



Protect the babies you love and yourself from whooping cough. Texas doctors want you to know the facts — a whooping cough shot is important, safe, and effective.

The Facts About Pertussis (Whooping Cough)

Whooping cough is a big problem in Texas. In 2013, almost 4,000 cases were reported in Texas, the most cases since 1959. More than half of babies younger than 1 year old who catch whooping cough end up in the hospital. Five Texas infants, all under 1 year old, died of the illness in 2013.

Whooping cough spreads easily from one person to another. It may start out like a cold, with a runny nose, sneezing, and mild fever. Usually people with whooping cough get a severe cough that lasts for weeks or months. Whooping cough gets its name from the cough's high-pitched “whoop” sound.

A whooping cough vaccination is important.

Whooping cough is very bad for babies because it can cause them to stop breathing. Whooping cough in children, adolescents, and adults can go from mild to serious. It can lead to broken ribs and even pneumonia (lung infection), and can cause people to miss a lot of work or school. A vaccine that helps stop three diseases (pertussis, tetanus, and diphtheria) can protect against whooping cough. Based on your age, you'll get one of two vaccines for whooping cough. Children receive DTaP. Adolescents and adults receive Tdap or Td.

- **Babies and small children:** Babies get their first DTaP shot at 2 months and need four more shots before they are 6 years old: at 4 and at 6 months, between 15 and 18 months, and between 4 and 6 years.
- **Adolescents and adults:** Protection from tetanus, whooping cough, and diphtheria can wear off after a few years, so everyone needs another shot. Adolescents and adults between the ages of 11 and 64 should get one Tdap shot to protect them from whooping cough and keep from spreading it to others. Once you've had Tdap, you can switch to the Td (tetanus and diphtheria) shot every 10 years to keep you safe from those illnesses.

Tdap vaccine is safe. All adolescents and adults 11 years old or older should get at least one Tdap shot, especially:

- **Pregnant women**, who need a Tdap shot during each pregnancy (during the third trimester between the 27th and 36th weeks), or women who have just had a baby, and
- **Anyone who has close contact with a baby** less than 1 year old. This includes parents, brothers and sisters,

grandparents, child care workers, and health care professionals. You should get the shot at least two weeks before being around the baby so your body can build its protection. If you recently had a tetanus shot, you can still get a Tdap shot.

Infants need special protection from whooping cough.

Young babies are at high risk for whooping cough because they cannot begin their shots for the disease until they are 2 months old. And they aren't fully protected for several more months. That's why mom's shot is important: While she is pregnant and nursing, she passes on infection-fighting cells to protect the baby until he or she can get the shot.

The best way to protect infants is to make sure everyone around them gets vaccinated.

In most cases, infants catch whooping cough from a family member or caregiver. And often, mothers, fathers, or other caregivers who spread whooping cough to a baby may not even know they have the disease if the signs are mild. The only way to protect infants is to vaccinate the people who come in contact with them. And be sure to keep infants away from anyone who has whooping cough.

Finding the vaccination is easy. Many doctors now offer Tdap shots, so call your doctor first if you need to get vaccinated. If you're expecting a baby, ask the doctor who is helping with your pregnancy. Most insurance companies pay for recommended vaccines. If you or a family member need to be vaccinated but don't have insurance, many places offer free or low-cost vaccinations. Call 2-1-1 to find out which clinics in your area offer vaccinations, and specifically Tdap.



Be Wise — ImmunizeSM

Physicians Caring for Texans

Be Wise — Immunize is a joint initiative led by TMA physicians and the TMA Alliance, funded by TMA Foundation through generous grants from H-E-B, TMF Health Quality Institute, Permian Basin Youth Chavarrin, and gifts from physicians and their families.

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



Proteja a los bebés que usted tanto quiere, y protéjase también usted de la tos ferina. Los médicos de Texas quieren que usted sepa la verdad — que la vacuna contra la tos ferina es importante, segura, y efectiva.

La verdad sobre la tos ferina (tos convulsa)

La tos ferina es un gran problema en Texas. En 2013 se reportaron casi 4.000 casos en Texas, el número más alto desde 1959. Más de la mitad de los bebés menores de un año que se contagian con la tos ferina terminan en el hospital. Cinco bebés en Texas, todos menores de un año, murieron a causa de esta enfermedad en 2013.

La tos ferina se contagia con facilidad de una persona a otra. Puede comenzar con los mismos síntomas de un resfriado, con goteo de la nariz, estornudos, y una fiebre baja. En general, la gente con tos ferina tiene una tos muy seria que dura semanas y hasta meses. El nombre en inglés de la tos ferina, “whooping cough”, viene del sonido sibilante y agudo que tiene la tos.

