Australian Government

COVID-19 VACCINATION

COVID-19 ভ্যাকসিন সম্পর্কে শিশুদের সাথে কীভাবে কথা বলতে হয়

সর্বশেষ আপডেটঃ ৪(আট) আগস্ট 2022

6 মাস থেকে 4 বছর বয়সী কিছু বাচ্চাদের জন্যও ভ্যাকসিন দেওয়ার সুপারিশ করা হয় যারা গুরুতরভাবে ইমিউনোকম্প্রোমাইজড, বা অক্ষমতা আছে, সেইসাথে যাদের জটিল এবং/অথবা একাধিক স্বাস্থ্যগত অবস্থা রয়েছে যা তাদের গুরুতর COVID-19 এর ঝুঁকি বাড়ায়। আপনার সন্তানের কৌতূহলী হওয়া এবং COVID-19 ভ্যাকসিন সম্পর্কে অনেক প্রশ্ন থাকা স্বাভাবিক। ভ্যাকসিন নেওয়ার আগে এবং পরে বাচ্চাদের সাথে কথা বলার জন্য এখানে কিছু টিপস রয়েছে।

Department of Health and Aged Care ওয়েবসাইটে উপলব্ধ সর্বশেষ চিকিৎসা পরামর্শের সাথে আপ টু ডেট থাকা গুরুত্বপূর্ণ।

আপনার সন্তানের ভ্যাকসিন নেওয়ার আগে আপনি আপনার ভ্যাকসিন প্রদানকারী বা ডাক্তারের সাথে COVID-19 ভ্যাকসিন সম্পর্কে আপনার যে কোনও উদ্বেগ বা প্রশ্ন নিয়ে আলোচনা করতে পারেন।

তাদের প্রতিক্রিয়া শোনা এবং ভ্যাকসিন নেওয়ার বিষয়ে তাদের যে কোন ভয় আছে তা স্বীকার করা গুরুত্বপূর্ণ।

- COVID-19 ভ্যাকসিন সম্পর্কে আপনি এখন পর্যন্ত কী জানেন তা আমাকে বলুন।
- আপনি কি আগে কখনও ভ্যাকসিন নিয়েছেন?

আপনার সন্তানের আগে একটি ভ্যাকসিন নেওয়ার সম্ভাবনা রয়েছে এবং এটি এতটা খারাপ নাও হতে পারে।

COVID-19 ভ্যাকসিন সম্পর্কে আপনি যা জানেন তা সৎভাবে এবং বয়স-উপযুক্ত উপায়ে ব্যাখ্যা করুন।

মনে রাখবেন শিশুরা প্রাপ্তবয়স্কদের কাছ থেকে মানসিক ইঙ্গিত নেয়, তাই অতিরিক্ত শেয়ার করা ভয় গঠনমূলক নাও হতে পারে এবং আপনার সন্তানকে অস্বস্তি বোধ করাতে পারে।

ব্যাখ্যা করুন যে ডাক্তার বা পেশাদার চিকিৎসক আপনার সন্তানকে কিছু প্রশ্ন জিজ্ঞাসা করবেন, আপনার শিশু তাদের বাহুতে একটি সুঁচ পাবে (বা পায়ে যদি তারা 6 মাস থেকে 5 বছরের কম হয়) যে তারা একটি ছোট খোঁচা অনুভব করবে এবং সুঁচটি যেখানে দেয়া হয়েছে সেখানে পরে একটু ব্যথা হতে পারে। আপনার সন্তানকে বলুন যে সুঁচটি যেখানে ঢুকেছে সেখানে সামান্য ব্যথা হওয়া স্বাভাবিক এবং এর মানে ওষুধটি কাজ করছে।

যদি আপনার শিশু ভ্যাকসিন নেওয়ার বিষয়ে উদ্বিগ্ন বলে মনে হয়, তাহলে তাদের অনুভূতি আরও অন্বেষণ করার চেষ্টা করুন বা প্রয়োজনে আপনার ডাক্তারের কাছ থেকে আরও পরামর্শ নিন।

আপনার সন্তানের প্রশ্নের উত্তর দিন

আপনার সন্তানের যেকোন প্রশ্নের উত্তর দেওয়ার জন্য কিছু শিশু-বান্ধবসুলভ উত্তর তৈরি করুন। এই কথোপকথনে সাহায্য করতে পারে এমন কিছু মূল প্রশ্ন এবং উত্তর এখানে রয়েছে:

বাস্তব উদাহরণ ব্যবহার করুন, যেমন সন্তানের দাদা-দাদীকে রক্ষা করা, স্কুলে যাওয়া এবং দলের খেলাধুলার মতো জিনিসগুলি চালিয়ে যেতে সক্ষম হওয়া, আপনি যদি মনে করেন যে এগুলো সাহায্য করবে।

অস্ট্রেলিয়ায়, একটি সংস্থা দ্বারা তাদের পুঙ্খানুপুঙ্খভাবে পরীক্ষা করা হয়েছে যা নিশ্চিত করে যে সমস্ত ওষুধ নিরাপদ। তারা নিরাপদ না হলে মানুষকে দেওয়া হবে না।

যদি আপনার শিশু সূঁচ ভয় পায় সেজন্য কার্যকর প্রস্তুতি এবং বিভ্রান্ত করার কৌশল গুরুত্বপূর্ণ।

5 বছর বা তার বেশি বয়সী বাচ্চাদের জন্য, এটি একটি ছোট, আরও পরিচিত স্থানে, যেমন স্থানীয় ফার্মেসি বা সাধারণ অনুশীলনে যোগ দেয়া সাহায্য করতে পারে। বড় আকারের ভ্যাকসিনদানের স্থানগুলি কোলাহলপূর্ণ এবং ব্যস্ত হতে পারে এবং কষ্ট বাড়াতে পারে।

একটি ইতিবাচক অভিজ্ঞতা এবং বিভ্রান্তি তৈরি করতে আপনার সন্তানের প্রিয় খেলনা বা বই সঙ্গে আনুন।

আপনার সন্তান যদি সূঁচের ভয় পায় তাহলে আপনার প্রদানকারীকে আগে থেকেই জানান যাতে তারা পর্যাপ্ত সময় আলাদা করে রাখতে পারে এবং নিশ্চিত করতে পারে যে প্রক্রিয়াটি তাড়াহুড়ো করা বা জোরপূর্বক করা হচ্ছে না।

ভ্যাকসিন সম্পর্কে আরও তথ্যের জন্য আপনি www.health.gov.au-এ **Department of Health and Aged Care ওয়েবসাইট** দেখতে পারেন।

আপনি **1800 020 080** National Coronavirus এবং COVID-19 Vaccine Helpline-এ কল করতে পারেন। বিনামূল্যে দোভাষী পরিষেবার জন্য বিকল্প ৪(আট) চাপুন।

আপনি যদি বধির হন, বা আপনার শ্রবণ বা বাক প্রতিবন্ধকতা থাকে, আপনি **133 677** নম্বরে National Relay Service-এ কল করতে পারেন।