



Public Health
Agency of Canada

Agence de la santé
publique du Canada

راهنمای والدین برای مصون ساختن

A Parent's Guide to Immunization - Farsi Version
Guide des parents sur la vaccination - Version farsi (persane)



Canada

”برای ترویج و حفاظت سلامت کانادائی ها از طریق رهبری، مشارکت، نوآوری و عمل در بخش بهداشت عمومی.“

— آژانس بهداشت عمومی کانادا

یک راهنما برای والدین در مورد تزریق واکسن
نیز به زبان انگلیسی و دیگر زبان های انتخاب شده در نشانی زیر وجود دارد:
www.publichealth.gc.ca/immunization

این بروشور بنا به درخواست در شکل های دیگری نیز میتواند در دسترس قرارگیرد.

برای گرفتن نسخه های اضافی ، لطفا از طریق ذیل تماس بگیرید:
1 800 O-Canada (1-800-622-6232)
برای افراد کُرو لال: 1-800-926-9105

© Her Majesty the Queen in Right of Canada, 2010
© Sa Majesté la Reine du Chef du Canada, 2010

Cat.: HP40-38/2009Ar
ISBN: 978-0-662-03333-2

راهنمای والدین

برای مصون ساختن



تزریق واکسن - سالمترین راه برای حفظ سلامت کودک شما

کودک شما سزاوار بهترین بهداشت است و این شامل حفاظت از 13 بیماری قابل پیشگیری توسط واکسن میباشد. شما فقط در بار اول نیست که کمک به حفاظت بچه خود می کنید، بلکه هر بار که واکسن های او را تجدید میکنید این کار انجام میشود.

در 50 سال گذشته تزریق واکسن جان کودکان و بچه های بیشتری را در مقایسه با سایر پیشگیری های طبی نجات داده است.

روشی است بی خطر و ساده - ولی مؤثر واقع میشود!

مصونیت سازی؟ تزریق؟

واکسن؟ سوزن؟

کلمات زیادی هستند که معنای مشابهی دارند.

ممکن است شنیده باشید که مردم صحبت از "تزریق"، "واکسن زدن" یا "مصونیت سازی" کودکانشان میکنند.

همه این کلمات یک معنی دارند.

مهم نیست که شما کدام کلمه را بکار ببرید، مهمترین چیز این است که بچه شما این حفاظت را داشته باشد.



تزریق واکسن چگونه به کودک من کمک میکند؟

سیستم ایمنی کودک شما بخشی از بدن اوست که او را در مقابل میکرب‌ها حفاظت میکند. این یک شبکه خاصی است که همیشه برای مبارزه با بیماری‌ها عمل میکند.

همه روزه، کودک شما در معرض هزاران میکرب قرار دارد: در منزل، در مهد کودک و در فروشگاه مواد غذایی. حتی یک بوسه شیرین از برادر یا خواهر میتواند پر از میکرب باشد. خوشبختانه اغلب این میکرب‌ها به راحتی توسط سیستم مصونیت کودک شما قابل کنترل بوده و بی خطر هستند. با این همه بعضی اوقات کودک شما با میکربی برخورد خواهد کرد که میتواند او را سخت مریض کند.

همانطور که کودکان در حال رشد شما مجبورند یاد بگیرند که چگونه خودشان غذا بخورند، سیستم‌های ایمنی آنها نیز مجبورند یاد بگیرند که چگونه بیماری‌ها را تشخیص دهند و با آنها مبارزه کنند. همانطور که کودک شما برای غذا خوردن به شما نیاز دارد، سیستم ایمنی او هم برای مبارزه با بیماری‌های شدید به کمک شما نیاز دارد.

اینجاست که نقش شما برای مصون ساختن به میان می‌آید.

موقعی که کودک خود را واکسن می‌زنید، شما با دادن مصونیت و حفاظت بیشتر به او کمک میکنید تا با بیماری‌های قابل پیشگیری بو سیله واکسن مبارزه کند و سالم بماند.



