



ما هي اللقاحات الموصى بها لطفلي الآن وقد بلغ 18 شهرًا من العمر؟

What vaccines are recommended for my baby from

18 months?

SKAI : مشاركة المعرفة بشأن التحصين

يوصى بإعطاء الرضع الذين بلغوا 18 شهرًا من العمر ثلاثة لقاحات مشتركة (Hib وMMRV وDTPa). تقوّي هذه اللقاحات مناعة الأطفال ضد سبعة أمراض وتحميهم من مرض آخر (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 18 شهرًا من العمر بالطريقة ذاتها تقريبًا كما في حالة اللقاحات التي تُعطى لهم عادةً في سنتهم الأولى. تسبب الإبر وجعًا خفيفًا ويبيكي معظم الأطفال بعدها لعدة دقائق. يمكنك أن تسأل الطبيب أو الممرض ما إذا كان بالإمكان إعطاء إبرتين معًا لكي تتم العملية بأكملها بسرعة أكبر بعض الشيء.

هناك أيضًا بعض الأشياء التي يمكنك أنت القيام بها للمساعدة. هناك لصقة (EMLA®) تستطيعين شراءها من الصيدلية ويمكن استخدامها لتخدير جلد طفلك. ويجب لصق هذه اللصقات قبل حوالي ساعة من زيارتك الطبيب أو الممرض. ويمكنك أيضًا إحضار لوحة أنشطة أو لعبة لإلهاء طفلك خلال تلقيحه. كذلك فإن تشجيع الأطفال على أخذ أنفاس عميقة خلال تلقيهم الإبر - بنفخ طواحين الهواء الورقية أو فقاعات الصابون أو بالهائه بأغنية أو فيديو أو لعبة - تخفف الألم في الواقع. واحتضان الطفل من جانب أحد والديه أو مقدم رعايته، أو إرضاعه خلال التلقيح (أو بعده مباشرة) يخفف ألمه أيضًا.

يمكن أن تسبب اللقاحات شيئًا من التوعك لبعض الأطفال ليوم أو يومين. وردود الفعل الأكثر شيوعًا لهذه اللقاحات هي 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 تورم خفيف تحت الأذنين. هذه الأعراض يمكن أن تؤدي إلى تهمل الأطفال أو عدم استقرارهم ليوم أو يومين. ينشأ لدى بعض الأطفال تنوء صلب صغير (درنة) في الموضع أو الموضع حيث تم غرز الإبر فيها. هذه التنتؤات تكون عادةً غير مؤلمة وتزول من تلقاء نفسها بعد عدة أسابيع. يُصاب بعض الأطفال بحمى وطفح خفيف بعد حوالي عشرة أيام من تلقي لقاح MMR. ولا تدوم ردود الفعل هذه عادةً أكثر من يوم أو يومين، وهي أقل خطورة بكثير من الأمراض التي تحمي اللقاحات الأطفال منها.

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

إذا ارتفعت حرارة طفلك يمكن المساعدة بالباسه 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 الممرض لإعطائك منشورًا لمساعدتك على تذكر هذه الأشياء اليوم. إذا كنت قلقة بشأن رد فعل طفلك 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.

Three combined vaccines (Hib, MMRV and DTPa) are recommended for babies who are 18 months old. These vaccines strengthen children's immunity to seven diseases and protect them from one more (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 who are 18 months old affect them in much the same way as the vaccines they usually get during their first year. The needles hurt a bit and most children cry for a few minutes afterwards. You can ask your doctor or nurse if they can give two of the needles at once so that the whole process is over just a little bit more quickly.

There are also some things you can do to help. There is a patch (EMLA®) you can buy at the chemist that you can use to numb your child's skin. You'll need to stick the patches on about an hour before you visit the doctor or nurse. You can also bring an activity or toy to distract your child during their vaccination. Encouraging young children to take deep breaths while they are getting needles - by blowing paper windmills or soap bubbles, or distracting them with a song, a video, or a game - actually reduces their pain. Cuddling a parent or carer, or breastfeeding during vaccinations (or straight afterwards) make them hurt less too¹.

