

THÔNG TIN CĂN BẢN VỀ VẮC-XIN



FOLLOW US @SEARAC

bit.ly/CovidVietResources

This resource is supported by the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$3,300,000 with 50 percent funded by CDC/HHS. The contents are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by CDC/HHS, or the U.S. Government.



VẮC-XIN COVID-19 LÀ GÌ VÀ NHỮNG THUỐC NÀY HOẠT ĐỘNG NHƯ THẾ NÀO?

Tính đến tháng 3 năm 2021, có ba loại vắc-xin COVID-19 đã được Cục Quản lý Thực Phẩm và Dược phẩm Liên bang Hoa Kỳ (FDA) cho phép sử dụng. Đó là:

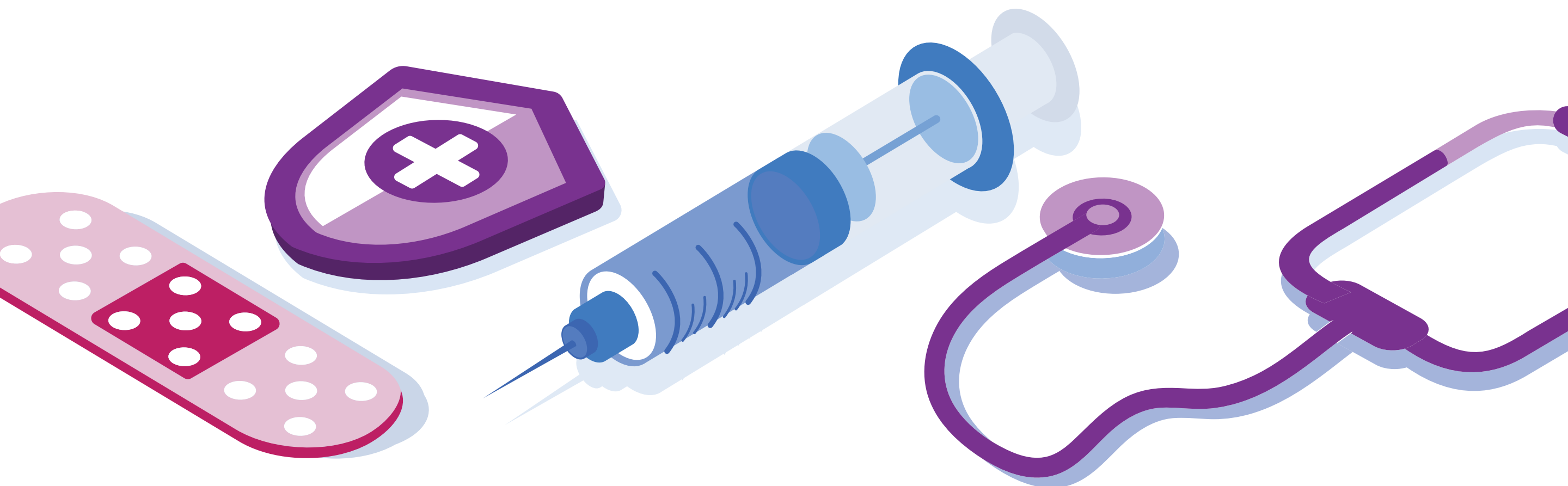
- Vắc-xin COVID-19 của Pfizer-BioNTech, được phê duyệt vào ngày 11 tháng 12 năm 2020
- Vắc-xin COVID-19 của Moderna Covid-19, được phê duyệt vào ngày 18 tháng 12 năm 2020
- Vắc-xin COVID-19 của Johnson & Johnson, được phê duyệt vào ngày 27 tháng 2 năm 2021.

Vắc-xin Covid-19 là một loại thuốc hoạt động bằng cách chỉ cho cơ thể chúng ta nhận biết và chống lại vi-rút gây ra Covid-19. Vắc-xin Covid-19 sẽ giúp bảo vệ chúng ta khỏi bệnh để chấm dứt đại dịch

CÓ VẮC-XIN NÀO KHÁC SẮP RA NỮA KHÔNG?