آیا میدانستید؟

کلمه "مصون سازی" از لغت "مصون" گرفته شده - که به معنی حفاظت در برابر بیماری است.

2

کودک خود را در برابر 13 بیماری سخت حفاظت کنید

موقعی که کودک خود را واکسن میزنید، او را در برابر 13 بیماری قابل پیشگیری بوسيله واکسن حفاظت میکنید. این بیماری ها بقدری میتوانند شدید باشند که منجر به فوت بعضی از بچه ها شده اند.

تقریباً همه این بیماری ها خیلی راحت از شخصی به شخص دیگر منتقل میشوند، اغلب از طریق سرفه کردن و عطسه کردن. واکسن زدن به موقع کودکان حفاظتی را که برای سالم ماندن لازم دارد به او میدهد.

تزریق واکسن از چه بیماری هائی پیشگیری میکند

تزریق واکسن به کودکان او را از مبتلا شدن به 13 بیماری قابل پیشگیری بوسيله واکسن جلوگیری میکند. اغلب این بیماری ها اکنون در کانادا بخاطر تزریق واکسن نادر هستند – که نکته خوبی است



- 1. دیفتری** که میتواند باعث مشکلات تنفسی برای بچه شما شود. دیفتری میتواند به قلب و سیستم عصبی صدمه زده و سبب فلج شود.
- 2. کزاز** بیماری است که بیشتر مردم فکر میکنند با قدم گذاردن روی یک میخ زنگ زده به آن مبتلا میشوند. کزاز همچنین در کثافت، کود و مدفوع انسانی یافت میشود. اگر کزاز وارد زخم باز کودک شما شود، میتواند سبب انقباض عضله، تشنج و مرگ شود.
- 3. سیاه سرفه (سرفه جهنده)** میتواند تبدیل به سرفه شدید (صدای سرفه "خس خس")، خفگی، سرفه و تهوع شود. میتواند هفته ها یا ماه ها ادامه یابد، و حتی ممکن است سبب مرگ شود. بیشترین خطر موقعی است که کودک شما زیر سن شش ماه است.
- 4. فلج** به سیستم عصبی بچه شما حمله ور میشود و میتواند سبب فلج عضلات یا حتی مرگ شود.
- 5. آنفلوآنزای هموفیلی نوع ب (Hib)** میتواند سبب مننژیت شود - عفونت جدار اطراف ستون فقرات و مغز بچه شما. این بیماری همچنین میتواند سبب ذات الریه، ورم پشت گلو، کری و مرگ شود.
- 6. سرخک** میتواند سبب کپهر، تب شدید، سرفه، ریزش آب بینی و چشمهای اشک آلود شود که ممکن است یک تا دو هفته ادامه یابد. همچنین سرخک میتواند سبب ذات الریه، تشنج، کری، صدمه مغزی و مرگ شود.

7. اریون میتواند سبب تب، سر درد، و ورم درد ناک گونه ها و گردن شود. اریون همچنین میتواند باعث کُری و مننژیت بچه شما شود. در موارد نادر، اریون میتواند بر توانایی بچه دار شدن در آینده اثر بگذارد.

8. سرخجه (سرخک آلمانی) میتواند سبب تب و کپهر شود که معمولا به مدتی کمتر از یک هفته ادامه مییابد. برای کودکانی که هنوز زائیده نشده اند خیلی جدی است. در صورتیکه یک زن حامله که در برابر سرخجه حفاظتی ندارد در اوایل حاملگی در تماس با این بیماری قرارگیرد، ممکن است که سقط جنین کنند. بعد از قرارگرفتن در معرض سرخجه، کودک ممکن است کر، کور، یا با صدمه قلبی یا مغزی زائیده شود. **قبل از حامله شدن از پزشک خود پرسید آیا به واکسن سرخجه نیازی هست.**

9. آبله مرغان سبب تب خفیف و کپهر همراه با تاول خارش دار که حالت گری پیدا میکند میشود. در بعضی بچه ها، آبله مرغان سبب عفونت شدید پوست (مانند بیماری خورنده گوشت)، اثرات زخم، ذات الریه، صدمه مغزی یا مرگ میشود.

