

كيفية تحضير الأطفال للتطعيم!



تعرف على اللقاح: قبل الموعد، تعرف على اللقاح الذي سيحصل عليه طفلك. اعرف سبب حاجتهم إليه، وماذا يفعل، والآثار الجانبية المحتملة.

اشرح: تحدث مع طفلك بكلمات بسيطة حول ما سيحدث في عيادة الطبيب. أخبرهم أن اللقاحات تحميهم من الإصابة بالمرض.

معالجة المخاوف: شجع طفلك على طرح الأسئلة والتعبير عن أي مخاوف قد تكون لديه بشأن الحقنة. استمع إلى مخاوفهم بصبر وقدم لهم الطمأنينة. دعهم يعرفون أنه لا بأس أن يشعروا بالتوتر قليلاً، لكن الحقنة ستكون سريعة وستساعد في الحفاظ على صحتهم.

لعب الأدوار: يمكنك لعب الأدوار مع طفلك باستخدام مجموعة ألعاب الطبيب أو ألعاب الحيوانات المحشوة. دعهم يلعبون دور الطبيب ويعطون "اللقاح" للعبتهم أو لك. يمكن أن يساعدهم ذلك على فهم ما يمكن توقعه والشعور بمزيد من التحكم.

التخطيط لبعض المرح: أحضر معك نشاطاً مثل التلوين أو القراءة أو لعبة يمكن لطفلك القيام بها أثناء انتظار مواعده.

الراحة: أثناء موعد التطعيم، كن هادئاً ومطمئناً. أمسك بيد طفلك أو قدم له لمسة مريحة إذا كان يشعر بالقلق. شجعهم على التنفس العميق أو أساليب تشتيت الانتباه مثل التحدث عن ألعابهم أو أنشطتهم المفضلة.

المكافأة والثناء: بعد الحقنة، امدح طفلك على شجاعته وقدم له مكافأة صغيرة أو نشاطاً خاصاً كمحفز إيجابي. يساعد هذا في إنشاء ارتباط إيجابي بتجربة اللقاح.

المتابعة: راقب طفلك بحثاً عن أي آثار جانبية بعد التطعيم وكن مستعداً لتوفير الراحة إذا شعر بأي إزعاج. معظم الآثار الجانبية خفيفة وتختفي بسرعة.

إذا كان طفلك يحتاج إلى مزيد من الوقت أو مكان هادئ للبقاء مرتاحاً للحصول على اللقاحات، فأخبر الطبيب أو الممرضة بذلك مسبقاً. يمكنهم المساعدة في التأكد من أن طفلك يشعر بالراحة والأمان أثناء التطعيم. من المهم أن يعرف الطاقم الطبي ذلك حتى يتمكنوا من تقديم أفضل رعاية ممكنة لطفلك.

من خلال اتخاذ هذه الخطوات، يمكن للوالدين مساعدة أطفالهم على الشعور بمزيد من الاستعداد وأن يكونوا أقل قلقًا بشأن التطعيمات. يعد بناء الثقة والتفاهم حول اللقاحات أمرًا أساسيًا لضمان حصول الأطفال على تجربة تلقيح إيجابية.

لمزيد من النصائح قم بزيارة:

<https://www.aboutkidshealth.ca/collection/card-system/>