Có, cho đến ngày 28 tháng 12 năm 2020, đã có kế hoạch quy mô để tiêm thử nghiệm trên người, hoặc đang tiến hành đối với hai loại vắc-xin COVID 19 tại Hoa Kỳ:

- Vắc-xin COVID-19 của AstraZeneca
- Vắc-xin COVID-19 của Novavax



CÁC LOẠI VẮC-XIN HIỆN CÓ CÓ ĐƯỢC PHÉP DÙNG CHO TRẺ EM KHÔNG?

Không, hiện tại chưa có vắc-xin COVID-19 nào được cho phép sử dụng cho trẻ em dưới 16 tuổi. Chúng tôi vẫn chưa biết khi nào Vắc-xin COVID-19 được chấp thuận dùng cho trẻ em, nhưng chúng tôi biết rằng Pfizer và Moderna đang tiến hành thử nghiệm vắc-xin trên những người trong độ tuổi từ 12-17 tuổi.



QUÁ TRÌNH SẢN XUẤT VẮC-XIN VÀ SỰ BẢO ĐẢM AN TOÀN



   FOLLOW US @SEARAC

bit.ly/CovidVietResources

This resource is supported by the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$3,300,000 with 50 percent funded by CDC/HHS. The contents are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by CDC/HHS, or the U.S. Government.

QUÁ TRÌNH SẢN XUẤT VẮC-XIN COVID-19 XẢY RA NHƯ THẾ NÀO?

Quá trình sản xuất Vắc-xin COVID19 và những vắc-xin đang được tiến hành bao gồm việc thử nghiệm lâm sàng nghiêm ngặt trên hàng ngàn người. Khi có đủ thông tin, Cơ quan Quản lý Thực phẩm và Dược phẩm Hoa Kỳ (FDA) xác định rủi ro và lợi ích và ra khuyến nghị hoặc từ chối phê duyệt vắc-xin trước khi vắc-xin đến tay công chúng. FDA là cơ quan chịu trách nhiệm đảm bảo sự an toàn và hiệu quả của Vắc-xin COVID-19 tại Hoa Kỳ.

Các loại vắc-xin COVID19 đã được FDA cho phép sử dụng mới đây dựa trên thử nghiệm trực tiếp và tuân thủ các quy định về bảo đảm sự an toàn khi sử dụng vắc-xin. FDA sẽ tiếp tục theo dõi và giám sát các tác dụng phụ thường xảy ra với các loại vắc-xin mới.

VẮC-XIN COVID-19 CÓ THỂ TRUYỀN VI RÚT KHÔNG?

Không. Vắc-xin COVID-19 được chấp thuận gần đây là vắc-xin mà trong quá trình điều chế không thể gây nhiễm COVID. Thay vào đó, vắc-xin COVID 19 sẽ bảo vệ chúng ta khỏi bị bệnh bằng cách giúp cơ thể chúng ta tăng cường hệ miễn dịch cần thiết để chống lại vi-rút nếu chúng ta tiếp xúc với vi-rút.



