دليل التطعيم الخاص بأولياء الأمور

A Parent's Guide to *Vaccination* — Arabic

Guide sur la *vaccination* à l'intention des parents — Arabe

Public Health Agency of Canada
Agence de la santé publique du Canada

Canada

نعمل على تعزيز وحماية صحة الكنديين من خلال القيادة، والشراكة، والابتكار والعمل في مجال الصحة العامة.

-الوكالة الكندية للصحة العامة

لغرض الحصول على معلومات إضافية، نرجو الاتصال على:
الوكالة الكندية للصحة العامة
محدد العنوان: 0900C2
Ottawa, ON K1A 0K9
هاتف: 613-957-2991
الهاتف المجاني: 1-866-225-0709
فاكس: 613-941-5366
الهاتف النصي (TTY): 1-800-465-7735
البريد الإلكتروني: publications@hc-sc.gc.ca

يمكن توفير هذه المطبوعة بعدة صيغ بديلة عند الطلب.

© حقوق النشر محفوظة لصاحبة الجلالة ملكة كندا بالأحقية، ممثلة بوزير الصحة، 2017

تاريخ النشر : نوفمبر 2017

يجوز إعادة نشر هذه المطبوعة للاستخدامين الشخصي أو الداخلي فقط دون إذن، على أن يتم ذكر المصدر بشكل كامل.

طباعة 978-0-660-03888-9 HP40-38/2014Ar

PDF 978-0-660-03887-2 HP40-38/2014Ar-PDF

نشر 150156

Également disponible en français sous le titre :
Guide sur la vaccination à l'intention des parents

Also available in English under the title:
A Parent's Guide to Vaccination

هل تعلم ؟

التطعيم يُطلَق عليه أيضاً اسم التمنيع أو التحصين أو التلقيح أو الجرعات أو الإبر.

ما هو نظام المناعة؟

نظام المناعة هو بمثابة شبكة خاصة داخل الجسم تعمل على حمايته من الجراثيم، مثل البكتريا والفيروسات التي تسبب الأمراض. ومن خلال سلسلة من الخطوات التي تسمى الاستجابة المناعية، يتعلم نظام المناعة كيفية التعرف على الجراثيم حتى تتسنى له مكافحتها إذا تعرض لها طفلك مستقبلاً.

يتعرض طفلك إلى الآلاف من الجراثيم في المنزل، وفي الحضانة، وفي متجر البقالة. حتى إن قبلة رقيقة من شقيق أو شقيقة له قد تحمل معها العديد من الجراثيم. غالبية هذه الجراثيم غير ضارة، ويمكن لنظام المناعة لدى طفلك التعامل معها بسهولة، إلا أن هناك بعض الجراثيم الأخرى التي تجعل طفلك شديد المرض.

وبفضل التطعيم، يتعلم نظام المناعة لدى طفلك كيفية التعرف على الجراثيم الضارة. تساعد التطعيمات طفلك على تطوير الدفاع اللازم لمكافحة المرض، والتمتع بصحة جيدة.

التطعيم هو الوسيلة الأفضل لحماية صحة طفلك

الآباء والأمهات مسؤولون عن صحة أطفالهم، بما في ذلك حمايتهم من المرض الناتج عن الأمراض التي يمكن الوقاية منها عن طريق التطعيم. تعرّف على التطعيم وكيف أن التطعيم مهم لصحة طفلك.

يتفق الآباء والأمهات على أن الالتزام بمواعيد الأكل والنوم مهم لمساعدة الأطفال على التمتع بصحة جيدة. ونفس الشيء ينطبق على تطعيم الأطفال. فتطعيم أطفالك هي أفضل وسيلة لحمايتهم من العديد من الأمراض الخطيرة والتي يمكن أن تكون فتّاكة. يمكنك المساعدة في حماية أطفالك من خلال تطعيمهم في المواعيد المُحددة والحصول لهم على أحدث التطعيمات.