10. التهاب کبد از نوع ب که روی کبد اثر گذارده و بعضی اوقات میتواند سبب سرطان کبد یا دیگر مشکلات کبدی برای بچه شما شود.

11. بیماری ذات الریه میتواند سبب مننژیت از نوع سینه پهلو، ذات الریه، و عفونت های گوش و خون شود. این بیماری ممکن است بچه شما را کر کند یا سبب صدمه مغزی گردد

12. بیماری عفونت میکربی شدید جریان خون میتواند سبب مننژیت شود – عفونت جدار اطراف ستون فقرات و مغز بچه شما – یا عفونت خون. بچه ها ممکن است از این بیماری فوت شوند.

13. آنفلوآنزا (فلو) یک عفونت تنفسی معمولی است که از بینی و گلو بچه شما شروع میشود. آنفلوآنزا ممکن است خیلی جدی باشد – بخصوص برای نوزادان و بچه های جوان. در صورتیکه بچه شما عوارض آنفلوآنزا داشته باشد، ممکن مشکلات تنفسی داشته یا ممکن است مبتلا به ذات الریه شود. تزریق واکسن فصلی آنفلوآنزا هر سال ضروری است.

در صورتیکه مردم خیلی بندرت به این بیماری ها مبتلا میشوند، چرا باید به کودک من واکسن زده شود؟

50 سال قبل، بسیاری از بچه ها از بیماری های سخت رنج میبردند – و خیلی ها هم میمردند. امروز، ما خوشبخت هستیم. زیرا اغلب بچه ها مصونیت دارند، بسیاری از این بیماری ها تقریبا ناپدید شده اند – اما نه بطور کامل.

در صورتیکه تزریق واکسن به بچه ها متوقف شود، این بیماری ها دوباره بیشتر شیوع پیدا خواهند کرد. این موضوع در دیگر کشورها اتفاق افتاده است. موقعی که شما به بچه خود واکسن میزنید، شما کمک به تحت کنترل درآوردن این بیماری ها میکنید – برای همیشه.

آیا میدانستید؟

با خودداری از مصون ساختن کودک خود، شما او را 100% در برابر بیماری های جدی که بوسیله واکسن قابل پیشگیری هستند آسیب پذیر میسازید.

واکسن ها سالم هستند

هر دو وسیله به بدن بچه شما کمک میکنند تا آماده شناسایی میکرب ها شود و موقعی که در معرض آنها قرار میگیرد با بیماری های قابل پیشگیری با واکسن مبارزه کند.

اغلب بچه ها بطور کامل با واکسن محافظت میشوند. به این معنی که آنها هرگز به بیماری مبتلا نخواهند شد. بعضی از بچه ها با واکسن زدن محافظت نسبی میشوند. به این معنی که ممکن است اگر در معرض آن بیماری قرارگیرند نشانه های خفیفی را بدون عوارض جدی بروز دهند.

چگونه میتوانم مطمئن شوم که واکسن ها امن هستند؟

واکسن ها بطور مداوم در اطراف دنیا و در کانادا قبل از آنکه برای استفاده تایید شوند کنترل و آزمایش میشوند. در کانادا چندین سیستم وجود دارد و هر نوع گزارشی از اثرات جنبی غیر معمول بعد از تزریق واکسن را زیر نظر دارد.

عکس العمل های شدید دربرابر واکسن ها بسیار نادر است و به فوریت به آژانس بهداشت عمومی کانادا (Public Health Agency of Canada) گزارش میشوند تا با هر گونه مسئله ای به سرعت برخورد شود. نتیجه اینکه واکسن های فعلی ما مؤثر و امن هستند. واکسن ها خیلی از 13 واکسن بیماری های قابل پیشگیری امن تر میباشند.

واکسن ها امن هستند، همراه با مزایای فراوان برای سلامتی کودکان - در تمام طول زندگی.

