

ما هي اللقاحات الموصى بها لرضيحي الآن وقد بلغ 4 أشهر من العمر؟

What vaccines are recommended for my baby from

4 months?

SKAI : مشاركة المعرفة بشأن التحصين

الآن، وقد بلغ رضيعك أربعة أشهر من العمر، يوصى بإعطائه جرعة أخرى من اللقاحات التي تلقاها في سن ستة أسابيع (لقاح DTPa-Hib-IPV-HepB المشترك ولقاح 13vPCV ولقاح الفيروس العجلي). تعمل كل جرعة على تقوية مناعة طفلك ضد ثمانية أمراض (الرجاء مراجعة الصفحة التالية). يُعطى اثنان من هذه اللقاحات بواسطة إبر عادةً في رجلي الرضيع، أما اللقاح الآخر فيُعطى على شكل قطرات توضع داخل فم رضيعك كي يبلعها.

كيف ستؤثر اللقاحات على رضيعي؟

تسبب الإبر وجعًا خفيفًا ويبيكي معظم الرضع بعدها لعدة دقائق. يستطيع الطبيب أو الممرض القيام ببعض الأشياء لجعل إعطاء رضيعك الإبر أسهل عليه. ويمكنهما إعطاءه قطرات اللقاح قبل إعطائه الإبر. والسكر المُستخدَم لتخفيف هذه القطرات هو دواء مخفف للألم لدى الرضع. وسيقوم الطبيب أو الممرض بعلمهما بأسرع وألطف ما يمكن. لا بل أنهما سيحاولان إعطاء الإبرتين معًا إذا كان بإمكانهما ذلك.

هناك بعض الأشياء التي يمكنك القيام بها للمساعدة أيضًا. إن لف رضيعك بإحكام، أو حضنه بشكل عمودي، أو جعله ينظر إليك، أو إرضاعه من الثدي خلال (أو مباشرة بعد) إعطائه الإبر يخفف الألم لدى الرضع. وإذا فضلت ألا تكوني موجودة في الغرفة عند تلقي رضيعك الإبر، يمكنك إحضار شخص آخر معك لكي يحضنه. وإذا لم يكن باستطاعتك إحضار شخص آخر، أخبري الطبيب أو الممرض بذلك، فقد يتمكنان من الترتيب لإحضار شخص للمساعدة.

تحتوي اللقاحات على أجزاء من جرثومة أو من جراثيم يكون قد تم إضعافها بحيث لا تسبب مرضًا للرضع. وهي تؤدي عملها بتعريف جهاز مناعة الرضيع على شكل الجراثيم قبل أن تصيب الرضيع. بعد تلقي التلقيح، إذا دخلت إحدى تلك الجراثيم إلى جسم الرضيع سيكون جهاز المناعة قد أدرك سابقًا كيف يتخلص من الجراثيم لكي لا تتسبب بمرض ذلك الطفل. من الاعتيادي أن يشعر بعض الرضع (لكن ليس جميعهم) بشيء من التوعك لعدة أيام بعد تلقيهم أحد اللقاحات.

يمكن أن تؤدي اللقاحات إلى جعل بعض الأطفال يشعرون بشيء من التوعك لمدة يوم أو يومين. وردود الفعل الأكثر شيوعًا هي الاحمرار أو الوجع أو التورم في موضع غرز الإبر، وعدم الرغبة في الأكل كثيرًا، والحمى (الحرارة) الخفيفة، والتللمل أو عدم الاستقرار، وأحيانًا التقيؤ أو الإسهال. يدوم معظم هذه الأعراض مدة تتراوح بين 12 و24 ساعة ومن ثم تتحسن. وفي بعض الأحيان ينشأ نتوء صغير (درنة) في الموضع الذي تم غرز الإبرتين أو كليهما فيه، ويمكن أن تمضي عدة أسابيع قبل أن يختفي. ومع أن ردود الفعل هذه يمكن أن تكون مزعجة فإنها أقل خطورة بكثير من الأمراض التي تحمي اللقاحات الرضع منها.

