

# Protect Your Baby from Whooping Cough (Pertussis) & Flu!

## Family Members Need Tdap & Flu Vaccines

Pertussis (Whooping Cough) and influenza (flu) infections can cause serious and sometimes life-threatening health problems in babies, especially in their first 6 months of life.

- About half of infants diagnosed with whooping cough become hospitalized.
- Four out of five babies with whooping cough were infected by someone at home.

### How to protect your baby before 6 months of age?

Newborns are too young to receive the Tdap (Tetanus, diphtheria, and pertussis) and Flu vaccine. So, it is very important for the mother and household members to get the vaccine before having contact with the baby.

- **Pregnant women** need to get the **flu** vaccine anytime during pregnancy and **Tdap** vaccine (best between 27- 36 weeks) **with every pregnancy**.
- **All adults and adolescents in contact with the baby** need to get the **flu and Tdap vaccines**. This includes: partners, fathers, grandparents, caregivers, and siblings. The flu vaccine is recommended **every year**. Unless you are pregnant, the current Tdap recommendation is **once during adulthood** (after 19 years old). Adults should be immunized before caring for a baby. If you are not sure when you last received the Tdap vaccine you should get the vaccine again right after the baby is born.

### Where to get Tdap (whooping cough) and Flu Vaccines?

The best place to get these vaccines is at your health provider's office. They are included at no extra cost if you have health insurance, Medi-Cal, Medicare or Healthy SF. If you do not have health insurance you can go to the health department or pharmacies listed below.

Locations	Cost	Schedule
<b>AITC Immunization and Travel Clinic</b> <b>San Francisco Department of Public Health</b> 101 Grove Street, Room 102 (at Polk) (415) 554-2625 <a href="http://www.TravelClinicSF.org">www.TravelClinicSF.org</a>	Flu: \$26 Tdap: \$26 (if uninsured)	Tuesday 9am- 3pm Mon, Wed, Thurs, Friday 9am- 4pm
<b>Costco</b> 450 - 10 <sup>th</sup> St. (415) 626-4471 <a href="http://www.costco.com">www.costco.com</a>	Flu: \$14.99 Tdap: \$48.89	Monday-Friday 10am -7pm Saturday 9am- 6pm
<b>CVS Pharmacy</b> <a href="http://www.cvs.com">www.cvs.com</a>	Flu: \$31.99 Tdap: \$64.99	Check with local pharmacy for hours
<b>Safeway</b> <a href="http://www.safeway.com">www.safeway.com</a>	Flu: \$30 Tdap: \$59.99	Monday-Friday 9am-8pm Saturday-Sunday 9am-5:30pm
<b>Target</b> 789 Mission St. (415) 343-6273 2675 Geary Ave. (415) 796-5281 <a href="http://www.target.com">www.target.com</a>	Flu: \$24.99 Tdap: \$63.99	Monday-Friday 7am-7pm Saturday-Sunday 9am-6pm
<b>Walgreens Pharmacy</b> <a href="http://www.walgreens.com">www.walgreens.com</a>	Flu: \$31.99 Tdap: \$63.99	Check with local pharmacy for hours

\*Prices are subject to change, please check website or call location.

# ¡Proteja a su bebé de la tos ferina (pertussis) y la gripe!

## Los familiares necesitan ponerse las vacunas Tdap y contra la gripe

Las infecciones de pertussis (tos ferina) e influenza (gripe) pueden causar problemas de salud graves y a veces pueden poner en riesgo la vida de los bebés, especialmente en sus primeros 6 meses de vida.

- Aproximadamente la mitad de los niños pequeños diagnosticados con tos ferina son hospitalizados.
- Cuatro de cada cinco bebés con tos ferina fueron contagiados por alguien de su casa.

### ¿Cómo proteger a su bebé antes de los 6 meses de edad?

Los recién nacidos son demasiado jóvenes para recibir la vacuna contra el tétanos, la difteria y la tos ferina (Tdap) y la vacuna contra la gripe. Así que es muy importante que la madre y los familiares que vivan con el bebé se vacunen antes de tener contacto con él.

- **Las mujeres embarazadas** necesitan ponerse la vacuna contra la **gripe** en cualquier momento del embarazo y la vacuna **Tdap** (de preferencia entre las semanas 27 y 36) **en cada embarazo**.
- **Todos los adultos y adolescentes que tengan contacto con el bebé** necesitan ponerse la vacuna contra la **gripe y la vacuna Tdap**. Esto incluye a las parejas, los padres, los abuelos, los cuidadores y los hermanos. Se recomienda ponerse la vacuna contra la gripe **cada año**. A menos que esté embarazada, la recomendación actual para la vacuna Tdap es ponérsela **una vez durante la edad adulta** (después de los 19 años de edad). Los adultos deben vacunarse antes de cuidar a un bebé. Si no está segura de cuándo recibió la vacuna Tdap por última vez, debe ponérsela otra vez en cuanto nazca el bebé.

### ¿Dónde puedo ponerme la vacuna Tdap (contra la tos ferina) y la vacuna contra la gripe?

El mejor lugar para recibir estas vacunas es el consultorio de su proveedor de atención médica. Están incluidas sin costo adicional si usted tiene seguro médico, Medi-Cal, Medicare o Healthy San Francisco. Si no tiene seguro médico, puede ir al departamento de salud o a las farmacias a continuación. \*Los precios están sujetos a cambios; consulte el sitio web o llame a alguno de los centros.