ما هو التطعيم؟

يتم إعداد التطعيمات من كمية ضئيلة من الجراثيم الميتة أو المستضعفة وهي تساعد نظام المناعة على تعلم كيفية حماية نفسه ضد المرض. تعد التطعيمات وسيلة آمنة وفعالة لحماية طفلك من الإصابة بمرض عويص نتيجة لمرض حقيقي.

هل تعلم ؟

أن كلمة مناعة مشتقة من كلمة منع – أي الوقاية من المرض.

كيف يتم إعطاء التطعيمات؟

يتم إعطاء أغلب أنواع التطعيمات عن طريق الحقن (إبرة) في الجزء العلوي من ذراع طفلك أو في فخذه. كما يتم تقديم بعض التطعيمات شفهياً (عن طريق الفم)، أو عن طريق الأنف (يتم نشر رذاذها داخل الأنف).

يمكن أن يحصل طفلك على أكثر من تطعيم في المرة الواحدة بشكل آمن. هناك بعض التطعيمات التي تحمي من عدة أمراض في حقنة واحدة، بينما هناك أنواع أخرى يجب أن تقدَّم على جرعات مختلفة.

ماذا سيحدث إذا كان جسم طفلي لا يتقبل التطعيم؟

بعض الأطفال لا يستطيعون الحصول على بعض أنواع التطعيمات نتيجة لتفاعلات حساسية أو حالات طبية أخرى. وبما أنه لا يمكن تطعيمهم، فيكونون عرضة للإصابة بالأمراض التي تعمل التطعيمات على الوقاية منها.

يمكنك المساعدة على حماية أطفالك من خلال حث كل مَن حولك على الحصول على تطعيماتهم في مواعيدها. فالأمراض التي قد تبدو غير خطيرة بالنسبة للبالغين يمكن أن تكون بالغة الخطورة على الأطفال المعرضين للإصابة.

كيف تعمل التطعيمات؟

تعمل الجراثيم الميتة أو المستضعفة الموجودة داخل التطعيم على مساعدة نظام المناعة لدى طفلك على تصنيع أداتين مهمتين: أجسام مضادة، وذاكرة مناعة. تقوم هاتان الأداتان سوياً بمساعدة طفلك على التعرف على الجراثيم ومكافحتها في حالة التعرض لها مستقبلاً.

يتمتع أغلب الأطفال بالحماية الكاملة عقب تطعيمهم. وهذا يعني أنهم لن يصابوا مطلقاً بالأمراض التي تلقوا التطعيمات المضادة لها.

في بعض الحالات النادرة، حتى الأطفال الذين تم تلقيحهم قد يصابون بالمرض نظراً لحصولهم على حماية جزئية من التطعيم، وقد يحدث هذا بشكل أكثر لدى الأطفال الذين يعانون من مشكلة صحية تؤثر على نظامهم المناعي. فقد تظهر عليهم أعراض طفيفة إذا تعرضوا للمرض، لكنهم لن يعانوا من مضاعفات حادة.

إن الأمر أشبه... بحزام الأمان، إنه ليس فعالاً بنسبة ١٠٠٪ في حمايتك أثناء القيادة، إلا أنه يُقلل من خطر إصابتك عند وقوع حادث.

الأمراض – الأعراض والمضاعفات	الأعراض	المضاعفات المحتملة
شلل الأطفال Polio	• حمى • غثيان وتقيء • ألم عام	• مشاكل في التنفس • شلل الذراعين والساقين • الوفاة
عدوى المستدمية النزلية من النوع ب Haemophilus influenzae type b infections / Infections à Haemophilus influenzae de type b	• انتفاخ شديد في الحنجرة	• الصمم • تأخر النمو • الالتهاب الرئوي • التهاب السحايا (عدوى الغشاء الداخلي للمخ والنخاع الشوكي) • الوفاة
النكاف Mumps / Oreillons	• حمى • صداع • انتفاخ الغدد القريبة من عظم الفك	• التهاب السحايا (عدوى الغشاء الداخلي للمخ والنخاع الشوكي) • صمم • عقم
الحصبة الألمانية Rubella / Rubéole	• طفح جلدي • انتفاخ الغدد	• التهاب المفاصل • إجهاض • تشوهات الجنين الذي تصاب أمه بالحصبة الألمانية أثناء الحمل
الحصبة Measles / Rougeole	• طفح جلدي • سعال • حمى • عين قرنفلية	• الالتهاب الرئوي • اختلاجات • تلف الدماغ • الوفاة