یک واکسن چیست؟

یک واکسن دارویی است که موقع تزریق شدن دریک سوزن قرار دارد. از میکرب های کشته شده یا تضعیف شده ساخته میشود که به سیستم ایمنی کودک شما کمک میکند تا یاد بگیرد که چگونه از خود محافظت کند. یک واکسن مانع از این میشود که کودک شما از یک بیماری واقعی خیلی مریض شود.

چگونه برای محافظت بچه من عمل میکند؟

جرم های کشته شده یا تضعیف شده در واکسن سیستم ایمنی کودک شما را تحریک می کنند تا دو وسیله مهم برای مبارزه با آن بیماری را در آینده تولید کنند: یاد جرم ها و یک یادآور مفید مصنوعیت از بیماری.



آیا واکسن میتواند کودک مرا مریض کند؟

خیر. در واقع واکسن ها سیستم ایمنی کودک شما را با یاد دادن اینکه چگونه یک عفونت را شناسایی کند و با آن مبارزه کند قوی تر میسازند. سیستم ایمنی طبیعی کودک شما مشکلی برای برخورد کردن و نابود ساختن میکروب های ضعیف یا مرده در واکسن ندارد. کودک شما ممکن است تب خفیفی داشته باشد و بیش از معمول بخوابد یا نق بزند یا نا آرام باشد. این عکس العمل های عادی حد اکثر معمولاً چند روزی بعد از واکسن زدن ادامه مییابد.

بعضی مردم نگران هستند که واکسن ها میتوانند سبب مشکلات دیگر برای سلامتی شوند، مثل در خود فرورفتگی (اوتیسم)، یک اختلال رو به گسترش در طول زندگی. محققان و دانشمندان پزشکی در اطراف دنیا اطلاعات جمع آوری شده طی سالهای زیاد را بررسی کرده اند تا دریابند آیا ارتباطی بین واکسن ها و اوتیسم وجود دارد. **محققان هیچ گونه مدرکی از ارتباط بین واکسن ها و اوتیسم یا هر گونه بیماری دیگر نیافته اند.**

آیا میدانستید؟



که واکسن ها جزو امن ترین وسایل طب جدید هستند. در کانادا، آثار جنبی جدی خیلی بندرت اتفاق می افتد - کمتر از یک بار در هر یک میلیون دوس واکسن (مقدار واکسن). اگر هم اتفاق بیفتد - آنها به سرعت و به نحوی مؤثر قابل معالجه میباشند. خطرات بیماری های قابل پیشگیری با واکسن بسیار بیشتر از خطرات واکنش شدید در برابر یک واکسن میباشند.

4

کودک شما نیاز به مصون شدن به موقع دارد

برای حفاظت کامل، تزریق واکسن به کودک شما از سن 2 ماهگی آغاز خواهد شد، سپس در 4 ماهگی، 6 ماهگی، بین 12 و 18 ماهگی – و نیز بین سنین 4 تا 6 سالگی. واکسن های اضافی برای بچه های در سنین مدرسه بین کلاس 4 و 8 فراهم خواهد شد. این جدول ممکن است بر مبنای جانی که زندگی میکنید متفاوت باشد.

بعضی از واکسن ها لازم است بیش از یکبار تزریق شوند تا سیستم ایمنی کودک شما ساخته شود. موقعیکه کودک شما مسن تر میشود همراه با چند واکسن، نیاز به واکسن یاد آور نیز خواهد داشت تا مصونیت او تقویت گردد.

آیا کودک من خیلی جوان نیست؟

خیر. طی دو سال اول زندگی، کودک شما در معرض بیشترین خطر ابتلاء به یکی از 13 بیماری قابل پیشگیری بوسیله واکسن قرار میگیرد. به این معنی که اگر به یک بیماری مثل سیاه سرفه (سرفه جهنده) یا مننژیت مبتلا شود، میتواند سخت مریض شود – یا حتی فوت شود. به این دلیل تزریق واکسن در سن دوماهگی شروع میشود – تا بیشترین حفاظت ممکنه در اوایل زندگی او برایش فراهم شود.