ماذا يمكنني أن أفعل إذا حصل لطفلي أحد ردود الفعل هذه؟

إذا ارتفعت حرارة رضيعك يمكن المساعدة بإلباسه ملابس خفيفة (صيفية) وإعطائه رضعات إضافية كثيرة من الثدي أو، إذا لم يكن طفلك يرضع من الثدي، إعطائه الكثير من رضعات الفورميلا الصغيرة طيلة اليوم. وإذا كانت هناك بقعة حمراء مؤلمة على جسم رضيعك حيث تم غرز الإبرة، يمكن المساعدة بوضع خرقة باردة عليها. لقد وجدت البحوث الطبية أن حضن الرضع يجعلهم يتحسنون فعلاً.

Now your baby is four months old, it is recommended they have another dose of the vaccinations they had at six weeks (combined DTPa-Hib-IPV-HepB, 13vPCV and rotavirus). Each dose strengthens your baby's immunity to eight diseases (see next page). Two of the vaccines are needles, usually given in the baby's legs. The other vaccine is given as drops put into your baby's mouth to swallow.

How will the vaccines affect my baby?

Needles hurt a bit and most babies cry for a few minutes afterwards. Your doctor or nurse can do some things to make getting needles easier for your baby. They can give your baby the vaccine drops before giving the needles. The sugar used to sweeten these drops is a pain relieving medicine for babies¹. The doctor or nurse will be as quick and gentle as they can. They will even try to give both needles at once if they can.

There are some things you can do to help, too. Wrapping your baby firmly, cuddling them in an upright position, facing you, or breastfeeding during (or straight after) the needles are given reduce pain for babies¹. If you'd prefer not to be in the room when your baby gets the needles, you can bring someone with you to do the cuddling. If you can't bring someone else, let your doctor or nurse know. They may be able to arrange someone to help.

Vaccines contain either parts of a germ or germs that have been weakened so they can't make babies sick. They work by showing the baby's immune system what the germs look like before they catch

them. After having a vaccine, if one of those germs does get into the baby's body, the immune system will already know how to clear the germs away so they don't make the baby sick. It is normal for some (but not all) babies to feel a little unwell for a few days after they've had a vaccine.

Vaccines can make some children feel a little unwell for a day or two. The most common reactions are redness, soreness or swelling where the needles went in, not wanting to eat very much, mild fever (temperature), grizzly or unsettled behaviour and sometimes vomiting or diarrhoea. Most of these symptoms last between 12 and 24 hours and then get better. Sometimes a small hard bump (nodule) develops in the spot where one or both of the needles went in, and this can take a few weeks to go away. Although these reactions can be unpleasant, they are a lot less serious than the diseases vaccinations protect babies from.

What can I do if my child gets one of these reactions?

If your baby feels hot, it can help to dress them in light (summer) clothes and offer lots of extra breastfeeds or, if your baby isn't breastfed, lots of small formula feeds through the day. If your baby has a sore, red spot where the needle went in, it can help to put a cool cloth on it. Research has found that cuddles really do make babies feel better. Using a baby sling makes it easier to get things done while cuddling a baby who doesn't want to be put down. Paracetamol (Panadol®), Dymadon® can help ease a fever and relieve soreness. (Follow the instructions on the packet.) You can remind your doctor or nurse to give you a leaflet to help you remember these things today. **If you are worried about your baby's reaction to a vaccination, you can get help from your doctor, or the nearest emergency department, or call Health Direct on 1800 022 222 at any time of the day or night.**

Do vaccines work?

Vaccines almost always prevent babies from getting the diseases described below. Sometimes babies who have been vaccinated catch one of the diseases but they usually get much milder symptoms and recover more quickly than children who haven't had the vaccine.

What are the diseases these vaccines protect my baby from?