هل تعلم ؟

كما هو الشأن بالنسبة لك، يجب أن يتم تطعيم أطفالك قبل أن تسافر معهم. قد يحتاجون إلى تطعيمات خاصة، أو أن يتم تطعيمهم في وقت أسبق من المعتاد.

الأمراض التي يمكن الوقاية منها بواسطة التطعيمات الروتينية

إن تطعيم طفلك يقيه من العديد من الأمراض التي يُمكن الوقاية منها بواسطة التطعيم.

جميع تلك الأمراض تقريباً يمكن أن تنتشر بسهولة من شخص لآخر، في الأغلب عن طريق السعال والعطس. وهي أمراض خطيرة حيث إنه بمقدورها التسبب في مضاعفات حادة أو الوفاة. ومن ثم، فإن تطعيم طفلك يمنحه الحماية التي يحتاج إليها للتمتع بصحة جيدة.

الأمراض – الأعراض والمضاعفات	الأعراض	المضاعفات المحتملة
الدفتريا (الخانوق) Diphtheria / Diphtérie	• التهاب شديد في الحنجرة • حرارة مرتفعة	• مشكلات في التنفس ونبض القلب • شلل • الوفاة
الشاهوق (السعال الديكي) Pertussis / Coqueluche	• نوبات سعال شديدة قد تستمر لعدة أشهر • صعوبة في تناول الطعام والشراب، والتنفس	• الالتهاب الرئوي • اختلاجات • تلف الدماغ • الوفاة
الكزاز (التيتانوس) Tetanus / Tétanos	• تشنجات الفكين • تشنجات في الحبال الصوتية • تشنجات في عضلات الجسم بأكمله	• الوفاة

الأمراض – الأعراض والمضاعفات	الأعراض	المضاعفات المحتملة
التهاب الكبد ب Hepatitis B / Hépatite B	• حمى • آلام في البطن • يرقان • تقيء • إسهال	• تلف الكبد • سرطان الكبد • الوفاة
الإنفلونزا Influenza / Grippe	• حمى • سعال • إرهاق • صداع • آلام في العضلات	• التهاب الأذن و/أو الجيوب الأنفية • التهاب الشعب الهوائية (التهاب مجاري الهواء) • الالتهاب الرئوي • الوفاة
الفيروس المدور Rotavirus	• حمى مرتفعة • تقيء • إسهال حاد سائل	• جفاف شديد • الوفاة

سيُنصح طفلك بالحصول على تلقيحات أخرى عندما يتقدم في السن، مثل التلقيحات التي تحصّن طفلك من أنواع عديدة من فايروس الورم الحليمي البشري (HPV). تحدثي مع مقدم الرعاية الصحية خاصتك عن التلقيحات التي يحتاجها طفلك للحصول على الحماية الكاملة.

يرجى زيارة موقع Canada.ca/vaccines لمعرفة المزيد حول تلك الأمراض وغيرها من الأمراض التي يُمكن الوقاية منها بواسطة التطعيم.