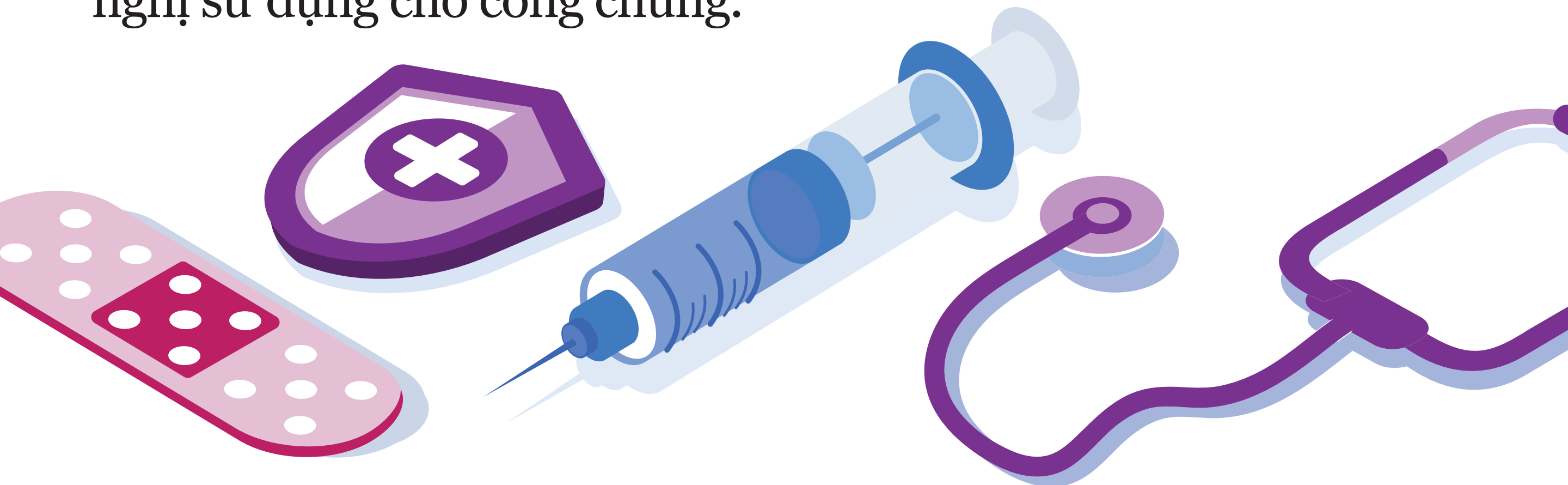
VẮC-XIN COVID-19 CÓ CHỨA VI-RÚT SỐNG GÂY RA COVID-19 KHÔNG?

Không, vắc-xin COVID-19 được cấp phép gần đây và vắc-xin COVID-19 đang trong quá trình phát triển không chứa vi-rút sống gây ra bệnh COVID19. Như đã nói trên, vắc-xin COVID19 là một loại thuốc nhằm kích thích cơ thể chúng ta xây dựng các cơ chế cần thiết để nhận biết và chống lại vi-rút nếu chúng ta tiếp xúc với vi-rút.



AI KIỂM TRA SỰ AN TOÀN CỦA CÁC VẮC-XIN COVID-19?

Cả hai cơ quan FDA và CDC (Trung tâm kiểm soát và phòng ngừa dịch bệnh Hoa Kỳ) đều có trách nhiệm bảo đảm rằng các vắc-xin COVID-19 đã được cấp phép gần đây và những loại vắc-xin đang được tiến hành đều an toàn và hiệu quả cho cộng đồng của chúng ta. FDA đánh giá cẩn thận tất cả các thông tin hiện có về vắc-xin để xác định độ an toàn và hiệu quả của thuốc. Sau khi FDA phê chuẩn một loại vắc-xin, CDC sẽ xem xét thông tin hiện có về vắc-xin COVID-19 trước khi đưa ra các khuyến nghị sử dụng cho công chúng.



LÀM SAO ĐỂ TÔI BIẾT ĐƯỢC LÀ VẮC-XIN COVID-19 AN TOÀN VÀ HIỆU QUẢ KHI NHỮNG VẮC-XIN NÀY ĐƯỢC CHẾ TẠO TRONG THỜI GIAN NGẮN NHƯ VẬY?

FDA bảo đảm rằng tất cả các loại vắc-xin đều đạt mức an toàn tối đa và vì vắc-xin được chích cho hàng triệu người khỏe mạnh để ngăn ngừa các bệnh nghiêm trọng, nên thuốc được chế tạo theo các tiêu chuẩn an toàn rất cao. Vắc-xin COVID-19 phải trải qua các thử nghiệm nghiêm ngặt bao gồm tiêm vắc-xin cho hàng chục ngàn người tham gia nghiên cứu, nhằm có đủ thông tin cần thiết cho FDA để xác định tính an toàn và hiệu quả của thuốc. Ngay cả sau khi vắc-xin đã được chấp thuận, FDA vẫn tiếp tục giám sát sự an toàn của công chúng khi sử dụng thuốc.