These vaccines protect babies from diphtheria, tetanus, pertussis, Hib, polio, hepatitis B, pneumococcus and rotavirus. You may not have heard of them because they are less common than they were before vaccines were available in Australia but children can still get these diseases, especially if they aren't vaccinated.

Are the diseases serious?

Diphtheria is a serious disease that can cause a membrane (or skin) to grow over a child's throat and stop them from breathing. Diphtheria is very rare in Australia now, but the vaccine is still used to protect children from catching diphtheria from people who have travelled to places where it is more common².

Tetanus (sometimes called lockjaw) affects all the muscles in the body, including the ones used for breathing. The germ that causes it lives in the soil, which means children can get it through a cut, a burn, a bite or even a prick².

Pertussis is usually called whooping cough. It spreads very easily from one person to another through the air when someone who has it coughs or sneezes. The germ that causes it irritates the airways causing coughing fits that can be very severe. Small babies can die from whooping cough².

باستخدام حَمالة رَضَع تَسَهّل عليك عملية إنجاز أعمالك مع حمل طفلك الذي لا يريد أن يتمّ إنزاله. يمكن أن يؤدي الباراسيتامول (Panadol®, Dymadon®) أيضًا إلى تخفيف الحمى والوجع. (اتّبعي التعليمات الموجودة على العبوة). يمكنك تذكير الطبيب أو الممرّض لإعطائك منشورًا لمساعدتك على تذكر هذه الأشياء اليوم. إذا كنت قلقة بشأن ردّ فعل رضيعك للتلقيح، يمكنك الحصول على مساعدة من طبيبك أو من أقرب قسم طوارئ، أو اتصلي بـ Health Direct على الرقم 1800 022 222 في أي وقت ليلاً أو نهارًا.

هل تنفع اللقاحات؟

تمنع اللقاحات دائمًا تقريبًا الإصابة بالأمراض الموصوفة أدناه. أحيانًا يُصاب الأطفال الصغار، الذين تمّ تلقيحهم، بأحد الأمراض. لكن الأعراض التي يعانون منها عادةً أخفّ ويُشَقون بسرعة أكبر من سرعة شفاء الأطفال الذين لم يحصلوا على اللقاح.

ما هي الأمراض التي تحمي هذه اللقاحات رضيعي منها؟

تحمي هذه اللقاحات الرضّع من الخانوق والكُزاز والشاهوق و بكتريا النزلة النزفية نوع باء (Hib) وشلل الأطفال وفيروس الوباء الكبدى نوع باء والمكورة الرئوية والفيروس العجلى. لعلك لم تسمعي بها من قبل لأنها أقل شيوعًا ممّا كانت عليه قبل توفّر اللقاحات في أستراليا، لكنه ما يزال بالإمكان أن يُصاب الأطفال بهذه الأمراض، خاصةً إذا لم يكونوا ملقّحين.

هل الأمراض خطيرة؟

الخانوق مرض خطير يمكن أن يؤدي إلى مَوّ غشاء (أو جلد) على حلق الطفل ويوقف قدرته على التنفّس. والخانوق نادر جدًّا في أستراليا الآن، لكن اللقاح ما يزال قيد الاستخدام لحماية الأطفال من انتقال هذا المرض إليهم من أشخاص سافروا إلى أماكن حيث المرض أكثر انتشارًا².

يؤثر الكُزاز (الذي يُطلق عليه أحيانًا ضرز) على كافة عضلات الجسم، بما فيها العضلات التي تُستخدم للتنفّس. تعيش الجرثومة التي تسبّب هذا المرض في التراب، ممّا يعني أنها يمكن أن تدخل إلى جسم الأطفال نتيجة جرح أو حرق أو عضة أو حتى وخزة².