Vaccines can make some children feel a little unwell for a day or two. 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, or a slight swelling under their ears. These symptoms can make children grizzly or unsettled for a day or two. Some children get a small, hard bump (nodule) in one or both of the spots where the needles went in. These bumps don't usually hurt and go away by themselves after a few weeks. 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 child'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.**

هل تنفع اللقاحات؟

تمنح اللقاحات دائمًا تقريبًا إصابة الأطفال بمرض ناجم عن بكتريا النزلة النزفية نوع باء (Hib)، والحصبة، والنكاف، والروبيلا، والحمق (جدري الماء)، والخانوق، والكزاز، والشاهوق². أحيانًا يُصاب الأطفال بأحد هذه الأمراض على الرغم من تلقيهم، لكن الأعراض التي يعانون منها تكون عادةً أخف ويُسفون بسرعة أكبر من سرعة شفاء الأطفال الذين لم يحصلوا على اللقاح.

ما هي الأمراض التي تحمي هذه اللقاحات طفلي منها؟

تقوي إحدى الإبر مناعة الأطفال ضد الحصبة، والنكاف، والروبيلا، وتحصيمهم من الحمق، بينما تقوي الثانية مناعتهم ضد الخانوق، والكزاز، والشاهوق. إن كل هذه الأمراض أقل شيوعًا 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 ملقحين.

Do the vaccines work?

The vaccines almost always prevent children from getting disease caused by Hib germs, measles, mumps, rubella, varicella (chickenpox), diphtheria, tetanus, and pertussis². 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.

هل الأمراض خطيرة؟

تسبب بكتريا (جرثيم) Hib مجموعة من الأمراض الخطيرة منها تورم حول الدماغ (التهاب السحايا)، وتسمم (إنتان) الدم، وتورم في الحنجرة (اللهاة)، والتهاب في الرئتين (ذات الرئة). ويمكن أن يموت الرضع 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.

What are the diseases these vaccines protect my child from?

One of the needles strengthens children's immunity to measles, mumps and rubella, and protects them from varicella. The other strengthens their immunity to diphtheria, tetanus and pertussis. All of these diseases are less common than they were before most children living in Australia were vaccinated, but are still common in other nearby countries. Children can still get these diseases in Australia, especially if they aren't vaccinated.

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 جدًا. فهي تسبب التهابات رئوية (ذات الرئة)، والعمى، والنزف (قلة الصفائح)، وأمراضًا في الدماغ (تسمى التهاب السحايا SSPE). ومع أن SSPE نادر جدًا 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.

Are the diseases serious?

Hib bacteria (germs) cause a variety of serious illnesses, including swelling around the brain (meningitis), blood poisoning (sepsis), swelling in the throat (epiglottitis) 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.

يسبب النكاف الحمى (الحرارة المرتفعة)، والصداع، وألم الحنجرة، ووجعًا في العضلات، وتورمات مؤلمة في العنق وأحيانًا تحت الإبط أو الأربية. ويمكن أن يسبب النكاف، في حالات نادرة، التهابًا في الدماغ (التهاب السحايا أو التهاب الدماغ). وهو ينتشر كالتنفس نزلة البرد العادية².

تسمى الروبيلا أحيانًا 'الحصبة الألمانية'. وهي تكون عادةً مرضًا خفيفًا مثل نزلة البرد العادية، لكنها تنتشر بسهولة كبيرة من شخص إلى آخر. إذا أصيبت المرأة الحامل بالروبيلا فمن شبه المؤكد أن طفلها سيولد أصمًا أو أعمى أو مصابًا بتلف في الدماغ. يحمي تلقيح الأطفال صغار السن الأمهات والرضع أيضًا من الروبيلا².

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.

