

Adult Immunizations

Stay Protected



What Does Immunization Mean?

Immunizations (vaccines) protect your body against diseases that can make you very sick or even cause death.

How Do Vaccines Work?

Vaccines teach your body to fight against diseases. They can stop you from getting sick or make sickness less serious. They also help stop the spread of germs, keeping others healthy.

Why Do Adults Need Vaccines?

Vaccines you got as a child can wear off and some weren't available when you were a kid. You might need new vaccines for new diseases.



When Should I Get Vaccinated?

The chart below is a vaccination schedule for healthy adults based on age.

Ages:	19-26	27-49	50-65	65+
Influenza*	1 dose every year			
COVID-19*	1 dose of updated vaccine			
Td/Tdap*	1 dose every 10 years			
HPV	2-3 doses			
Hep B	2-4 doses			
Shingles	2 doses			
Pneumococcal	1 dose			
RSV*	1 dose			

* Getting vaccinated during pregnancy is crucial for protecting your baby in their first year of life.

Vaccines Protect You From:

- **Influenza (Flu):** A virus that affects the nose, throat and lungs. It spreads easily, causing severe illness, even death to those at high risk.
- **Tdap/Td:** Tetanus (painful muscle stiffness), diphtheria (breathing problems) and, with Tdap, whooping cough (severe coughing fits), which is dangerous to babies.
- **Shingles (Zoster):** A painful rash that can cause long-lasting nerve pain.
- **Pneumococcal:** Causes pneumonia, meningitis and infections in the blood, especially in older adults and people with health problems.
- **Hepatitis B (Hep B):** A liver infection spread through blood or body fluids that can lead to liver disease or cancer.
- **Human papillomavirus (HPV):** A virus that causes warts and some types of cancer, spread by skin contact.
- **COVID-19:** A virus that causes fever, cough and trouble breathing, leading to more severe, long-lasting illness or death.
- **Respiratory syncytial virus (RSV):** A virus with cold-like symptoms that can be dangerous to babies, young children and older adults.

Other Vaccines You Might Need

Talk to your doctor about staying up to date with your vaccines. To see the full list of recommended vaccines, visit www.cdc.gov/vaccines

Get Free Advice from a Nurse: Call our 24-Hour Nurse Advice Line at **1-888-244-IEHP (4347)** TTY **711**

IEHP Member Services:
1-800-440-IEHP (4347)
 Monday-Friday, 7am-7pm
 Saturday-Sunday, 8am-5pm
 TTY **1-800-718-IEHP (4347)**.



Stay connected. Follow us!



Vacunas para Adultos

Manténgase protegido



¿Qué significa inmunización?

Las inmunizaciones (vacunas) protegen a su cuerpo de enfermedades que pueden enfermarlo gravemente o incluso causarle la muerte.

¿Cómo funcionan las vacunas?

Las vacunas enseñan a su cuerpo a luchar contra las enfermedades. Pueden evitar que usted se enferme o hacer que la enfermedad sea menos grave. También ayudan a detener la propagación de gérmenes para mantener saludables a los demás.

¿Por qué necesitan vacunas los adultos?

El efecto de las vacunas que le aplicaron de niño puede desaparecer y algunas no estaban disponibles cuando usted era niño. Podría necesitar nuevas vacunas para nuevas enfermedades.



¿Cuándo debo vacunarme?

El siguiente cuadro es un calendario de vacunación para adultos saludables con base en la edad.

Edades:	19-26	27-49	50-65	65+
Influenza*	1 dosis cada año			
COVID-19*	1 dosis de la vacuna actualizada			
Td/Tdap*	1 dosis cada 10 años			
VPH	2-3 dosis			
Hep B	2-4 dosis			
Herpes	2 dosis			
Neumocócica	1 dosis			
RSV*	1 dosis			

* Vacunarse durante el embarazo es crucial para proteger a su bebé en su primer año de vida.

Las vacunas lo protegen de:

- **Influenza (gripe):** un virus que afecta la nariz, la garganta y los pulmones. Se propaga con facilidad, causando una enfermedad grave e incluso la muerte a las personas de mayor riesgo.
- **Tdap/Td:** tétanos (rigidez muscular dolorosa), difteria (problemas respiratorios) y, con la Tdap, tos convulsiva (ataques de tos graves), que es peligrosa para los bebés.
- **Herpes zóster:** un sarpullido doloroso que puede causar dolor nervioso persistente.
- **Neumococos:** provoca neumonía, meningitis e infecciones en la sangre, especialmente en adultos mayores y personas con problemas de salud.
- **Hepatitis B (Hep B):** infección hepática que se propaga a través de la sangre o los fluidos corporales y que puede provocar enfermedades hepáticas o cáncer.
- **Virus del papiloma humano (VPH):** un virus que causa verrugas y algunos tipos de cáncer, y que se transmite por contacto con la piel.
- **COVID-19:** un virus que provoca fiebre, tos y problemas para respirar, lo que conduce a una enfermedad más grave y duradera o a la muerte.
- **Virus respiratorio sincitial (Respiratory Syncytial Virus, RSV):** un virus con síntomas similares a los del resfriado que puede ser peligroso para los bebés, los niños pequeños y los adultos mayores.

Otras vacunas que podría necesitar

Hable con su médico sobre cómo estar al día con sus vacunas. Para ver la lista completa de las vacunas recomendadas, visite www.cdc.gov/vaccines.

Obtenga gratis consejos de una enfermera: llame a nuestra Línea de Consejos de Enfermería las 24 Horas al **1-888-244-IEHP (4347)** TTY 711

Servicios para Miembros de IEHP: **1-800-440-IEHP (4347)**
De lunes a viernes de 7am a 7pm
Sábados y domingos de 8am a 5pm
TTY **1-800-718-IEHP (4347)**.



iehp.org

Manténgase conectado. ¡Síguenos!