Ubicación	Costo	Horario
<b>Clínica para Viajes e Inmunización de Adultos (Adult Immunization and Travel Clinic, AITC)</b> <b>Departamento de Salud Pública de San Francisco</b> 101 Grove Street, Sala 102 (en Polk) (415) 554-2625 <a href="http://www.TravelClinicSF.org">www.TravelClinicSF.org</a>	Gripe: \$26 Tdap: \$26 (si no tiene seguro médico)	Martes 9a.m - 3p.m Lunes, miércoles, Jueves y viernes 9a.m- 4p.m
<b>Costco</b> 450 - 10 <sup>th</sup> St. (415) 626-4471 <a href="http://www.costco.com">www.costco.com</a>	Gripe: \$14.99 Tdap: \$48.99	Lunes a viernes 10am-7pm Sábados 9am-6pm
<b>Farmacia CVS</b> <a href="http://www.cvs.com">www.cvs.com</a>	Gripe: \$31.99 Tdap: \$64.99	Verifique los horarios en la farmacia de su localidad.
<b>Safeway</b> <a href="http://www.safeway.com">www.safeway.com</a>	Gripe: \$30 Tdap: \$59.99	Lunes a viernes 9a.m - 8p.m Sábados y domingos 9a.m - 5:30p.m
<b>Target</b> 789 Mission St. (415) 343-6272 2675 Geary Ave. (415) 796-5281 <a href="http://www.target.com">www.target.com</a>	Gripe: \$24.99 Tdap: \$63.99	Lunes a viernes 7 a.m - 7 p.m Sábados y domingos 9 a.m - 6 p.m
<b>Farmacia Walgreens</b> <a href="http://www.walgreens.com">www.walgreens.com</a>	Gripe: \$31.99 Tdap: \$63.99	Verifique los horarios en la farmacia de su localidad.

# 保護寶寶，遠離百日咳與流感！

## 家庭成員需要注射破傷風白喉百日咳 混合疫苗及流感疫苗

百日咳與流行性感冒（流感）會對兒童造成嚴重的健康問題，有時甚至危及生命，尤其是不足六個月大的嬰兒。

- 診斷為百日咳的嬰兒，有一半需要住院。
- 寶寶患上百日咳，十中有八是因為受到家中某人的感染。

### 如何保護不足六個月大的寶寶？

新生嬰兒接種 Tdap（破傷風、白喉、百日咳混合疫苗）及流感疫苗為時過早。那麼，媽媽和家庭成員就必須先接種疫苗，才能接觸寶寶。

- **孕婦**可在孕期內隨時接種**流感**疫苗，而**每次懷孕**都要接種 **Tdap** 疫苗（最佳接種時間為 27–36 週）。
- **凡是接觸寶寶的所有成人和青少年**都需要接種**流感**及 **Tdap** 疫苗，包括：伴侶、父親、（外）祖父母、護理人員、兄弟姐妹等。建議**每年**都要接種**流感**疫苗。除去懷孕期間，建議在**成人後（19 歲之後）**接種一次 Tdap 疫苗。成人應先獲得免疫，才能照顧寶。如果你不確定上次接種 Tdap 疫苗的時間，你應在寶寶出生后立即接種疫苗。

### 到哪裡注射 Tdap（百日咳）和流感疫苗？

最好到你的醫療服務所接種疫苗。如果你有投保 Medi-Cal、Medicare、Healthy SF 等醫療保險，注射這些疫苗不需要額外的費用。如果你沒有醫療保險，那麼你可以去下列醫療部門或藥房。

機構	費用	注射疫苗安排表
<b>AITC Immunization and Travel Clinic</b> 三藩市公共衛生部 101 Grove Street, Room 102 (at Polk) (415) 554-2625 <a href="http://www.TravelClinicSF.org">www.TravelClinicSF.org</a>	流感：\$26 Tdap: \$26 (如無保險)	星期二上午九時至下午三時 星期一、三、四、五 上午九時至下午四時
<b>Costco</b> 450 - 10 <sup>th</sup> St. (415) 626-4471 <a href="http://www.costco.com">www.costco.com</a>	Flu: \$14.99 Tdap: \$48.89	星期一至星期五上午十時至晚上七時 星期六上午九時半至下午六時
<b>CVS Pharmacy</b> <a href="http://www.cvs.com">www.cvs.com</a>	流感：\$31.99 Tdap: \$64.99	向當地藥房確認時間
<b>Safeway</b> <a href="http://www.safeway.com">www.safeway.com</a>	流感：\$30 Tdap: \$59.99	星期一至星期五上午九時至晚上八時 星期六、星期日上午九時至下午五時半
<b>Target</b> 789 Mission St. (415) 343-6272 2675 Geary Ave. (415) 796-5281 <a href="http://www.target.com">www.target.com</a>	流感：\$24.99 Tdap: \$63.99	星期一至星期五上午七時至晚上七時 星期六、星期日上午九時至下午六時
<b>Walgreens Pharmacy</b> <a href="http://www.walgreens.com">www.walgreens.com</a>	流感：\$31.99 Tdap: \$63.99	向當地藥房確認時間

\*價格可能有變，請到網站或撥打相應機構確認。