NHƯNG LÀM SAO MÀ CÁC LOẠI VẮC-XIN COVID-19 ĐƯỢC CHẾ TẠO NHANH NHƯ VẬY?

Các nhà khoa học trên toàn cầu đặt ưu tiên cho việc chế tạo ra loại Vắc-xin COVID-19 có hiệu quả, và họ áp dụng kỹ thuật tốt nhất hiện nay để chống lại chủng vi-rút mới này. Sự hợp tác ở tầm mức quốc tế chưa từng có trước đây trên các phương diện chia sẻ tài nguyên, gia tăng năng lực sản xuất và các nguồn tài trợ đã giúp cho các nhà sản xuất vắc-xin đẩy nhanh quá trình sản xuất vắc-xin. FDA cũng cho phép cả ba giai đoạn tiêm thử nghiệm trên người xảy ra cùng lúc, thay vì tuần tự, và mau chóng cấp giấy phép sử dụng khẩn cấp trong khi vẫn duy trì việc thử nghiệm nghiêm ngặt cần thiết trong suốt quá trình sản xuất để bảo đảm tính an toàn và hiệu quả của vắc-xin.

VÌ SAO CÓ NHIỀU VẮC-XIN COVID-19 ĐANG ĐƯỢC SẢN XUẤT?

Có 7 tỷ người trên thế giới, và COVID-19 đã ảnh hưởng đến mọi quốc gia trên mọi châu lục. Điều này có nghĩa là chúng ta cần nhiều loại vắc-xin để kiểm soát dịch bệnh COVID-19. Ngoài ra, các cộng đồng của chúng ta rất đa dạng, có nhiều loại vắc-xin là một phương pháp tốt để tăng cơ hội tìm ra được nhiều hơn là chỉ một loại vắc-xin an toàn và phù hợp cho tất cả mọi người.



TẠI SAO TÔI CẦN PHẢI TIÊM 2 LIỀU VẮC-XIN?

Cả hai loại vắc-xin Pfizer và Moderna đều cần hai liều để đạt được hiệu quả cao nhất. Liều đầu tiên giúp cơ thể chúng ta nhận ra vi-rút và chuẩn bị sẵn sàng hệ thống miễn dịch của chúng ta, trong khi liều thứ hai tăng cường khả năng miễn dịch. Khả năng miễn dịch của chúng ta sẽ cao hơn nhiều sau liều thứ hai, bởi vì cơ thể chúng ta sẽ chuẩn bị sẵn sàng hơn để chống lại COVID-19. Điều quan trọng là quý vị cần phải giữ buổi hẹn tiêm mũi thứ hai để được bảo vệ hoàn toàn khỏi vi-rút. Một số người có thể bị tác dụng phụ trong vài ngày sau khi tiêm một hoặc cả hai liều. Nếu quý vị lo lắng về tác dụng phụ, hãy liên hệ với bác sĩ của quý vị.

CÁC VẮC-XIN KHÁC NHAU NHƯ THẾ NÀO?

Cả hai loại vắc-xin Pfizer và Moderna đều sử dụng kỹ thuật dùng mRNA (viết tắt của axit ribonucleic truyền tin) truyền tín hiệu cho cơ thể chúng ta chống lại vi-rút khi bị nhiễm COVID-19 theo hai cách: thứ nhất là bằng cách ngăn chặn vi-rút và thứ hai là tấn công lại vi-rút. Cả hai loại vắc-xin đều cung cấp mức độ bảo vệ xuất sắc chống lại COVID-19. Vắc-xin Pfizer được FDA cho phép dùng cho người từ 16 tuổi trở lên.

Vắc-xin Moderna được dùng cho người từ 18 tuổi trở lên. Cả hai loại thuốc Vắc-xin Moderna và Pfizer/BioNTech đều cần phải chích hai liều. Khoảng cách thời gian giữa các liều đối với Moderna là 28 ngày và khoảng thời gian cho vắc-xin Pfizer là 21 ngày. Ngoài ra, vắc-xin của Moderna có lợi thế về vận chuyển vì nó có thể được lưu trữ trong hầu hết các tủ đông thông thường, giúp cho việc phân bố dễ dàng hơn.