الأمراض – الأعراض والمضاعفات	الأعراض	المضاعفات المحتملة
جدري الماء Varicella (Chickenpox) / Varicelle	• حمى • العديد من البثور الصغيرة التي تسبب تبقعاً جربياً • حكة	• التهاب الرئوي • التهاب الدماغ (عدوى المخ) • تشوهات الجنين الذي تصاب أمه بجدري الماء أثناء الحمل • الوفاة
عدوى المكورات السحائية Meningococcal infection / Infection méningococcique	• حمى مرتفعة • صداع رأس شديد • غثيان وتقيء • علامات حمراء أو كدمات صغيرة بحجم الدبوس على البشرة • عدوى الدم	• تلف المخ • بتر اليدين أو القدمين • الوفاة
عدوى المكورات الرئوية Pneumococcal infection / Infection pneumococcique	• التهاب الأذن و/أو الجيوب الأنفية • عدوى الدم	• الصمم • تلف المخ • التهاب رئوي • التهاب السحايا (عدوى البطانة الداخلية للمخ والنخاع الشوكي) • الوفاة

إذا كان الأشخاص لا يُصابون بهذه الأمراض إلا نادراً، فلماذا يجب تطعيم طفلي؟

الأمراض التي كانت يوماً ما شائعة لدى الأطفال باتت الآن نادرة في كندا بفضل التطعيمات، إلا أنها لا تزال موجودة. حالة واحدة من مرض الحصبة يمكنها أن تنتشر بسرعة عندما لا يكون الأشخاص قد تلقوا التطعيم ضدها. ليس من السهل معرفة مَن يحمل الجرثومة، أو ما إذا كان طفلك قد تعرض للمرض.

العديد من الأمراض التي يُمكن الوقاية منها بالتطعيم ليس لها علاج أو دواء. وفي بعض الأحيان، قد تؤدي مضاعفات المرض إلى وفاة الأطفال.

لذلك فإن المواظبة على التطعيم هي أفضل وسيلة للوقاية من الأمراض.

لإيضاح أهمية التطعيم على نحو أفضل، سننظر إلى التشبيه التالي: إن الأمر يشبه عندما نشرع في إفراغ الماء من قارب بدأ يتسرب إليه الماء ببطيء. فجأة أصبح القارب مليئاً بالماء (مليئاً بالأمراض). وكنا نقوم بإفراغ الماء بجد وسرعة (التطعيم)، حتى أصبح القارب جافاً تقريباً. إذا توقفنا عن إفراغ الماء من القارب (التطعيم)، فسيستمر الماء في دخول القارب لأن التسرب مازال موجوداً (الأمراض المعدية لا تزال موجودة).

هل يُعتبر التطعيم أكثر أمناً من الإصابة بالمرض الفعلي؟

نعم. لا يواجه نظام المناعة لدى طفلك أية مشكلة في التعامل مع الجراثيم الضعيفة أو الميتة. قد يعاني طفلك من حمى بسيطة أو ألم في الذراع عقب الحصول على التطعيم، إلا أن مثل هذه الأعراض الجانبية لا تدوم إلا لأيام قليلة، ولا تسبب أي اضطراب في أنشطة الحياة اليومية.

ومع ذلك، إذا أصيب طفل لم يحصل على التطعيم بالمرض الحقيقي، فقد تكون النتيجة فادحة أو مميتة. وهذا يعود إلى سرعة تكاثر الجراثيم الحية، بينما لا يكون نظام المناعة لدى طفلك مهيئاً للدفاع عن نفسه.

التطعيمات آمنة

التطعيمات آمنة وتوفر مزايا هامة لصحة أطفالك طوال حياتهم.

لم يشهد العديد من آباء الأطفال الأمراض التي يمكن الوقاية منها بواسطة التطعيم والمذكورة في هذا الدليل لذا لا يمكنهم إدراك مدى خطورة تلك الأمراض. ونتيجة لذلك قد يشعر الآباء بالقلق إزاء الأعراض الجانبية لتلك التطعيمات أكثر من قلقهم إزاء الأمراض ذاتها التي تقي منها.