يُعرّف الشاهوق عادةً باسم السعال الديكي. وهو ينتشر بسهولة كبيرة من شخص إلى آخر عبر الهواء عندما يسعل أو يعطس شخص مصاب به. تثير الجرثومة المؤدية إلى هذا المرض مجاري الهواء، مسببة نوبات من السعال يمكن أن تكون حادة جدًّا. ويمكن أن يموت الرضّع من السعال الديكي².

تسبّب Hib أمراضًا خطيرة منها تورّم حول الدماغ (التهاب السحايا)، وتسبّم (إنتان) الدم، وتورّم في الحلق، والتهاب في الرئتين (ذات الرئة). ويمكن أن يموت الرضّع الذين يصابون بالأمراض التي تسببها Hib، ومن يبقى منهم على قيد الحياة يُصاب في الغالب بتلف في الدماغ. تنتشر Hib من شخص إلى آخر تمامًا كنزلة البرد العادية².

يسبّب شلل الأطفال شللًا في عضلات الأطراف ويمكن أن يؤثّر أيضًا على عضلات التنفّس والقلب. وهو نادر في أستراليا لكنه أكثر شيوعًا في بلاد قريبة منها. يُصاب الأطفال بشلل الأطفال عندما يضعون أيديهم أو ألعابهم في أفواههم بعد أن يكون شخص آخر مصاب بالمرض (لكنه ليس مريضًا نتيجة بعد) قد لمسها².

فيروس الوباء الكبدى نوع باء هو عدوى في الكبد لا يؤدي في الغالب حتى إلى مرض الأطفال عند إصابتهم به في البداية، لكن حتى وإن لم تكن هناك دلائل في البداية لوجود فيروس الوباء الكبدى نوع باء، فإنه يمكن أن يؤدي إلى أمراض خطيرة في الكبد، منها سرطان الكبد، في مرحلة لاحقة من حياة الشخص. وهو ينتقل من شخص إلى آخر عادةً بدون أن يعرف أيّ منهما أنه مصاب به².

ينجم مرض المكورة الرئوية عن جراثيم (بكتيريا) يمكن أن تسبّب تورّمًا حول الدماغ (التهاب السحايا)، والتهابًا في الرئتين (ذات الرئة)، والتهابات في الأذن يمكن أن تلحق الضرر بالسمع، وأمراضًا خطيرة أخرى. يمكن أن يصاب الأطفال بالمرض بانتقاله فيما بينهم تمامًا كما يحصل في نزلات البرد².

يسبّب الفيروس العجلى الإسهال والتقيؤ (التهاب معوي معدى) ممّا يجعل الأطفال في الغالب مرضى بدرجة يحتاجون معها إلى إدخالهم المستشفى للعلاج. ويُصاب الأطفال به عندما يضعون في أفواههم شيئًا كان قد لمسّه شخص مصاب بالفيروس (لكنه قد لا يكون مريضًا نتيجة بعد)².

Hib causes a variety of serious illnesses, including swelling around the brain (meningitis), blood poisoning (sepsis), swelling in the throat and infection in the lungs (pneumonia). Babies can die from the diseases caused by Hib and those who survive often have brain damage. Hib spreads from person to person just like a common cold².

Polio causes muscle paralysis in the limbs and can also affect the breathing muscles and the heart. It is rare in Australia but more common in countries nearby. Children catch polio when they put their hands or toys in their mouths after someone who has the disease (but may not be sick yet) has touched them².

Hepatitis B is a liver infection that often doesn't even make children sick when they first get it. Even if there are no signs at first, hepatitis B can cause serious liver diseases, including liver cancer, later in life. It spreads from one person to another, usually without either of them even knowing they have it².

Pneumococcal disease is caused by germs (bacteria) that can cause swelling around the brain (meningitis), infection in the lungs (pneumonia), ear infections that can damage hearing, and other serious diseases. Children can catch it from each other just like they catch colds².

Rotavirus causes diarrhoea and vomiting (gastroenteritis) that often makes children so sick they need to be admitted to hospital for treatment. Children catch it when they put something in their mouths that has been touched by someone who has the virus (but might not be sick yet)².