TIÊM VẮC-XIN

   FOLLOW US @SEARAC

bit.ly/CovidVietResources

This resource is supported by the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$3,300,000 with 50 percent funded by CDC/HHS. The contents are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by CDC/HHS, or the U.S. Government.



AI SẼ ĐƯỢC TIÊM VẮC-XIN COVID-19 TRƯỚC?

Vắc-xin COVID-19 hiện dành cho:

- Nhân viên y tế
- Những người sống trong viện dưỡng lão

Kể từ ngày 22 tháng 12 năm 2020, nhóm người được ưu tiên tiêm ngừa COVID-19 tiếp theo là:

- Những người làm trong các ngành trọng yếu như là lính cứu hỏa, cảnh sát, giám sát viên trại giam, những người làm trong ngành thực phẩm và nông nghiệp, nhân viên bưu tín USPS, nhân viên tại các chợ bán thực phẩm và giáo viên
- Những người từ 75 tuổi trở lên

AI SẼ ĐƯỢC TIÊM VẮC-XIN COVID-19 TRƯỚC?

Tiếp theo trong danh sách là những người:

- Người từ 65-74 do họ có nguy cơ nhập viện cao hơn
- Người từ 16-64 tuổi có bệnh lý nền
- Những người làm việc trong các ngành trọng yếu như: giao thông vận tải; dịch vụ thực phẩm, xây dựng nhà ở, công nghệ thông tin, cảnh sát và y tế công cộng.

Cho dù CDC đưa ra các khuyến nghị về nhóm người nên được tiêm ngừa COVID-19 tiếp theo, các Tiểu bang là cơ quan quyết định cuối cùng. Tìm cơ quan y tế địa phương tại www.naccho.org.

ĐẾN KHI NÀO THÌ HẦU HẾT NGƯỜI MỸ CÓ THỂ ĐƯỢC TIÊM NGỪA VẮC-XIN PHÒNG COVID-19?

Mỗi tiểu bang xác định người, thời gian, và địa điểm trong việc phân phối vắc-xin. Khi có thêm vắc-xin, các khuyến nghị về nhóm người cần được tiêm ngừa sẽ mở rộng hơn. Hãy hỏi cơ sở y tế tại địa phương của quý vị để cập nhật thêm thông tin. Tìm kiếm cơ sở y tế địa phương tại đây

<https://www.naccho.org/membership/lhd-directory>.



TÔI CÓ ĐƯỢC CHỌN LOẠI VẮC-XIN ĐỂ TIÊM NGỪA KHÔNG?

Vắc-xin sẵn có hiện đang hạn chế và có thể khó mà lựa chọn loại vắc-xin để tiêm ngừa. Khi đến lượt được tiêm thì điều quan trọng là chúng ta nên tiêm loại vắc-xin có sẵn cho mình tại thời điểm đó.



TÔI CÓ THỂ TIÊM MŨI ĐẦU LÀ PFIZER VÀ SAU ĐÓ LÀ MODERNA HOẶC HIỆU KHÁC Ở MŨI TIÊM THỨ HAI KHÔNG?

Không, theo khuyến nghị hiện nay là dùng hai liều cùng một hiệu giống nhau. Sử dụng một loại vắc-xin từ một nhà cung cấp và ghi nhớ hoặc lưu lại tên của hiệu vắc-xin COVID-19 mà quý vị tiêm lần đầu để được tiêm lại [cùng loại thuốc] khi tiêm liều thứ hai. Yêu cầu bác sĩ/y tá cấp cho quý vị thẻ xác nhận tiêm ngừa.



TRỮ LIỆU VẮC-XIN VÀ QUYỀN ĐƯỢC TIÊM CHUNG

   FOLLOW US @SEARAC

bit.ly/CovidVietResources



TÔI CÓ CẦN PHẢI CÓ BẢO HIỂM Y TẾ ĐỂ ĐƯỢC TIÊM VẮC-XIN KHÔNG?