كيف تتم الموافقة على التطعيمات؟

شأنها كشأن جميع العقاقير، يجب أن تخضع التطعيمات للعديد من الاختبارات قبل أن يمكن استخدامها في كندا. هناك العديد من النظم المعمول بها لمراقبة عمليات إنتاج التطعيمات واستخدامها وسلامتها. يقوم مقدمو خدمات الرعاية الصحية بالإبلاغ عن تفاعلات تلك التطعيمات إلى السلطات الصحية للتأكد من أن يتم التعامل بسرعة مع أية تفاعلات غير متوقعة أو غير معتادة.

هل تعلم ؟

أن التطعيم يمنع ما يتراوح بين اثنين وثلاثة ملايين حالة وفاة في مختلف أنحاء العالم سنوياً. إنه آمن وبسيط وفعال.

يجب أن يحصل طفلك على التطعيم في الوقت المحدد له

تعمل التطعيمات على أفضل نحو حينما تُعطى في الوقت المُحدد لها، بداية من الأيام الأولى من عمر طفلك. يتم إعطاء التطعيمات الروتينية مجاناً في جميع أنحاء كندا، إلا أن مواعيد التطعيم قد تختلف من إقليم إلى آخر، أو من مقاطعة إلى أخرى.

تأكد من أن التطعيمات التي تحصل عليها حديثة. فالتطعيم عملية تدوم طوال العمر.

لماذا يتعين عليَّ تطعيم طفلي وهو لا يزال طفلاً صغيراً؟

تم وضع الجدول الزمني لحماية طفلك قبل أن يتعرض لأي من الأمراض التي يُمكن الوقاية منها بالتطعيم. يتم تحصين الأطفال في مرحلة عمرية مبكرة لأنهم أكثر عرضة للإصابة بالأمراض، مما قد يترتب عنه عواقب وخيمة.

لكن إذا تم تلقيح طفلك في الموعد المقرر له، فإنه سيحصل على الحماية القصوى في أسرع وقت ممكن.

هل تعلم ؟

الأطفال حديثو الولادة قادرون على إنتاج ما يصل إلى مليار جسم مضاد. وعلى هذا النحو، من المقدر (نظرياً) أن الطفل العادي يمكنه التعامل مع ما يصل إلى 10,000 تطعيم في نفس الوقت بلا أدنى مشكلة.

هل يمكن أن يحصل طفلي على أكثر من تطعيم في المرة الواحدة؟

نعم. يتم تقديم بعض التطعيمات سوياً لحماية طفلك ضد عدة أمراض على الفور. إن نظام المناعة لدى طفلك لشيء مذهل بحق، فهو قادر على التعامل مع أكثر من تطعيم في المرة الواحدة على نحو آمن وفعال.

سيقوم مزود الرعاية الصحية الخاص بطفلك بإخبارك بأي التطعيمات يحتاج إليها طفلك في كل زيارة.

أين يمكنني تطعيم طفلي؟

اتصل بمزود الرعاية الصحية الخاص بك لمعرفة من أين يمكنك الحصول على التطعيمات. يمكنك كذلك البحث في دليل الهاتف المحلي لديك أو على الإنترنت لمعرفة عنوان أقرب مكتب صحة عام لك (المراكز المحلية للخدمات المجتمعية (CLSC) في كيبيك).

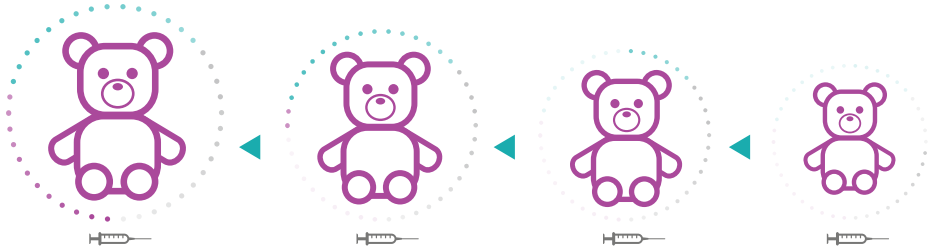
متى يجب تطعيم طفلي؟

يحتاج طفلك إلى التطعيم في مراحل مختلفة من عمره حتى يحصل على الحماية الكاملة. يجب الحصول على بعض التطعيمات أكثر من مرة لتدعيم النظام المناعي لدى طفلك.

