# Jak mówić do dzieci o szczepionkach COVID-19

Ostatnio zaktualizowane: 8 sierpnia 2022 roku

Szczepienie jest również zalecane dla niektórych dzieci w wieku od 6 miesięcy do 4 lat, które mają poważnie obniżoną odporność lub są niepełnosprawne, a także tych, które mają złożone i/lub liczne schorzenia, które zwiększają ryzyko ciężkiego przebiegu COVID-19.

Jest naturalne, że twoje dziecko będzie ciekawe i będzie miało wiele pytań dotyczących szczepienia przeciw COVID-19. Tu jest kilka wskazówek jak rozmawiać z dziećmi przed i po otrzymaniu szczepionki.

Jest ważne by być na bieżąco z najnowszymi zaleceniami medycznymi dostępnymi na stronie internetowej [Department of Health and Aged Care](https://www.health.gov.au/).

Możesz również omówić wszelkie wątpliwości lub pytania dotyczące szczepienia przeciw COVID-19 ze swoim dostawcą szczepień lub lekarzem, zanim twoje dziecko otrzyma szczepionkę.

Ważne jest, aby wysłuchać ich odpowiedzi i przyjąć do wiadomości wszelkie obawy, jakie mają w związku ze szczepieniem.

* Czy możesz powiedzieć mi, co wiesz teraz o szczepionce przeciw COVID-19?
* Czy miałeś kiedykolwiek wcześniej szczepionkę?

Możliwe, że twoje dziecko otrzymało już kiedyś szczepionkę i nie było tak źle.

Wytłumacz szczerze i w sposób odpowiedni dla wieku, to co wiesz o szczepionce przeciw COVID-19.

Pamiętaj, że dzieci odbierają emocjonalne sygnały od dorosłych, więc nadmierne dzielenie się obawami może nie być konstruktywne i może sprawić, że twoje dziecko poczuje się nieswojo.

Wyjaśnij dziecku, że lekarz lub pracownik medyczny zada mu kilka pytań, że dziecko otrzyma igłę w ramię (lub w nogę jeśli ma od 6 miesięcy do mniej niż 5 lat) i poczuje małe ukłucie, a miejsce gdzie trafiła igła może potem trochę boleć. Uspokój dziecko mówiąc mu, że niewielki ból w miejscu wprowadzenia igły jest normalny i oznacza, że lek działa.

Jeżeli twoje dziecko wydaje się zaniepokojone szczepieniem, spróbuj rozpoznać jego uczucia lub zasięgnij dalszych porad lekarza, jeżeli jest to konieczne.

## Odpowiedz na pytania dziecka

Miej przygotowane odpowiedzi przyjazne dzieciom na pytania, które twoje dziecko może zadać. Tu jest kilka kluczowych pytań i odpowiedzi, które mogą pomóc w tej rozmowie:

Użyj prawdziwych przykładów, takich jak ochrona dziadków dziecka i możliwość kontynuowania zajęć, takich jak chodzenie do szkoły i uprawianie sportów zespołowych, jeśli uważasz, że to pomoże.

W Australii szczepionki były gruntownie przetestowane przez agencję zapewniającą, że wszystkie leki są bezpieczne. Nie były by dawane ludziom gdyby nie były bezpieczne.

Ważne są skuteczne techniki przygotowania i odwracania uwagi jeżeli dziecko boi się igieł.

Dzieciom w wieku 5 lat i starszym może pomóc skorzystanie z mniejszej kliniki lub bardziej znanego miejsca, takiego jak lokalna apteka lub ogólna praktyka lekarska. Duże ośrodki szczepień mogą być głośne i ruchliwe i mogą zwiększyć ryzyko stresu.

Przynieś ze sobą ulubione zabawki lub książki dziecka by stworzyć pozytywne doświadczenie i odwrócić jego uwagę.

Zawiadom dostawcą szczepień wcześniej, jeżeli twoje dziecko boi się igieł, by mógł zarezerwować wystarczająco dużo czasu i zapewnić by procedura nie była pośpieszna lub wymuszona.

Możesz odwiedzić stronę internetową [Department of Health and Aged Care](https://www.health.gov.au/initiatives-and-programs/covid-19-vaccines/translations) [www.health.gov.au](http://www.health.gov.au/)po więcej informacji o tej szczepionce.

Możesz również zadzwonić na krajową infolinię ds. Koronawirusa i COVID-19 Szczepień -National Coronavirus and COVID-19 Vaccine Helpline pod numer **1800 020 080**. Wybierz opcję 8 po bezpłatną pomoc tłumacza.

Zadzwoń do National Relay Service pod numer **133 677** jeśli jesteś głuchy albo masz zaburzenie słuchu lub mowy.