زمان مصون شدن کودک شما خیلی اهمیت دارد زیرا که واکسن موقعی به بهترین نحو عمل میکند که در زمان مناسب تزریق شود. کودک شما نیاز به مصون شدن هنگامی دارد که خیلی جوان است تا بتواند از بیماری های قابل پیشگیری بوسیله واکسن موقعی که در بیشترین حد آسیب پذیری است محافظت شود.

زمان مناسب برای واکسن زدن به کودکم چه موقع است؟

پزشک یا پرستار نسخه ای از جدول زمانی تزریق واکسن را به شما خواهد داد که سن مناسب و واکسن مناسب برای کودکان را به شما توضیح خواهد داد. طریقه دیگر برای یافتن جدول زمانی تزریق واکسن کودکان این است که به سایت www.publication.gc.ca/immunization مراجعه کنید.



در یک زمان چند واکسن را میتوان با ایمنی به کودک من تزریق کرد؟

پزشک یا پرستارتان به شما خواهد گفت که کودکان در هر دیداری به کدام واکسن هائی طبق جدول نیاز دارد. تحقیقات نشان میدهد که سیستم ایمنی کودک شما میتواند به راحتی بیش از یک واکسن را بطور امن ومؤثری به پذیرد.

آیا میدانستید؟

موقعی که مطمئن میشوید که کودکان همه واکسن های خود را به موقع خواهد داشت، سیستم ایمنی او از این واکسن ها یاد میگیرد که چگونه برای حفاظت خود بیماری را شناسائی کرده و با آن مبارزه کند - هم در زمان حال و هم در آینده.

در ذیل نشان داده شده که چگونه کودک شما بهترین حفاظت را خواهد داشت



اگر از آن جدول زمانی عقب بمانیم چه روی میدهد؟
در صورتیکه یک یا بیش از واکسن های بچه خود انجام داده باشید، از مطب پزشک خود یا اداره بهداشت عمومی (در کبک با CLSC) هر چه زودتر وقت ملاقاتی بگیرید. آنها میتوانند به شما کمک کنند تا معلوم شود کدام واکسن ها را بچه شما قبلا دریافت کرده و کدام ضروری است.

بچه شما برای این حفاظت به شما متکی است

بعنوان یک پدر یا مادر تزریق به موقع واکسن به بچه خود یکی از مهمترین کارهای شماست. در صورتیکه همراه با رشد بچه خود به تزریق واکسن او ادامه دهید، هر کجا که برود او را از ابتلا به بیماری های جدی محافظت میکنید - موقعیکه او ده ساله است یا بیست ساله - و برای مابقی عمرش.

کجا کودک خود برای تزریق واکسن ببرم؟

موقعیکه کودکان متولد میشوند، پزشک، پرستار یا مامای شما درباره اهمیت تزریق واکسن به کودکان که از سن 2 ماهگی شروع میشود صحبت خواهد کرد.

میتوانید کودکان را به پزشک، پرستار، اداره بهداشت عمومی (در کبک به CLSC) یا سایر کلینیک های طبی برای تزریق واکسن ببرید.

مطمئن نیستید که کجا بروید؟

در دفترچه تلفن محلی یا در اینترنت برای یافتن نزدیک ترین اداره بهداشت عمومی (در کبک به CLSC) جستجو کنید.

در اولین دیدار، به شما کارت یا دفترچه ای داده خواهد شد همراه با جدولی برای مابقی واکسن های کودکان. در هر دیدار، فکر خوبی است اگر موعد واکسن بعدی او را تعیین کنید.

آیا میدانستید؟



موقعی که به کودک خود واکسن میزنید، فکر خوبی است که بررسی کنید آیا واکسن های خودتان نیز تجدید شده اند.

آیا رایگان است؟

بله. در سراسر کانادا واکسن های معمول دوران بچگی رایگان است.

