

ما هي اللقاحات الموصى بها لطفلي الآن وقد بلغ 12 شهرًا من العمر؟

What vaccines are recommended now my baby is

12 months?

SKAI : مشاركة المعرفة بشأن التحصين

الآن، وقد بلغ طفلك 12 شهرًا من العمر، يوصى بإعطائه ثلاثة لقاحات (4vMenCV و 13vPCV و MMR). تحمي هذه اللقاحات الثلاثة الأطفال من خمسة أمراض (الرجاء مراجعة الصفحة التالية). تُعطى هذا اللقاحات جميعها على شكل إبر عادةً في ذراعي طفلك.

كيف ستؤثر اللقاحات على طفلي؟

تؤثر اللقاحات الموصى بها للأطفال الذين بلغوا 12 شهرًا من العمر بالطريقة ذاتها كما في اللقاحات التي تُعطى لهم في السنة الأولى. تسبب الإبر وجعًا خفيفًا ويبي معظم الأطفال بعدها لعدة دقائق. يستطيع الطبيب أو الممرّض القيام ببعض الأشياء لجعل إعطاء طفلك الإبر أسهل عليه. وقد يستطيعان إعطاء الإبرتين معًا.

وهناك بعض الأشياء التي يمكنك أنت القيام بها للمساعدة أيضًا. من المعروف أن السكر يخفف الألم لدى الأطفال صغيري السن، لذا من المفيد فعلاً في هذه الحالة إعطاء طفلك شرابًا محلى بالسكر أو قطعة حلوى سكرية قبل تلقيحه. هناك أيضًا لصقة يمكن شراؤها من الصيدلية ويمكن استخدامها لتخدير جلد طفلك، ويجب لصقها قبل حوالي ساعة من زيارتك الطبيب أو الممرّض. ويمكنك إحضار لوحة أنشطة أو لعبة لإلهاء طفلك أو لتشجيعه على أخذ أنفاس عميقة خلال الزيارة. ومن المعروف أيضًا أن من الأشياء التي تخفف الألم ألعاب الفيديو المحمولة باليد، وطواحين الهواء الورقية أو سائل إطلاق الفقاعات، واحتضان الطفل وإرضاعه لتهدئته خلال التلقيح أو بعده مباشرة¹.

تسبب هذه اللقاحات شيئًا من التوعك لمعظم الأطفال لعدة أيام. هذه الأعراض يمكن أن تؤدي إلى تعب الأطفال أو تمللمهم أو عدم استقرارهم، وبعضهم ينام أكثر قليلاً من المعتاد. أما ردود الفعل الأكثر شيوعًا لهذه اللقاحات فهي الاحمرار أو الوجع أو التورم في موضع غرز الإبرة، أو عدم الرغبة في الأكل كثيرًا، أو الحمى، أو الصداع الخفيف، أو الشعور بأوجاع عامة، أو ظهور طفح، أو الغثيان (الشعور بالتقيؤ)، أو تورم خفيف تحت الأذنين. يُصاب بعض الأطفال بحمى وطفح خفيف بعد تلقي لقاح MMR. ولا تدمر ردود الفعل هذه عادة أكثر من عدة أيام، وهي أقل خطورة بكثير من الأمراض التي تحمي اللقاحات الأطفال منها².

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

إذا ارتفعت حرارة طفلك يمكن المساعدة بإلباسه ملابس خفيفة (صيفية) وإعطائه كميات إضافية من المياه لشربها أو عرض رضعات إضافية من الثدي عليه. وإذا كانت هناك بقعة حمراء مؤلمة على جسم طفلك حيث تم غرز الإبرة، يمكن المساعدة بوضع خرقة باردة عليها. يمكن أن يؤدي الباراسيتامول (Panadol®، Dymadon®) إلى تخفيف الحمى والوجع أيضًا. (اتبعي التعليمات الموجودة على العبوة دائمًا). لقد وجدت البحوث الطبية أن حضن الأطفال يجعلهم يتحسنون فعلاً. يمكنك تذكير الطبيب أو الممرّض لإعطائك منشورًا لمساعدتك على تذكر هذه الأشياء اليوم. إذا كنت قلقة بشأن رد فعل رضيعك للتلقيح، يمكنك الحصول على مساعدة من طبيبك أو من أقرب قسم طوارئ، أو يمكنك الاتصال بـ Health Direct على الرقم 1800 022 222 في أي وقت ليلاً أو نهارًا.