قد تختلف الجداول الزمنية للتطعيم بناء على الإقليم أو المقاطعة التي تقيم فيها. وهو ما يعني أن بعض الأقاليم أو المقاطعات تقدم نفس التطعيم في أعمار مختلفة، لكن لا داعي للقلق على الإطلاق، فسيعطيك مزود الرعاية الصحية جدول زمني للتطعيم يوضح لك أي أنواع التطعيمات يحتاج إليها طفلك، وفي أي عمر يجب أن يحصل عليها.

هناك طريقة أخرى لمعرفة الجدول الزمني لتطعيمات طفلك، وهي الرجوع إلى موقع Canada.ca/health حيث يوجد جدول زمني خاص بكل إقليم ومقاطعة.

إليكم مثال لجدول نموذجي. لغرض منح طفلكم الحماية الكاملة، سيتم تطعيمه منذ الولادة أو بعمر شهرين، ثم أربعة أشهر، فستة أشهر، ثم ما بين ١٢ شهراً و١٨ شهراً – وكذلك ما بين أربعة وستة أعوام. يحتاج الأطفال بعمر المدرسة إلى تطعيمات إضافية.



الجرعة الأولى
بعض الحماية

الجرعة الثانية
حماية أكثر

الجرعة الثالثة
حماية أفضل

الجرعة الرابعة
حماية طويلة المدى

طفلك يعتمد عليك لحمايته بواسطة التطعيم

إن الحرص على حصول طفلك على تطعيماته في مواعيدها المقررة يعد من أهم المهام التي عليك القيام بها كوالد. حينما تقوم بتطعيم طفلك، فأنت بذلك تحميه من أمراض خطيرة طوال حياته.

لماذا من المهم متابعة تطعيم طفلك؟

قد يُطلب منك تقديم إثبات على حصول الطفل على تطعيماته المقررة. في بعض مناطق كندا، يلزم أن تتوافر لدى الأطفال كافة التطعيمات الحديثة قبل بدء الدراسة في المدرسة أو روضة الرعاية اليومية. وهذا يهدف إلى المساعدة على منع انتشار الأمراض الخطيرة في تلك التجمعات.

كما أن معرفة تواريخ تطعيم طفلك قد يكون مفيداً إذا احتجت إلى الذهاب بطفلك إلى مقدم رعاية صحية آخر، أو إذا سافرت إلى خارج كندا.

ماذا يحدث إذا فات طفلي تطعيم مقرر؟

إن حياتك مع أطفالك قد تجعلك مشغولا دائماً . وقد يتعذر عليك الالتزام بموعد تطعيم طفلك، إلا أنه من الضروري أن تعود إلى الالتزام بالجدول الزمني.

ينبغي عليك حجز موعد مع مقدم الرعاية الصحية في أسرع وقت ممكن، فهو بمقدوره أن يحدد التطعيمات التي سبق لطفلك أن حصل عليها، والتطعيمات التي لا يزال يحتاجها.

ماذا يحدث إذا غيَّرنا مكان إقامتنا؟

إذا انتقلت إلى إقليم أو مقاطعة أخرى، سيتغير الجدول الزمني لتطعيم طفلك. فور انتقالك، اتصل بمقدم الرعاية الصحية في محل إقامتك الجديد لمعرفة أي التطعيمات يجب أن يحصل عليها طفلك. تذكر أن تصطحب معك سجل تطعيم طفلك إلى الموعد مع مقدم الرعاية الصحية.