يُطلق على الحمق عادة اسم جدري الماء. وهو فيروس ينتشر بسهولة من شخص إلى آخر مثل نزلة البرد أو الإنفلونزا، ويسبب حمى وبقعًا حمراء تثير الحكاك تتحول إلى بثور. هذه الحالة تكون عادةً خفيفة لدى الأطفال، لكنها يمكن أن تكون شديدة الخطورة على البالغين. والنساء الحوامل اللاتي يصبن بجدري الماء يمكن أن يُصبن بذات الرئة، والتهاب الدماغ (تورم الدماغ)، وهباتاتيس (مرض في الكبد). وقد يكون وزن مواليدهن دون الطبيعي، أو تكون هناك ندوب على جلودهم، أو لا تنمو أذرعهم وأرجلهم وأدمغتهم بصورة طبيعية. كما يمكن أن يُصاب هؤلاء المواليد بمرض مؤلم يسمى قوباء في السنوات القليلة الأولى من حياتهم. يساعد تلقيح الأطفال ضد الحمق على حماية الأمهات ومواليدهن².

الخانوق مرض خطير يمكن أن يؤدي إلى نمو غشاء (أو جلد) على حنجرة الطفل ويوقف قدرته على التنفس. والخانوق نادر جدًا 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.

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.

Varicella is usually called chickenpox. It is a virus that spreads easily from person to person like a cold or flu. It causes fever and itchy red spots that become blisters. The condition is usually mild for children, but can be very serious for adults. Pregnant women who get chickenpox can get pneumonia, encephalitis (brain swelling), and hepatitis (liver disease). Their babies may be born underweight, with scars on their skin, or with arms, legs and brains that do not develop normally. These babies can also get a painful disease called shingles in the first few years of their lives. Vaccinating children against varicella helps protect mothers and babies².

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 is sometimes called lockjaw. Tetanus affects all the muscles in the body, including the ones used for breathing. The germ that causes tetanus lives in the soil, which means children can get tetanus through a cut, a burn, a bite or even just a prick (from a nail or a thorn)².

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.

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 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 the 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.

يُطلق على الكُزاز أحيانًا اسم ضرز. وهو يؤثر على كافة عضلات الجسم، بما فيها العضلات التي تُستخدم للتنفس. تعيش الجرثومة التي تسبب هذا المرض في التراب، مما يعني أن الأطفال يمكن أن يصابوا بالكُزاز نتيجة جرح أو حرق أو عضة أو حتى وخزة (مسمار أو شوكة)².

يُعرف 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 جدًا. ويمكن أن يموت الأطفال الصغار من السعال الديكي².

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

يمكن أن تحدث تأثيرات جانبية خطيرة، لكنها نادرة جدًا جدًا. يعاني حوالي طفل من كل 3000 طفل من تشنجات (نوبات) الحمى² خلال سبعة إلى 10 أيام بعد تلقي لقاح MMR الأول. يمكن أن يحدث ذلك عندما ترتفع درجة حرارة الطفل (حمى) فجأة. يغلب حدوث تشنجات 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 أيضًا. والأطفال الذين يعانون من رد الفعل هذا يتعافون عادةً بسرعة.

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 أقل من طفل في 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 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:

• 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 4 سنوات من العمر، يوصى له بلقاح DTPa/IPV مشترك لتقوية مناعته ضد الخانوق والكُزاز والشاهوق وشلل الأطفال. وهو يُعطى كإبرة في ذراع طفلك.

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.**

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

.....

.....

.....

.....

ليس لدي أسئلة

Where can I get more information?

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

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

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: كنيبرا.

توتى 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، والحائز على شهادة الدكتوراه Tom Snelling من Telethon Kids Institute، والطبيبة Kristine Macartney والحائزة على شهادة الدكتوراه Melina Georgousakis من NCIRS. المشروع ممولّ بواسطة دائرة الصحة في الحكومة الأسترالية.

What is next?

When your child is four years old a combined DTPa/IPV vaccine is recommended to strengthen their immunity to diphtheria, tetanus, pertussis and polio. It is given as a needle in your child's arm.

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.

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.