Now that your child is 12 months old, three vaccines are recommended (4vMenCV, 13vPCV, and MMR). These three

vaccines protect children from five diseases (see next page). These vaccines are all given as needles, usually in your child's arms.

How will the vaccines affect my child?

The vaccines recommended for children at 12 months affect them in much the same way as the vaccines given in the first year. The needles hurt a bit and most children cry for a few minutes afterwards. There are some things your doctor or nurse can do to make getting needles easier for your child. They may be able to give both needles at once.

There are also some things you can do to help too. Sugar is known to reduce pain for young children so giving your child a sugar-sweetened drink or a lolly just before getting the vaccines really helps. There is also a patch you can buy at the chemist that can be used to numb your child's skin. These need to be stuck on about an hour before you visit the doctor or nurse. You can bring an activity or toy to distract your child or encourage them to take deep breaths during the visit. Hand-held video games, blowing paper windmills or bubble mix, comforting cuddles and breastfeeding during vaccination or straight after are also known to help reduce pain¹.

These vaccines make most children feel a little unwell for a few days. These symptoms can make children tired and grizzly or unsettled and some sleep a little more than they usually do. The most common reactions to these vaccines are redness, soreness and swelling where the needle went in, not wanting to eat very much, fever, a slight headache, an achy feeling all over, a rash, nausea (feeling sick), or a slight swelling under their ears. Some children get a fever and a slight rash about ten days after having the MMR vaccine.

These reactions don't usually last more than a day or two, and they're a lot less serious than the diseases vaccinations protect children from².

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

If your child feels hot, it can help to dress them in light (summer) clothes and give them extra water to drink or offer extra breastfeeds. If your child has a sore, red spot where the needle went in, it can help to put a cool cloth on it. Paracetamol (Panadol®, Dymadon®) can also help to ease a fever and relieve soreness. (Always follow the instructions on the packet.) Medical research has found that cuddles really do make children feel better. 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 you can call Health Direct on 1800 022 222 at any time of the day or night.**

Do the vaccines work?

The vaccines almost always prevent children from getting meningococcal disease caused by meningococcus types A, C, W, or Y, invasive pneumococcal disease, measles, mumps, or rubella. Sometimes children who are vaccinated still catch one of these 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 child from?

One of the needles protects your child from meningococcal disease caused by four types of meningococcus (A, C, W, and Y). The second protects your child from pneumococcal disease caused by 13 types of pneumococcus. And the third protects your child from three diseases, called measles, mumps and rubella. All of these diseases are much less common than they were before most children living in Australia were vaccinated but are still common in other countries around us. Children can still get these diseases in Australia, especially if they aren't vaccinated.

Are the diseases serious?

Meningococcal disease is caused by bacteria (germs) called meningococcus. This disease can cause brain swelling (meningitis) and blood poisoning (sepsis). It spreads from person to person just like a cold. Children who catch meningococcal disease often have parts of their hands, toes, arms or legs amputated (cut off) to save their lives. Children who survive Hib meningitis often have brain damage².

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

Measles is best known as a disease that causes a spotty rash. It spreads very easily, even before the rash starts, when a person who has caught it coughs or sneezes and another person is nearby. Measles can be very serious. It causes lung infections (pneumonia), blindness, bleeding (thrombocytopenia) and brain diseases (called meningitis and SSPE). SSPE is very rare but children who get it do not survive. People who catch measles as children can also develop serious health issues later in life².

Mumps causes fever (high temperature), headache, sore throat, aching muscles and painful swellings in the neck, and sometimes the underarms or groin. Rarely, mumps can cause a brain infection (meningitis or encephalitis). It spreads like a common cold².

Rubella is sometimes called 'german measles'. It is usually a very mild illness, like a common cold, but it spreads very easily from one person to another. If a pregnant woman catches rubella, her baby will almost certainly be born deaf, blind or brain damaged. Vaccinating young children also protects mothers and babies from rubella².

