

چگونه کودکان را برای واکسیناسیون آماده کنیم!

از واکسن مطلع شوید: قبل از وقت واکسیناسیون، در مورد واکسنی که کودکان می‌زنند تحقیق کنید. بفهمید چرا کودکان به این واکسن نیاز دارد، واکسن چه کار می‌کند و عوارض جانبی ممکن واکسن چه هستند.



توضیح دهید: با استفاده از کلمات ساده، اتفاق‌هایی را که در مطب می‌افتند برای کودکان تعریف کنید. به او بگویید که واکسن از بیماری شدنش جلوگیری می‌کند.

به نگرانی‌های کودکان توجه کنید: کودکان را تشویق کنید تا سوال بپرسد و نگرانی‌هایش نسبت به واکسن را با شما در میان بگذارد. صبورانه به نگرانی‌هایش گوش کنید و به او دلگرمی بدهید. به او بفهمانید نگرانی‌اش طبیعی است اما تزریق واکسن خیلی سریع است و کمک می‌کند تا او سالم بماند.

نقش بازی: می‌توانید از عروسک حیوان یا اسباب‌بازی وسایل پزشکی استفاده کنید تا با کودکان پزشک بازی کنید. بگذارید او نقش پزشک را بازی کند و «واکسنی» به یکی از اسباب‌بازی‌هایش یا شما بزند. نقش بازی ممکن است کمک کند تا کودکان بفهمد چه در انتظارش است و احساس کند وضعیت تحت کنترلش است.

تفریح و سرگرمی: کتاب رنگ آمیزی، کتاب داستان یا بازی با خودتان بیاورید تا قبل از وقت واکسیناسیون سر کودکان گرم باشد.

دلگرمی: در حال وقت واکسیناسیون، آرام و دلگرم بمانید. اگر کودکان اضطراب داشت، دستش را بگیرید یا نوازشش کنید. کودکان را تشویق کنید تا عمیق نفس بکشد یا حواسش را پرت کنید، مثلاً درباره اسباب‌بازی‌ها و بازی‌های مورد علاقه‌اش حرف بزنید.

پاداش و تحسین: بعد از تزریق واکسن، شجاعت کودکان را تحسین کنید و به عنوان تقویت مثبت، پاداش کوچکی بدهید یا فعالیت ویژه‌ای پیشنهاد کنید. این کار کمک می‌کند تا احساس مثبتی نسبت به واکسن در کودکان ایجاد شود.

بعد از تزریق واکسن: کودکان را تحت نظر قرار دهید تا عوارض جانبی شناسایی کنید و در صورتی که کودکان درد داشته باشد، او را دلگرمی بدهید. بیشتر عوارض جانبی خفیفند و زود از بین می‌روند.

اگر کودکان به وقت اضافی یا اتاق خلوت نیاز داشت تا آرام بماند، پیشاپیش با پزشک یا پرستار در میان بگذارید. آنها می‌توانند کمک کنند که در حال تزریق واکسن کودکان احساس راحتی و امنیت کند. خیلی مهم است کادر درمانی مطلع شوند تا بتوانند هرچه بهتر از کودکان مراقبت کنند.

با رعایت این نکات، والدین می‌توانند کمک کنند کودکانشان برای واکسیناسیون آماده شوند و اضطراب‌شان نسبت به واکسن کمتر شود. ایجاد اعتماد و درک نسبت به واکسن بسیار مهم است تا مطمئن کنید کودکان تجربه خوشایندی از واکسیناسیون داشته باشد.

برای مشاهده نکات بیشتر، به وبگاه <https://www.aboutkidshealth.ca/collection/card-system> مراجعه کنید