اطلاعات تازه واردین به کانادا

در هر جای کانادا واکسن های معمول بطور رایگان فراهم میشود. در صورتیکه یک تازه وارد به کانادا هستید، میتوانید از یک ارائه دهنده خدمات بهداشتی بخواهید تا بررسی کند آیا واکسن های بچه شما جدید هستند یا نه. بر اساس سوابقی که دارید، پزشک یا پرستار واکسن هائی را که بچه شما نیاز دارد توصیه خواهد کرد.

برای شما نیز مهم است تا بررسی کرده و واکسن های خود را تجدید نمایند.





آیا میدانستید؟

موقعیکه به کشور دیگری مسافرت میکنید، شما و خانواده شما ممکن است در معرض خطر تعدادی از بیماری ها قرار بگیرید که با واکسن زدن قابل پیشگیری هستند. مشاوره با پزشک، پرستار یا ارائه دهنده مراقبت های بهداشتی، یا دیدار از یک کلینیک بهداشتی حداقل شش هفته قبل از مسافرت اهمیت دارد. منوط به سن شما، جانیکه در نظر دارید مسافرت کنید و نوع برنامه ای که دارید ممکن است تزریق واکسن های اضافی توصیه شود. بخاطر داشته باشید که پیشگیری از عفونت از طریق تزریق واکسن یک روند در طول عمر است. این امر در مورد خانواده یا دوستانی که از سایر کشورها به دیدن شما می آیند - و واکسن های آنها هم لازم است که تجدید شده باشد نیز مصداق دارد.

چگونه رد این ها را نگه دارم؟

زندگی با یک کودک نوزاد مشغولیت های زیاد دارد.

در ذیل 5 توصیه ارائه شده تا اطمینان یابید کودک شما به موقع واکسن مناسب را داشته باشد:

1. هر زمان که به کودکان واکسن زده میشود، همیشه نوبت بعدی تزریق واکسن او را تعیین کنید - حتی اگر در ماه های دوری باشد.
2. بمجرد آنکه از تاریخ نوبت واکسن بعدی مطلع شدید، آنرا در تقویم خود یادداشت کنید.

3. از پزشک یا پرستار خود درخواست یک سابقه یا کارت خاص واکسن کنید تا بتوانید رد همه واکسن هائی را که کودک شما تا کنون داشته است براحتی نگهداری کنید.

4. هر بار سابقه واکسن کودک خود را به همراه بیاورید تا پزشک یا پرستار بهداشت عمومی بتواند آن را تجدید کند.

5. کارت واکسن کودک خود را در مکانی امن نگهدارید. ممکن است بعدا برای نامنویسی در مهد کودک یا مدرسه، یا مسافرت به سایر کشورها یا بردن به بیمارستان در موارد اضطراری به آن نیاز داشته باشید.

فهرست کنترل در پشت این راهنما را مورد استفاده قرار دهید که به شما در حفظ رد واکسن های کودکان کمک میکند!

آیا بچه من به موجب قانون ملزم به تزریق واکسن میباشد؟

در بعضی از قسمت های کانادا، بچه ها قبل از شروع مدرسه ملزم به داشتن آخرین واکسن های خود میباشند. قوانین در استان ها و سرزمین ها متفاوت اند.

برای اطلاع راجع به واکسن ها در بخشی از کانادا که زندگی میکنید، به دفترچه تلفن محلی خود یا از طریق اینترنت به نزدیکترین اداره بهداشت عمومی (در کبک به CLSC) مراجعه کنید.

موقعی که به بچه خود واکسن میزنید، او را در برابر بیماری های قابل پیشگیری با واکسن حفاظت میکنید. سایر مردم را نیز از مبتلا شدن به همین بیماری ها حفاظت میکنید. هر چه مردم بیشتر مصونیت داشته باشند، ما بیشتر قادر به محو کردن امراض جدی هستیم.

