabang na Resource

- **Coronavirus Disease (COVID-19) (Public Health Agency of Canada)**
Nagbibigay ng mga link sa iba't ibang resource ng pambansang pamahalaan tungkol sa kasalukuyang pagkalat ng virus na SARS-CoV-2, pag-iwas at pamamahala sa COVID-19, at impormasyon para sa mga partikular na grupo, kabilang ang mga nakatatandang nasa hustong gulang.
- **Pamphlet ng Isang Gabay sa Mga Bakuna para sa Mga Nakatatandang Canadian (National Institute on Ageing)**
Nagbibigay ng impormasyon tungkol sa mga sakit na maiiwasan sa pagpapabakuna, mga pambansang rekomendasyon sa bakuna, mga gastusin at availability ng mga ito para sa mga nakatatandang nasa hustong gulang sa Canada.
- **Mga One-Pager ng Bakuna sa Lalawigan/Teritoryo (National Institute on Ageing)**
Isang pahinang buod tungkol sa pambansang rekomendasyon sa bakuna, kasama ang coverage sa bakuna at mga resource para sa bawat lalawigan at teritoryo sa Canada.

Para matuto pa tungkol sa NIA, bisitahin
ang aming website sa www.NIAgeing.ca
at i-follow kami sa Twitter [@NIAgeing](https://twitter.com/NIAgeing)