

Transcripción

Cada año, miles de adultos sufren de enfermedades graves y muchos pueden incluso morir de enfermedades que pueden ser prevenidas. La buena noticia es que usted mismo puede protegerse de algunas de estas enfermedades y la mejor manera es vacunarse.

Muchas enfermedades graves son en realidad causadas por virus y bacterias diminutas que usted ni siquiera puede ver. Algunos viven en superficies y pasan de persona a persona a través del tacto. Algunos viajan por el aire a través de un estornudo o de la tos. Algunos virus pueden pasar a través de la sangre u otros fluidos corporales. Y otros pueden estar viviendo ya en su cuerpo.

Sin embargo cuando usted recibe estos gérmenes, una vez que ellos entran en su cuerpo, pueden hacer daño y causar una infección porque su cuerpo no sabe cómo luchar contra ellos. Por eso es que las vacunas son tan importantes.

Una vacuna contiene una parte debilitada o muerta de un germen. Cuando usted recibe una vacuna, el germen entra en su cuerpo pero no lo enferma. En lugar de ello, su cuerpo produce anticuerpos. Los anticuerpos luchan contra el germen para proteger a su cuerpo.

Cada vacuna que usted recibe le enseña a su cuerpo cómo combatir ese virus o bacteria. Cuando su cuerpo entra en contacto con esos gérmenes de nuevo, ya tiene la capacidad de luchar contra ellos y puede prevenir la infección.

Cada año, reciba una vacuna contra la influenza. Esta vacuna lo protege a usted de la gripe y normalmente está disponible al comienzo de la temporada de gripe; alrededor de Septiembre de cada año. Otras vacunas se administran en función de su edad, estilo de vida e historia médica. Por lo tanto, en cada cita médica, hable con su proveedor del cuidado de la salud acerca de las vacunas específicas que usted pueda necesitar.

Es una buena idea conservar una lista de todas las vacunas que usted recibió para que sepa que está protegido y no duplicar una dosis en el futuro. Pídale a su proveedor del cuidado de la salud una copia impresa de sus registros o guarde un registro usted mismo. Sus registros deben incluir la fecha, el tipo de dosis de la vacuna y dónde la recibió. Haga que un miembro de la familia sepa donde guarda usted esta lista en caso de una emergencia.

Si usted cree que es hora de recibir una vacuna específica o su proveedor del cuidado de la salud le recomendó una, por lo general puede recibir la vacuna durante su cita médica. O usted puede obtenerla en su farmacia local o clínica de salud comunitaria.

Su proveedor de seguros puede cubrir el costo de su vacuna, pero usted puede llamar antes para que conozca sus beneficios.

La mayoría de las vacunas son administradas por inyección, pero algunas, como la vacuna contra la gripe, pueden ser administradas a través de un aerosol nasal.

Las vacunas son seguras. Pero como con cualquier medicamento, existe un pequeño riesgo de efectos secundarios. El efecto secundario más común de cualquier vacuna es una reacción alérgica en el lugar de la inyección.

Su proveedor del cuidado de la salud le dará a usted una lista completa de los posibles efectos secundarios. Si usted está preocupado o si ha tenido una reacción a una vacuna en el pasado, asegúrese de hablar con su proveedor del cuidado de la salud antes de recibir la vacuna.

Si usted no se siente bien cuando la inyección está programada, hable con su proveedor del cuidado de la salud o farmacéuta. Le pueden recomendar que espere hasta que usted se sienta mejor para recibir la vacuna.

Las inmunizaciones en los adultos son una parte importante para mantenerse saludable. Ellas protegen su cuerpo contra muchas enfermedades que pueden causar serios problemas de salud. Hable con su proveedor del cuidado de la salud o farmacéuta sobre las vacunas que usted puede necesitar y protéjase hoy mismo.