


ADULT VACCINATION FACTS



Vaccines protect adults from 14 serious, possibly deadly, diseases. Adults need shots based on:

- ✓ Age
- ✓ Job
- ✓ Health conditions
- ✓ Lifestyle
- ✓ Travel
- ✓ Vaccination history

Why Get Shots?

- ✓ Stay healthy.
- ✓ Prevent hospital stays.
- ✓ Avoid missed work.
- ✓ Protect people around you, like babies and cancer patients.



PROTECT YOURSELF FROM PREVENTABLE DISEASES BE WISE — IMMUNIZE



Shots Adults Need

Everyone

- ▶ Flu: yearly
- ▶ Tdap (tetanus/lockjaw, diphtheria, and whooping cough): once as an adult, then Td every 10 years

Pregnant Women

- ▶ Tdap during each pregnancy (Others caring for baby may need Tdap, too.)
- ▶ Flu (protects mom and baby up to age 6 months)

Seniors

- ▶ Pneumococcal (lung and blood infections): 2 different shots at age 65 or older
- ▶ Zoster (shingles): at age 60

Other Shots (if missed as a child or have risk factors)

- ▶ HepA and HepB (hepatitis A and B)
- ▶ HPV (human papillomavirus)
- ▶ MMR (measles, mumps, and rubella)
- ▶ Meningococcal
- ▶ Travel vaccines (for illnesses like typhoid)
- ▶ Varicella (chickenpox)



Vaccinations are:

- ✓ **Important:** Shots are needed at all ages.
- ✓ **Safe:** Side effects usually are mild and brief, like a sore arm or redness.
- ✓ **Effective:** Vaccines prevent some cancers and deaths from flu.

Ask your doctor if you've had all the shots you need. Most insurance plans now pay for vaccinations at no cost to you.



Be Wise — ImmunizeSM
Physicians Caring for Texans

Source: Centers for Disease Control and Prevention

Be Wise — Immunize is a joint initiative led by TMA physicians and medical students, and the TMA Alliance. It is funded in 2016 by TMA Foundation thanks to major gifts from H-E-B and TMF Health Quality Institute, along with generous contributions from physicians and their families.

Be Wise — Immunize is a service mark of the Texas Medical Association.
www.texmed.org/bewise

© Texas Medical Association 2016.

300807.7/16

LA VERDAD SOBRE LAS VACUNAS PARA LOS ADULTOS

Las vacunas protegen a los adultos de 14 enfermedades graves, posiblemente mortales. Los adultos necesitan vacunarse en base a:

- ✓ Su edad
- ✓ Su estilo de vida
- ✓ Su trabajo
- ✓ Sus viajes
- ✓ La condición de su salud
- ✓ Su historial de vacunación

¿Por qué hay que darse las vacunas?

- ✓ Para mantenerse sano
- ✓ Para evitar tener que hospitalizarse
- ✓ Para evitar faltar al trabajo
- ✓ Para proteger a la gente que lo rodea, como los bebés y los pacientes con cáncer



PROTÉJASE DE LAS ENFERMEDADES QUE PUEDEN PREVENIRSE **BE WISE — IMMUNIZE**



Vacunas que los adultos necesitan darse:

Para todos

- ▶ Contra la influenza: todos los años
- ▶ Tdap (tétanos, difteria, y tos ferina): una vez de adulto, después tétanos/difteria cada 10 años

Para las mujeres embarazadas

- ▶ Tdap durante el embarazo (si hay otros que cuidan al bebé, también pueden necesitar la Tdap)
- ▶ Contra la influenza (protege a la madre, y al bebé hasta los 6 meses)

Para los adultos mayores

- ▶ Contra el neumococo (infecciones de los pulmones y la sangre): 2 vacunas diferentes a los 65 o mayores
- ▶ Contra herpes zóster (culebrilla): a los 60 años

Otras vacunas (si no se las dio en la infancia, o si presenta factores de riesgo)

- ▶ Hepatitis A y hepatitis B
- ▶ VPH (virus del papiloma humano)
- ▶ MMR (sarampión, paperas, y rubéola)
- ▶ Vacuna antimeningocócica
- ▶ Vacunas para viajes (contra enfermedades como la tifoidea)
- ▶ Varicela



Las vacunas son:

- ✓ **Importantes:** Se necesitan inmunizaciones a todas las edades.
- ✓ **Seguras:** Los efectos secundarios en general son leves, como dolor o enrojecimiento en el brazo, y no duran mucho tiempo.
- ✓ **Efectivas:** Las vacunas protegen contra ciertos cánceres, y de la muerte causada por la influenza.

Pregúntele a su doctor si usted se ha dado todas las vacunas que necesita. La mayoría de los planes de seguros ahora paga por las vacunas sin ningún costo para usted.



Be Wise — ImmunizeSM
Physicians Caring for Texans

Fuente de esta información: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
Be Wise — Immunize es una iniciativa conjunta liderada por los médicos de TMA, por estudiantes de medicina, y por TMA Alliance. En 2016 está realizada con fondos de TMA Foundation gracias a importantes donaciones de H-E-B y TMF Health Quality Institute, junto con generosas contribuciones de médicos y sus familias.

Be Wise — Immunize es una marca de servicio de Texas Medical Association.
www.texmed.org/bewise