6

اولین واکسن کودک شما – چه انتظاری داشته باشید

سوزن زدن یک تفریح نیست. کودک شما ممکن است درد کمی احساس کند اما خیلی سریع است – فقط چند ثانیه ای و کار تمام شده است!

در ذیل بعضی از راه ها برای آسان تر ساختن آن برای هر دو ی شما ذکر شده است:

قبل از مراجعه ...

بخاطر داشته باشید که سابقه واکسن کودک خود را موقع رفتن به مطب پزشک یا اداره بهداشت عمومی (در کبک CLSC) همراه داشته باشید.

موقعی که به آنجا میرسید، از شما ممکن است سئوالاتی درباره سلامت کلی کودکتان و اینکه هیچ گونه آلرژی یا مشکلاتی مربوط به سلامت دارد پرسیده شود.

در صورتیکه بچه من آلرژی داشته باشد چه میشود؟

در صورتیکه میدانید که کودک شما نسبت به چیزی آلرژی دارد اطمینان حاصل کنید که قبل از تزریق هرگونه واکسنی به او موضوع را با پزشک یا پرستار در میان بگذارید.

آیا میدانستید؟

بعد از تزریق واکسن از شما درخواست میشود که در مطب پزشک خود یا اداره بهداشت عمومی (در کبک CLSC) برای 15 دقیقه بمانید تا عکس العمل های آلرژی کنترل شود.

با هر دارویی، همیشه امکان کمی وجود دارد که یک عکس العمل شدید آلرژی همراه باشد.

علائم یک عکس العمل شدید آلرژی شامل مشکلات تنفسی (خس خس کردن)، ورم کردن و ظاهر شدن لکه و پیس روی پوست بدن (کهپر) یا در اطراف دهان میباشد. در صورتیکه هرگونه از این علائم را مشاهده کردید یا در مورد سلامت بچه خود نگرانی دارید، بلافاصله باید با پزشک یا پرستار صحبت کنید.

خوشبختانه، پزشک یا پرستار شما میدانند که چکار کند و بلافاصله میتواند در برابر عکس العمل جواب دهد.

اگر کودک من سرما خورده گی داشته باشد چه میشود؟

در صورتیکه بچه شما در زمانی که وقت واکسن زدن به اوست مریض باشد یا تب داشته باشد، با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید. آنها میتوانند ارزیابی کنند که آیا تزریق واکسن بدون اشکال است یا بهتر است صبر کنید.



در هنگام واکسن زدن ...

برای کمک به کودکم چکار باید بکنم؟

آرام باشید. ممکن است احساس نا آرامی کنید که قرار است به کودک شما یک یا بیش سوزن زده شود. این امری عادی است. اما درد یک سوزن خفیف است و خیلی سریع پایان مییابد. موقعی که آرام هستید و سعی میکنید تا در حالتی مثبت قرار گیرد، کودک شما نیز خوشحالتتر خواهد بود.

در آغوش بگیرید. مطالعات نشان داده است کودکانی که بهنگام سوزن زدن در آغوش گرفته شده اند کمتر گریه میکنند. در صورتیکه به بچه خود از پستان شیر میدهد، سعی کنید درست قبل از یا هنگام سوزن زدن به او شیر بدهید تا به او آرامش بدهید.

منحرف کردن حواس. صدا یا تماس ملایم و آرامش بخش شما میتواند به کودک شما احساس راحتی دهد.

بعد از اینکه پایان یافت ...

کودک من چگونه واکنش نشان خواهد داد؟

اغلب کودکان بعد از تزریق واکسن بطور صد در صد خوب هستند.

کودک شما ممکن است به هیچ وجه عکس العملی در برابر واکسن نشان ندهد. یا ممکن است بیقراری کند یا نق بزند یا بیش از معمول بخوابد. ممکن است تب خفیفی داشته باشد، یک لکه قرمز دردآور یا ورمی کوچک در محلی که به او سوزن زده شده داشته باشد.