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

Serious side effects can happen, but they are very, very rare. About one

هل تنفع اللقاحات؟

تمنع اللقاحات دائماً تقريباً إصابة الأطفال بمرض المكورات السحائية الناجم عن أنواع المكورات السحائية A أو C أو W أو Y، أو مرض المكورات الرئوية الغازية، أو الحصبة، أو النكاف، أو الروبيلا. أحياناً يُصاب الأطفال بأحد هذه الأمراض على الرغم من تلقيحهم، لكن الأعراض التي يعانون منها تكون عادةً أخفّ ويُشْفون بسرعة أكبر من سرعة شفاء الأطفال الذين لم يحصلوا على اللقاح.

ما هي الأمراض التي تحمي هذه اللقاحات طفلي منها؟

تحمي إحدى الإبر طفلك من مرض المكورات السحائية الناجم عن أربعة من أنواع المكورات السحائية (A و C و W و Y)، بينما تحمي الثانية طفلك من مرض المكورات الرئوية الذي ينجم عن 13 نوعاً من أنواع المكورات الرئوية. أما الثالثة فتحمي طفلك من ثلاثة أمراض تسمى الحصبة والنكاف والروبيلا. إن كل هذه الأمراض أقل شيوعاً الآن مما كانت عليه قبل تلقيح معظم الأطفال الذين يعيشون في أستراليا، لكنها ما زالت شائعة في بلدان أخرى حولنا. وما يزال بالإمكان أن يُصاب الأطفال بهذه الأمراض في أستراليا، خاصةً إذا لم يكونوا ملقّحين.

هل الأمراض خطيرة؟

ينجم مرض المكورات السحائية عن بكتيريا (جراثيم) تسمى مكورات سحائية. ويمكن أن يؤدي مرض المكورات السحائية إلى تورّم الدماغ (التهاب السحايا) وتسمّم (إنتان) الدم. وهو ينتشر من شخص إلى آخر تماماً كانتشار نزلة البرد. وفي الغالب يتمّ بتر (قطع) أجزاء من أيدي الأطفال الذين يصابون بمرض المكورات السحائية أو أصابع أقدامهم أو أذرعهم أو أرجلهم لإنقاذ حياتهم. وغالباً ما يُصاب الأطفال الذين ينجون من التهاب السحايا الناجم عن بكتريا النزلة النزفية نوع باء (Hib) بتلف الدماغ².

ينجم مرض المكورات الرئوية عن بكتيريا (جراثيم) يمكن أن تسبّب تورّم الدماغ (التهاب السحايا)، والتهاب الرئتين (ذات الرئة)، والتهابات الأذن (التهاب الأذن الوسطى) التي يمكن أن تضرّ السمع، وأمراضاً خطيرة أخرى. ويمكن أن يُصاب الأطفال بها بانتقالها من أحدهم إلى آخر تماماً مثلما يُصابون بنزلات البرد².

المشهور عن الحصبة أنها مرض يؤدي إلى طفح بقعي. وهي تنتشر بسهولة كبيرة، حتى قبل بدء الطفح، عندما يسعل أو يعطس شخص أصيب بها ويكون شخص آخر على مقربة منه. يمكن أن تكون الحصبة خطيرة جداً. فهي تسبّب التهابات رئوية (ذات الرئة)، والعمى، والنزف (قَلّة الصُفَيحات)، وأمراضاً في الدماغ (تسمى التهاب السحايا وSSPE). ومع أن SSPE نادر جداً فإن الأطفال الذين يُصابون به لا ينجون منه. كما أن الأشخاص الذين يُصابون بالحصبة وهم أطفال يمكن أن تنشأ لديهم مشاكل صحية خطيرة في مرحلة لاحقة من حياتهم².

يسبّب النكاف الحمى (الحرارة المرتفعة)، والصداع، وألم الحنجرة، ووجعاً في العضلات، وتورّمات مؤلمة في العنق وأحياناً تحت الإبطين أو الأربية. ويمكن أن يسبّب النكاف، في حالات نادرة، التهاباً في الدماغ (التهاب السحايا أو التهاب الدماغ). وهو ينتشر كانتشار نزلة البرد العادية².