Không, vắc-xin COVID-19 được tiêm miễn phí. Quý vị không cần phải trả tiền. Tuy nhiên, các hãng cung cấp vắc-xin sẽ có thể tính phí hành chính, lệ phí này có thể được công ty bảo hiểm của chính phủ hoặc bảo hiểm riêng của quý vị hoặc bởi một quỹ cứu trợ tài trợ nếu quý vị không có bảo hiểm y tế. Hãy nhớ đem theo thẻ bảo hiểm của quý vị nếu quý vị có bảo hiểm y tế. Nếu quý vị không có bảo hiểm y tế, quý vị vẫn có thể được tiêm ngừa.



NHỮNG NGƯỜI NHẬP CƯ CHƯA CÓ GIẤY TỜ KHÔNG CÓ THỂ NHẬN VẮC-XIN KHÔNG?

Có, cộng đồng người nhập cư chưa có giấy tờ vẫn có thể được chích ngừa vắc-xin. Chính quyền Biden đã tuyên bố rằng các cơ quan di trú ICE (Cơ quan Thực thi Di trú và Hải quan Hoa Kỳ) và CBP (Cục Hải quan và Biên phòng Hoa Kỳ) sẽ không có mặt tại các địa điểm tiêm ngừa và nhân viên y tế công cộng không thể từ chối tiêm vắc-xin cho những người nhập cư chưa có giấy tờ. Các nhà cung cấp dịch vụ y tế không được phân biệt đối xử với những người chưa có giấy tờ trong việc tiêm ngừa COVID-19. Họ có thể yêu cầu cung cấp một số thông tin cá nhân và mỗi nơi mỗi khác. Đối với cộng đồng nhập cư chưa có giấy tờ thì việc cung cấp thông tin cá nhân rất đáng lo ngại, nên điều quan trọng là phải tìm kiếm thông tin từ các cơ quan hỗ trợ trong cộng đồng. Liên lạc với các cơ sở đáng tin cậy trong cộng đồng của quý vị về cách thức quý vị có thể tiêm ngừa COVID-19 tại tiểu bang của quý vị và thông tin cá nhân nào quý vị cần cung cấp.

LIỆU CÁC NHÀ THUỐC TẠI ĐỊA PHƯƠNG CỦA TÔI CÓ THỂ CUNG CẤP VẮC-XIN COVID-19 KHI THUỐC CÓ SẴN CHO CÔNG CHÚNG KHÔNG?

Chính quyền tiểu bang hiện vẫn đang làm việc với các nhà thuốc bán lẻ. Hãy hỏi thăm các cơ quan y tế địa phương của quý vị để cập nhật thông tin.