هل تعلم: ماذا إذا كان طفلي مصاباً بالزكام أو الحمى؟

إذا كان طفلك مريضاً أو يعاني من الحمى إبان موعد الحصول على التطعيم، فعليك مناقشة الأمر مع مقدم الرعاية الصحية حيث إنه بمقدوره تقييم ما إذا كان من المناسب تطعيم طفلك، أم أنه من الأفضل الانتظار حتى تتحسن حالته الصحية.

ما يمكن توقعه في التطعيم الأولى لطفلك

بمقدورك مساعدة طفلك على الحصول على تجربة تطعيم إيجابية. إن فهم ما سيحدث عندما يتم تطعيم طفلك سيُسهل عليك وعلى طفلك عملية التطعيم.

قبل التطعيم

تذكّر إحضار سجل تطعيمات طفلك معك عند زيارتك لمقدم الرعاية الصحية أو مكتب الصحة العامة (CLSC في كيبيك). إذا لم يكن لديك سجل التطعيمات، فاطلب الحصول على سجل.

كيف يمكنني متابعة تطعيم طفلي؟

سيتم منحك سجل تطعيم (بطاقة أو كتيب) مع جدول التطعيم الموصى به لطفلك عند زيارتك الأولى للعيادة. إذا نسي مقدم الرعاية الصحية منحك سجل التطعيم، فاحرص على طلبه. من الضروري أن تجلب معك هذا السجل عند كل زيارة لمقدم الرعاية الصحية، وذلك لكي يتم تحديث السجل كل مرة يتلقى فيها طفلك على تطعيم جديد.

قد تجد أنه من المفيد استخدام قائمة المعاينة الموجودة على خلفية هذا الدليل، وكذلك تنزيل تطبيق **CANmmunize** لمساعدتك على متابعة تطعيمات عائلتك.

هل أنت مسافر؟

عند السفر إلى دولة أخرى، قد تكون أنت وعائلتك عرضة للأمراض التي يمكن الوقاية منها بالتطعيم. وقد تشمل أمراضاً لا يتم منح تطعيماتها بصفة روتينية في كندا. لذا من الضروري استشارة مقدم الرعاية الصحية، أو زيارة عيادة صحية خاصة بالسفر، وذلك قبل موعد سفرك بستة أسابيع على الأقل. قد يُفضَّل الحصول على أنواع معينة من التطعيمات بناء على عمرك، والمكان الذي تعتزم التوجه إليه، وخطط أعمالك.

بعد التطعيم

يكون أغلب الأطفال في حال جيدة بعد التطعيم. قد لا يكون هناك أي تفاعل لدى طفلك مع التطعيم. في بعض الحالات، قد يكون طفلك:

- متضايقاً؛
- أكثر نعاساً من المعتاد؛
- مصاباً بحمى منخفضة، أو
- يعاني من بقعة مؤلمة أو انتفاخ أو احمرار في موقع إدخال الإبرة.

تعد هذه التفاعلات طبيعية وتدوم في أغلب الأحيان ما بين ١٢ و ٢٤ ساعة. يمكنك منح طفلك دواء يساعد على خفض الحمى، أو تسكين الألم. اسأل مقدم الرعاية الصحية عن الدواء الأفضل لحالته.

أثناء التطعيم

قد يطرح عليك مقدم الرعاية الصحية بعض الأسئلة حول صحة طفلك، مثل ما إذا كان يعاني من حساسية أو مشكلات صحية.

فيما يلي بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها لمساعدة طفلك أثناء التطعيم.

- استرخ. قد يتفاعل طفلك مع مشاعرك. حينما تظل مسترخياً وإيجابياً، فإن طفلك سيحس بالمزيد من السعادة والارتياح.
- عانق طفلك. احمل طفلك وتحدث إليه أثناء التطعيم. لقد أثبتت الدراسات أن الأطفال الذين يتم حملهم أثناء حصولهم على حقنة يبكون بقدر أقل.
- الرضاعة الطبيعية. إذا كنتِ ترضعين طفلكِ رضاعة طبيعية، فحاولي إرضاعه مباشرة قبل أو أثناء أو بعد الحصول على الحقنة. سيعمل هذا على تهدئة طفلك.
- إلهاء. يمكن أن يساعد صوتك أو لمستك الحنونة والناعمة على تهدئة طفلك، كما أن لعبته المفضلة أو تسليته بقصة أو أغنية قد يساعد على تهدئة مزاجه.