Vacunarse contra la tos ferina es importante. La tos ferina es extremadamente peligrosa para los bebés, porque puede hacer que dejen de respirar. Entre los niños, adolescentes, y adultos, la tos ferina puede variar, de ser leve a ser muy grave. Puede causar que se fracturen las costillas, y llevar a la neumonía (infección de los pulmones), haciendo que se pierdan muchos días de trabajo o de escuela. Hay una vacuna que ayuda a prevenir tres enfermedades (tos ferina, tétanos, y difteria) que puede proteger contra la tos ferina. Su edad determina cuál de las dos vacunas contra la tos ferina es la que usted necesita. A los niños se les da la DTaP. A los adolescentes y a los adultos se les da la Tdap o la Td.

- **Los bebés y los niños pequeños:** A los bebés se les da la primera vacuna DTaP a los dos meses, y necesitan cuatro vacunas más antes de cumplir los 6 años: a los 4 y a los 6 meses, entre los 15 y los 18 meses, y entre los 4 y los 6 años.
- **Los adolescentes y los adultos:** La protección contra el tétanos, la tos ferina, y la difteria puede desaparecer luego de algunos años, así que todos necesitan darse otra vacuna. Los adolescentes y los adultos deben darse la Tdap, que es una vacuna de una sola dosis, entre los 11 y los 64 años para protegerse de la tos ferina y evitar contagiar a otras personas. Una vez que se haya dado la Tdap, usted puede darse la vacuna Td cada 10 años para continuar protegiéndose contra esas enfermedades.

La vacuna Tdap es segura. Todos los adolescentes y los adultos, de 11 años en adelante, se deben dar por lo menos una vacuna Tdap, especialmente:

- **Las mujeres embarazadas,** que necesitan una vacuna Tdap durante cada embarazo (durante el tercer trimestre, entre la semana 27 y la 36), o las mujeres que acaban de tener un bebé.
- **Cualquier persona que esté en contacto directo con un bebé** menor de un año. Esto incluye a los padres, hermanos y hermanas, abuelos, cuidadores, y trabajadores de la salud. Deben darse la vacuna por lo menos dos semanas antes de

estar en contacto con el bebé, así su cuerpo puede desarrollar la protección. Pueden darse la vacuna Tdap aunque recientemente se hayan dado una vacuna contra el tétanos.

Los bebés necesitan protección especial contra la tos ferina. Los bebés corren un alto riesgo de contraer la tos ferina porque no se puede comenzar a vacunarlos contra esta enfermedad hasta los dos meses de edad. Aun así, no estarán totalmente protegidos por varios meses. Es por esto que es tan importante que las mamás se vacunen. Durante el embarazo y el período de lactancia, ellas les pasan a sus bebés células que combaten la infección, que protegerán a los bebés hasta que se les pueda vacunar.

La mejor manera de proteger a los bebés es asegurarse de que toda la gente que esté en contacto con ellos esté vacunada. En la mayoría de los casos, los bebés se contagian con la tos ferina por un familiar o alguien que los cuida. Con frecuencia, la madre, el padre, o cualquier otra persona que contagia al bebé con tos ferina ni siquiera sabe que él o ella tiene esta enfermedad si sus síntomas son leves. La única manera de proteger a los bebés es de vacunar a la gente que está en contacto con ellos. Asegúrese de evitar que los bebés tengan contacto con cualquier persona que tenga tos ferina.

Encontrar dónde vacunarse es fácil. Muchos médicos ahora ofrecen la vacuna Tdap, así que llame primero a su doctor si necesita vacunarse. Si usted está embarazada, pídale a su obstetra que le dé la vacuna. La mayoría de las compañías de seguros paga por las vacunas recomendadas por los médicos. Si usted o uno de sus familiares necesita vacunarse pero no tiene seguro de salud, hay muchos lugares que ofrecen vacunas gratis o de bajo costo. Llame al 2-1-1 para informarse sobre qué clínicas en su área ofrecen vacunaciones, y específicamente si ofrecen la Tdap.



Be Wise — ImmunizeSM

Physicians Caring for Texans

Be Wise — Immunize es una iniciativa conjunta liderada por los médicos de TMA y TMA Alliance, realizada con fondos de TMA Foundation a través de generosos subsidios de H-E-B, TMF Health Quality Institute, Permian Basin Youth Chavarrim, y donaciones de médicos y sus familias.

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

W001917.9/15