TIÊM VẮC-XIN

   **FOLLOW US @SEARAC**

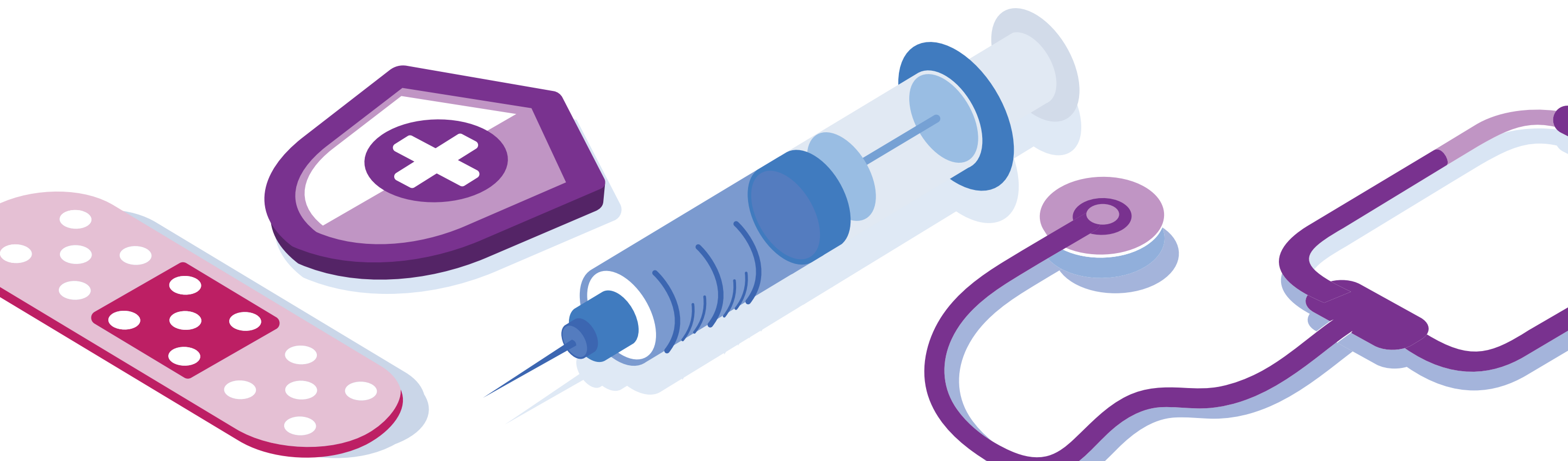
bit.ly/CovidVietResources

This resource is supported by the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$3,300,000 with 50 percent funded by CDC/HHS. The contents are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by CDC/HHS, or the U.S. Government.



TÁC DỤNG PHỤ CỦA VẮC-XIN COVID-19 LÀ GÌ?

Đôi khi quý vị có thể cảm thấy khó chịu trong 1-2 ngày sau khi tiêm. Đây là chuyện bình thường. Các phản ứng phụ phổ biến nhất rất giống với các loại vắc-xin thường, chẳng hạn như đau cánh tay, sốt và mệt mỏi trong vòng ba ngày sau khi tiêm vắc-xin. Những phản ứng phụ này có nghĩa là vắc-xin đang hoạt động vì nó giúp cho cơ thể nhận biết và chống lại vi-rút COVID-19. Nếu quý vị không bị những phản ứng phụ này điều đó cũng bình thường, vắc-xin COVID-19 vẫn hoạt động.



TÁC DỤNG PHỤ CỦA VẮC-XIN COVID-19 LÀ GÌ?

Các phản ứng phụ ngắn hạn thông thường sẽ phai dần bao gồm:

- Đau và đỏ tại chỗ tiêm
- Mệt mỏi
- Đau nhức cơ bắp
- Đau khớp
- Nhức đầu

Nếu quý vị có thắc mắc về các triệu chứng hoặc bất kỳ phản ứng phụ nào khác sau khi tiêm ngừa, hãy hỏi bác sĩ.



VẮC-XIN COVID-19 CÓ G Y CÔNG THUỐC NẾU TÔI DÙNG CÁC LOẠI THUỐC KHÁC KHÔNG?

Luôn tham vấn với bác sĩ của quý vị nếu có bất kỳ câu hỏi nào liên quan đến tình trạng sức khỏe và bệnh lý của quý vị để biết liệu có bất kỳ sự công thuốc nào đối với bất kỳ loại vắc-xin COVID-19 nào không.



NẾU TÔI ĐANG MANG THAI HOẶC CHO CON BÚ, LIỆU CÓ AN TOÀN ĐỂ TÔI TIÊM VẮC-XIN COVID-19 KHÔNG?

Các xét nghiệm bổ sung hiện đang được tiến hành để xác định thêm về sự an toàn và hiệu quả của vắc-xin đối với người đang mang thai. Tốt nhất là phụ nữ mang thai và cho con bú nên hỏi ý kiến của bác sĩ về vắc-xin COVID-19.



TƯƠNG LAI CỦA VIỆC TIÊM VẮC-XIN COVID-19

   FOLLOW US @SEARAC

bit.ly/CovidVietResources



TÔI CẦN PHẢI TIÊM VẮC-XIN NGỪA COVID-19 LẠI KHI NÀO?