این واکنش ها همه معمول و عادی هستند و در بیشتر موارد فقط برای چند روزی دوام دارند. میتوانید به کودک خود برای کمک به کاهش درد و پائین آوردن تب او دارو بدهید. با پزشک، پرستار یا دارو فروش خود در باره اینکه چه چیزی به او بدهید تماس بگیرید.

چگونه بدانم که چه موقع با پزشک یا پرستار تلفن کنم؟

در صورتیکه کودک شما هر یک از علائم ذیل را بعد از تزریق واکسن بروز دهد به پزشک خود یا اداره بهداشت عمومی (در کبک CLSC) تلفن کنید:

- تب بالای 40 درجه سانتیگراد یا 140 درجه فارنهایت دارد
- حمله صرعی یا تشنج نشان دهد – این امر اغلب مرتبط به تب خیلی بالا است
- بمدتی بیش از 24 ساعت گریه میکند یا حالت بیقراری دارد
- جانی که سوزن زده شده متورم است – بدتر میشود
- بطور غیر عادی خواب آلود ست یا واکنشی بروز نمی دهد

شما کودک خود را بهتر میشناسید. بنابراین در صورتیکه بعد از تزریق واکسن هر چیزی را که غیر عادی است در او مشاهده میکنید، همیشه فکر خوبی است که با پزشک خود یا اداره بهداشت عمومی (در کبک CLSC) تماس بگیرید.

به شما تبریک می گوئیم برای اینکه اطمینان حاصل می کنید که کودک شما این حفاظت مهم را در برابر بیماری های جدی قابل پیشگیری دارا میباشد.

7

اطلاعات بیشتر را از کجا میتوانم بدست آورم؟

مثل خیلی از والدین، شما ممکن است سئوالاتی درباره تزریق واکسن داشته باشید. با پزشک یا پرستار خود صحبت کنید تا همه اطلاعات لازمه را در باره واکسن های کودک خود بدست آورید.

استان ها و سرزمین ها برنامه ها ئی را در مورد واکسن در سراسر کانادا ارائه میدهند. برای یافتن اطلاعات بیشتری راجع به واکسن، در دفترچه تلفن محلی خود یا در اینترنت نزدیکترین اداره بهداشت عمومی (در کبک CLSC) را جستجو کنید.



در ذیل بعضی وب سایت هانی را که میتوانید
برای یافتن اطلاعات در مورد تزریق واکسن به
آنها اعتماد کنید ذکر شده اند:



■ آژانس بهداشت عمومی کانادا

www.publication.gc.ca/information

■ انجمن کانادایی بیماری کودکان

www.caringforkids.cps.ca

■ ائتلاف کانادایی برای آگاهی و ترویج تلقیح واکسن

www.immunize.ca

برای یافتن آخرین اطلاعات در مورد اینکه چگونه با آنفولانزا مبارزه
شود به سایت: www.fightflu.ca مراجعه فرمائید

8

فهرست سریع برای واکسن های کودک شما

بخاطر داشته باشید، تزریق واکسن سالمترین راه
برای حفظ سلامت کودک شماست.

برای حصول اطمینان از اینکه کودک شما همه واکسن ها را به موقع داشته
باشد:

- نوبت ملاقاتی بگیرید. اولین واکسن در سن 2 ماهگی آغاز میشود
- سابقه واکسن کودک خود را همراه بیاورید. شما به سابقه واکسن
کودک خود که آنرا در اولین نوبت ملاقات خواهید گرفت نیاز خواهید داشت.
- برای ملاقات بعدی نوبت بگیرید. تاریخی را برای واکسن بعدی
کودک خود قبل از ترک مطب پزشک یا اداره بهداشت عمومی (در کبک
CLSA) تعیین کنید.
- در تقویم خود تاریخ بعدی را علامت گذاری کنید. این کار را
بمجرد رسیدن به خانه انجام دهید تا فراموش نکنید.
- سابقه واکسن کودک خود را در جای امنی نگهدارید. سابقه آن را
در محلی امن بگذارید تا موقع نیاز بتوانید پیدا کنید.





www.publichealth.gc.ca/immunization