متى يجب عليك الاتصال بمزود الرعاية الصحية؟

تعد التفاعلات الخطيرة للتطعيمات نادرة جدا. اتصل بمقدم الرعاية الصحية أو مكتب الصحة العامة (CLSC في كيبيك) إذا ظهرت على طفلك أية أعراض غير طبيعية بعد التطعيم.

قد تتضمن الأعراض غير الطبيعية ما يلي:

- حمى أعلى من ٤٠ درجة مئوية (١٠٤ فهرنهايت)؛
- البكاء أو التهيج لأكثر من ٢٤ ساعة؛
- زيادة انتفاخ موقع إدخال الإبرة؛ أو
- نعاس غير معتاد.

أنت أكثر الناس دراية بطفلك. إذا لاحظت أي أمر غير معتاد بعد التطعيم، راجع الأمر مع مقدم الرعاية الصحية.

قبل أن تتوجه إلى المنزل

حدد الموعد المقبل لتطعيم طفلك.

سيُطلب منك الانتظار في العيادة ما بين ١٥ و٢٠ دقيقة بعد انتهاء تطعيم طفلك. والسبب في ذلك هو أن هناك احتمال ضئيل بأن يحدث تفاعل حساسية خطير مع التطعيم مثله مثل أي عقار (فرط الحساسية).

تتضمن أعراض التفاعل الخطير ما يلي:

- مشكلات في التنفس (الصفير)؛
- انتفاخ الوجه؛ و/أو
- انتشار البقع على البشرة (الطفح الجلدي).

إذا رأيت أياً من هذه الأعراض، توجَّه إلى مقدم الرعاية الصحية على الفور، فهو على دراية بما يجب فعله لعكس ردة فعل الحساسية.

أين يمكن الحصول على مزيد من المعلومات؟

من الهام أن تحصل على الحقائق المتعلقة بالتطعيم من مصادر معتمدة. تحدث إلى مقدم رعاية صحية محل ثقة بشأن تطعيمات طفلك، الذي يمكن أن يكون طبيبك، أو ممرضة، أو صيدلي.

فيما يلي بعض المواقع الإلكترونية التي يمكنك أن تثق بها للعثور على معلومات عن التطعيم:

Canada.ca/vaccines

caringforkids.cps.ca

immunize.ca

sogc.org

hpvinfo.ca

قائمة متابعة لتطعيمات طفلك

- حدِّد موعداً. قد يحصل طفلك على أول تطعيم له فور ولادته، لكن المؤكد أن يحصل عليه عندما يكون عمره شهرين. سيمنحك مقدم الرعاية الصحية جدول التطعيمات الخاص بطفلك.
- احضر معك سجل تطعيمات طفلك. سوف تحصل عليه عند أول زيارة لك لمقدم الرعاية الصحية.
- حدِّد الموعد القادم. حدد الموعد القادم لتطعيم طفلك قبل مغادرة مقر مقدم الرعاية الصحية.
- ضع علامة على موعد التطعيم القادم على تقويم هاتفك الخلوي أو التقويم المنزلي وذلك في أسرع وقت ممكن قبل أن تنسى.
- احتفظ بسجل تطعيمات طفلك في مكان آمن بحيث يسهل عليك العثور عليه متى احتجت إليه.

تذكّر أن التطعيم جزء لا يتجزأ من رعايتك الروتينية لطفلك. المواظبة على حصول طفلك على أحدث التطعيمات أمر ضروري للحفاظ على صحته.

canada.ca/vaccines

canada.ca/vaccins