Hiện tại, chúng tôi chưa biết khả năng bảo vệ của vắc-xin sẽ kéo dài trong bao lâu. Vi-rút đang thay đổi hoặc biến dạng, cho nên có thể cần phải tiêm ngừa trở lại. Ngoài ra, mỗi loại vắc-xin COVID-19 sẽ có lịch trình bảo vệ riêng tùy thuộc vào thời gian bảo vệ hoặc sự miễn dịch có thể tồn tại. Các chuyên gia y tế công cộng đang theo dõi vi-rút chặt chẽ để tìm hiểu thêm về thời gian vắc-xin COVID-19 sẽ bảo vệ chúng ta sau khi tiêm ngừa.



TÔI CÓ PHẢI TIÊM NGỪA COVID-19 MỖI NĂM KHÔNG?

Tại thời điểm này, chúng tôi không biết rõ câu trả lời vì COVID-19 chưa hiện hữu trong một thời gian dài, nên chúng tôi không biết vắc-xin sẽ bảo vệ chúng ta không nhiễm COVID-19 trong bao lâu. Tuy nhiên, các chuyên gia y tế công cộng cam kết sẽ tìm hiểu về thông tin này và chúng tôi sẽ chia sẻ ngay khi nhận được chúng.



CÓ NÊN TIÊM NGỪA COVID-19 KHÔNG NẾU CHÚNG TA ĐÃ XÉT NGHIỆM DƯƠNG TÍNH VỚI COVID-19?

Có. Quý vị vẫn nên tiêm vắc-xin ngay cả khi trước đây quý vị đã nhiễm COVID-19. Điều này là do chúng ta không biết khả năng miễn dịch tự nhiên kéo dài bao lâu. Một số nghiên cứu cho thấy người ta có thể nhiễm COVID-19 hai lần. Lời Khuyên nghị là đợi ít nhất bốn tuần sau khi hồi phục hoàn toàn sau khi nhiễm COVID-19 để tiêm vắc-xin.



TÔI CÓ PHẢI TUÂN THEO CÁC BIỆN PHÁP PHÒNG NGỪA KHÁC SAU KHI TIÊM VẮC-XIN COVID-19 KHÔNG?

Có, sau khi tiêm ngừa COVID-19, chúng ta nên tiếp tục đeo khẩu trang, thực hành giãn cách xã hội và rửa tay bằng xà phòng và nước ít nhất 20 giây. Đây là một số bước chúng ta có thể tiếp tục để làm chậm sự lây lan của vi-rút trong cộng đồng của chúng ta sau khi đã được tiêm vắc-xin. Điều này đặc biệt quan trọng để bảo vệ các thành viên trong gia đình và thân hữu đang chờ được tiêm vắc-xin. Hãy nhớ rằng một công cụ riêng lẻ sẽ không ngăn chặn được đại dịch COVID-19. Chúng ta cần kết hợp nhiều công cụ khác nhau để ngăn chặn sự lây truyền COVID-19.

HÀNH ĐỘNG NÀO LÀ AN TOÀN SAU KHI TIÊM VẮC-XIN?

Sau khi quý vị đã được tiêm vắc-xin, điều quan trọng là phải tiếp tục đeo khẩu trang khi ra ngoài và giữ khoảng cách với người khác. Bởi vì các chuyên gia vẫn chưa biết liệu một người được tiêm vắc-xin có thể mang vi-rút và lây lan sang người khác hay không, tốt nhất là tiếp tục những hành động này để bảo vệ người khác.



ĐIỀU GÌ XẢY RA NẾU TÔI KHÔNG ĐƯỢC TIÊM VẮC-XIN NGỪA COVID-19?

Tiêm ngừa ở Hoa Kỳ là tự nguyện. Đó là một quyết định cá nhân. Nếu quý vị có cơ hội tiêm ngừa, thì vắc-xin sẽ bảo vệ quý vị khỏi bị nhiễm COVID-19 hoặc bị bệnh nặng với vi-rút. Nó cũng sẽ góp phần vào việc tăng khả năng miễn dịch cao hơn và ít ca nhiễm bệnh hơn trong cộng đồng của quý vị và trên toàn quốc gia. Tiêm vắc-xin sẽ giúp chấm dứt đại dịch sớm hơn.