I've heard vaccines can have serious side effects. Is this true?

Serious side effects can happen but they are very rare. About one child out of every 3000 have febrile convulsions² (fits or seizures) in the days after a vaccination. This can happen when a child's temperature (fever) goes up suddenly. They stop happening when the child's temperature stops going up. Febrile convulsions happen more often when toddlers have an illness (like a cold) that give them a fever, than they do after vaccination. Those who have this reaction usually recover quickly without any long-term effects².

About 59 in one million (1,000,000) children who get the rotavirus vaccine (drops) get a serious condition that causes a blockage of their intestine (called intussusception)². Babies who have this illness look very sick. They usually have strong pain in their tummies that comes and goes. They may vomit and they usually look pale and seem weak or sleepy. Babies who have signs of this illness need to go to hospital quickly so they can get the help they need to get better. Intussusception is very rare.

About one in one million (1,000,000) children have a severe allergic reaction (called anaphylaxis) to one of the ingredients in one of the vaccines². If this happens, it usually happens before you and your baby leave the clinic and the medical staff are trained to help children who have this reaction to recover quickly. Anaphylaxis is frightening but extremely rare.

Side effects that last more than a few hours or a few days are extremely rare and happen for less than one in one million (1,000,000) vaccinated children². **If you are worried about your baby, you can get help from your doctor or the nearest emergency department or call Health Direct on 1800 022 222.**

لقد سمعت أنه يمكن أن تكون للقاحات تأثيرات جانبية خطيرة. هل هذا صحيح؟

يمكن أن تحدث تأثيرات جانبية خطيرة، لكنها نادرة جدًا. يعاني حوالي طفل من كل 3000 طفل من تشنجات (نوبات) الحمى في الأيام التي تلي التلقيح. يمكن أن يحدث ذلك عندما ترتفع درجة حرارة الطفل (حمى) فجأة، لكن حدوثها يتوقف متى توقفت درجة حرارة الطفل عن الارتفاع. يغلب حدوث تشنجات الحمى عندما يكون الأطفال الدارجون مصابين بمرض (مثل نزلة البرد) يسبب حمى لديهم أكثر من حدوثها بعد التلقيح. كما أن من يعاني من رد الفعل هذا يتعافى عادةً بسرعة وبدون أية نتائج طويلة الأمد².

تحدث لدى حوالي 59 من كل مليون (1000000) طفل يتلقون (قطرات) لقاح الفيروس العجالي حالة خطيرة تسبب انسدادًا في أمعائهم (تسمى الانغلاف)². ويبدو على الأطفال الذين يُصابون بهذا المرض أنهم معتلون جدًا. ويكون لديهم عادةً ألم قوي في البطن يظهر ويختفي. وقد يتقيأون ويبدو عليهم عادةً سُحوب ويظهر عليهم الضعف أو النعاس. يجب أخذ الأطفال الذين لديهم دلائل هذا المرض إلى المستشفى على وجه السرعة كي يحصلوا على المساعدة التي يحتاجون إليها للتحسن. والانغلاف نادر جدًا.

يحدث لدى حوالي طفل من كل مليون (1000000) طفل رد فعل حساسي حاد (يُطلق عليه الحساسية المفرطة) تجاه أحد مكونات أحد اللقاحات². إذا حدث ذلك فإن حدوثه سيكون قبل مغادرتك ورضيعك العيادة، والموظفون الطبيون مدربون لمساعدة الأطفال الذين يحدث لهم رد الفعل هذا لكي يتعافوا بسرعة. ومع أن الحساسية المفرطة مخيفة، فإنها نادرة للغاية.

إن التأثيرات الجانبية التي تدوم أكثر من عدة ساعات أو عدة أيام نادرة للغاية وتحدث لأقل من طفل من كل مليون (1000000) طفل يتم تحصينهم². إذا ساورك قلق بشأن طفلك يمكنك الحصول على مساعدة من طبيبك أو من أقرب قسم طوارئ أو اتصلي بـ Health Direct على الرقم 1800 022 222.