تسمى الروبيلا أحياناً 'الحصبة الألمانية'. وهي تكون عادةً مرضاً خفيفاً مثل نزلة البرد العادية، لكنها تنتشر بسهولة كبيرة من شخص إلى آخر. إذا أصيبت المرأة الحامل بالروبيلا فمن شبه المؤكّد أن طفلها سيولد أصمّاً أو أعمى أو مصاباً بتلف في الدماغ. يحمي تلقيح الأطفال صغار السن الأمهات والرُضّع أيضاً من الروبيلا².

لقد سمعت أنه يمكن أن تكون للّقاحات تأثيرات جانبية خطيرة.

هل هذا صحيح؟

يمكن أن تحدث تأثيرات جانبية خطيرة، لكنها نادرة جداً. يعاني حوالي طفل من كل 3000 طفل من تشنّجات (نوبات) الحمى² خلال سبعة إلى 10 أيام بعد تلقّي لقاح MMR الأول. يمكن أن يحدث ذلك عندما ترتفع درجة حرارة الطفل (حمى) فجأة. يغلب حدوث تشنّجات الحمى عندما يكون الأطفال الدارجون مصابين بمرض يرفع حرارتهم (مثل نزلة البرد) أكثر من حدوثها بعد التلقيح. متى توقفت حرارة الطفل عن الارتفاع، تتوقف النوبات أيضاً. والأطفال الذين يعانون من ردّ الفعل هذا يتعافون عادةً بسرعة.

child out of every 3000 has febrile convulsions² (fits or seizures) about seven to 10 days after their first MMR vaccination. This can happen when a child's temperature (fever) goes up suddenly. Febrile convulsions happen more often when toddlers have an illness that gives them a fever (like a cold) than they do after vaccination. Once the child's temperature stops going up, the seizures stop. Children who have this reaction usually recover quickly.

About three to five in every one million (1,000,000) children who get MMR vaccine have a reaction that results in bruising or bleeding (thrombocytopenia). It usually lasts for between one and six months and then gets better.

Fewer than one in one million (1,000,000) children have a serious allergic reaction (anaphylaxis) to one of the ingredients in one of the vaccines². If this happens, it usually happens before you and your child leave the clinic. Your doctor or nurse knows how to help children who have this reaction to recover very 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 child, you can get help from your doctor or the nearest emergency department or call Health Direct on 1800 022 222.**

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?

When your child is 18 months old, two more vaccines are recommended. One is a combined MMRV vaccine to strengthen their immunity to measles, mumps and rubella, and to protect them from varicella (chickenpox). The other is another dose of DTPa vaccine to strengthen their immunity against diphtheria, tetanus and pertussis.

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.

يحدث رد فعل لدى حوالي ثلاثة إلى خمسة أطفال من كل مليون (1000000) طفل يتلقون لقاح MMR يؤدي إلى تكدم أو نزف (قلة الصفائح). وهو يدوم لما بين شهر واحد وستة أشهر ثم يأخذ بالتحسن.

يحدث لدى حوالي طفل من كل مليون (1000000) طفل رد فعل حساسي حاد (الحساسية المفرطة) تجاه أحد مكونات أحد اللقاحات². إذا حدث ذلك فإن حدوثه سيكون قبل مغادرتك وطفلك العيادة. يعرف الطبيب أو الممرض كيفية مساعدة 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 بالاتصال 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:

- التوجه إلى موقع SKAI الإلكتروني، talkingaboutimmunisation.org.au
- أو كتابة أسئلتك في المكان المخصص لذلك أدناه وسؤال الطبيب أو الممرض عند زيارتك لهما.

وماذا بعد؟

عند بلوغ طفلك 18 شهرًا من العمر، يوصى له بلقاحين إضافيين، أحدهما لقاح MMRV المشترك لتقوية مناعته ضد الحصبة والنكاف والروبيلا، ولحمائمه من الحماق (جديري الماء). أما الآخر فهو جرعة أخرى من لقاح DTPa لتقوية مناعته ضد الخانوق والكزاز والشاهوق.

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

.....

.....

.....

.....

ليس لدي أسئلة

المراجع

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

تولى كتابة نشرة المعلومات هذه مجموعة من الباحثين يُعرفون باسم SKAI Collaboration. وقد تم 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 ممول 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.