من أين يمكنني الحصول على مزيد من المعلومات؟

إذا رغبت في الحصول على مزيد من المعلومات عن تلقيحات الطفولة أو الأمراض التي تحمي الأطفال منها يمكنك:

- التوجّه إلى موقع SKAI الإلكتروني، talkingaboutimmunisation.org.au
- أو كتابة أسئلتك في المكان المخصّص لذلك أذناه وسؤال الطبيب أو الممرّض عند زيارتك لهما.

وماذا بعد؟

يوصى بمزيد من التلقيحات عندما يبلغ رضيعك ستة أشهر من العمر. ينبغي تكرار اثنين من اللقاحات الموصى بها للرضع الذين في سن أربعة أشهر عندما يبلغون ستة أشهر. فتكرار لقاح 13PCV واللقاح السداسي التكافؤ يساعد على ضمان حصول الرضع على أقوى حماية ممكنة لهم وأطولها مفعولاً. من المهم تحصين الرضع والأطفال الآخرين في المواعيد المقررة لأن البحوث قد وجدت أن اللقاحات تؤمّن أفضل النتائج عند إعطائها في مراحل السن هذه.

Where can I get more information?

If you would like more information about childhood vaccination or the diseases they protect children from you can:

- go to the SKAI website, talkingaboutimmunisation.org.au
- or you can write your questions in the space below and ask your doctor or nurse when you see them.

What is next?

More vaccinations are recommended when your baby is six months old. Two of the vaccines recommended for babies who are four months old need to be given again when they are six months old. Repeating the 13PCV and the hexavalent vaccines helps make sure babies get the strongest and most long-lasting protection they can. It is important that babies and children get vaccinated on time because research has found they work best when they are given at these ages.

What questions would you like answered before getting your child's needles?

.....

I have no questions

References

1. Taddio A, et al. Reducing pain during vaccine injections: clinical practice guideline. Canadian Medical Association Journal 2015;187:975-982.
2. Australian Immunisation Handbook 10th Edition (Updated June 2015). Australian Government Department of Health: Canberra.

ما هي الأسئلة التي توّدين الحصول على أجوبة لها قبل إعطاء طفلك الإبر؟

.....

ليس لدي أسئلة

المراجع

1. أ. تاديو وزملاء - تخفيف الألم خلال حقنات اللقاح: دليل للممارسة السريرية. المجلة العلمية للجمعية الطبية الكندية. 2015;187:975-982.
2. كتيّب التحصين الأسترالي الطبعة 10 (تحديث حزيران/يونيو 2015). دائرة الصحة في الحكومة الأسترالية: كنبرا.

تولّى كتابة نشرة المعلومات هذه مجموعة من الباحثين يُعرفون باسم SKAI Collaboration. وقد تمّ إعدادها من جانب الحائزة على شهادة الدكتوراه Nina Chad والحائزة على شهادة الدكتوراه Julie Leask من جامعة سيدني، والحائزة على شهادة الدكتوراه Margie Danchin من جامعة ملبورن، والحائزة على شهادة الدكتوراه Tom Snelling من Telethon Kids Institute، والطبيبة Kristine Macartney والحائزة على شهادة الدكتوراه Melina Georgousakis من NCIRS. المشروع ممّول بواسطة دائرة الصحة في الحكومة الأسترالية.

This information sheet was written by a group of researchers called the SKAI Collaboration. It was developed by Nina Chad PhD and Julie Leask PhD from the University of Sydney, Margie Danchin PhD from the University of Melbourne, Tom Snelling PhD from the Telethon Kids Institute, and Kristine Macartney MD and Melina Georgousakis PhD from NCIRS. The project is funded by the Australian Government Department of Health.

4 months_Arabic | SKAI Info sheet: July 2020