



ما هي اللقاحات الموصى بها لطفلي الآن وقد بلغ 4 سنوات من العمر؟

What vaccines are recommended for my baby from

4 years?

SKAI : مشاركة المعرفة بشأن التحصين

Now your child is four years old, a combined DTPa-IPV vaccine is recommended. This vaccine strengthens children's immunity to four diseases (see next page). It is given as a needle, usually in your child's arm.

How will the vaccines affect my child?

The DTPa-IPV vaccine affects children in much the same way as the vaccines they have had before. 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. There is 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, and comforting cuddles during vaccination or straight after are also known to help reduce pain¹.

Vaccines can make some children feel a little unwell for a few days. 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.

الآن، وقد بلغ طفلك 4 سنوات من العمر، يوصى بإعطائه لقاح DTPa/IPV مشترك. يقوِّي هذا اللقاح مناعة الأطفال ضد أربعة أمراض (الرجاء مراجعة الصفحة التالية). وهو يُعطى على شكل إبرة عادةً في ذراع طفلك.

كيف ستؤثر اللقاحات على طفلي؟

يؤثر لقاح DTPa/IPV على الأطفال بالطريقة ذاتها تقريباً كما في حالة اللقاحات التي تلقوها سابقاً. تسبب الإبر وجعاً خفيفاً ويبيكي معظم الأطفال بعدها لعدة دقائق.

يستطيع الطبيب أو الممرض القيام ببعض الأشياء لجعل إعطاء طفلك الإبر أسهل عليه. وقد يستطيعان إعطاء الإبرتين معاً.

هناك أيضاً بعض الأشياء التي يمكنك أنت القيام بها للمساعدة. هناك لصقة تستطيعين شراؤها من الصيدلية ويمكن استخدامها لتخدير جلد طفلك. ويجب لصق هذه اللصقات قبل حوالي ساعة من زيارتك الطبيب أو الممرض. ويمكنك أيضاً إحضار لوحة أنشطة أو لعبة إلهاء لطفلك أو تشجيعه على أخذ أنفاس عميقة خلال الزيارة. ومن المعروف أيضاً أن من الأشياء التي تخفف الألم ألعاب الفيديو المحمولة باليد، وطواحين الهواء الورقية أو سائل إطلاق الفقاعات، واحتضان الطفل خلال التلقيح أو بعده مباشرة¹.

يمكن أن تسبب اللقاحات شيئاً من التوعك لبعض الأطفال لعدة أيام. وردود الفعل الأكثر شيوعاً لهذه اللقاحات هي الاحمرار أو الوجع أو التورم في موضع غرز الإبرة، أو عدم الرغبة في الأكل كثيراً، أو الحمى، أو الصداع الخفيف، أو الشعور بأوجاع عامة، أو تورم خفيف تحت الأذنين. هذه الأعراض يمكن أن تؤدي إلى تملل الأطفال أو عدم استقرارهم ليوم أو يومين. ينشأ لدى بعض الأطفال نتوء صلب صغير (درنة) في الموضع أو الموضع حيث تم غرز الإبر فيها. هذه النتوءات تكون عادةً غير مؤلمة وتزول من تلقاء نفسها بعد عدة أسابيع.

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

إذا ارتفعت حرارة طفلك يمكن المساعدة بالباسه بالباس خفيفة (صيفية) وإعطائه كميات إضافية من المياه لشربها. وإذا كانت هناك بقعة حمراء مؤلمة على جسم طفلك حيث تم غرز الإبرة، يمكن المساعدة بوضع خرقعة باردة عليها. يمكن أن يؤدي الباراسيتامول (Panadol أو Dymadon) إلى تخفيف الحمى والوجع أيضاً. (اتبعي التعليمات الموجودة على العبوة دائماً). لقد وجدت البحوث الطبية أن حضن الأطفال يجعلهم يتحسنون فعلاً. يمكنك تذكير الطبيب أو الممرض لإعطائك منشوراً 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 نهاراً.

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. 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 or 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.**

Do the vaccines work?

The vaccines almost always prevent children from getting diphtheria, tetanus, pertussis or polio². 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 strengthens their immunity to measles, mumps and rubella, and protects your child against varicella (chickenpox). 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.

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 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.

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

هل تنفع اللقاحات؟

تمنع اللقاحات داءً تقريباً إصابة الأطفال بالخانوق أو الكزاز أو الشاهوق أو شلل الأطفال². أحياناً يُصاب الأطفال بأحد هذه الأمراض على الرغم من تلقيحهم، لكن الأعراض التي يعانون منها تكون عادةً أخفّ ويُشَقون بسرعة أكبر من سرعة شفاء الأطفال الذين لم يحصلوا على اللقاح.

ما هي الأمراض التي تحمي هذه اللقاحات طفلي منها؟

تقوي إحدى الإبر مناعة طفلك ضد الحصبة والنكاف والروبيلا، وتحميه من الحمى (جدري الماء). إن كل هذه الأمراض أقل شيوعاً الآن مما كانت عليه قبل تلقيح معظم الأطفال الذين يعيرون 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؟

الخانوق مرض خطير يمكن أن يؤدي إلى مُوْ غشاء (أو جلد) على حنجرة الطفل ويوقف قدرته على التنفس. والخانوق نادر جدّاً في أستراليا الآن، لكن اللقاح ما يزال قيد الاستخدام لحماية الأطفال من انتقال هذا المرض إليهم من أشخاص سافروا إلى أماكن حيث المرض أكثر انتشاراً².

يُطلق على الكزاز أحياناً اسم زرّز. وهو يؤثّر على كافة عضلات الجسم، بما فيها العضلات التي تُستخدم للتنفس. تعيش الجرثومة التي تسبّب هذا المرض في التراب، ممّا يعني أن الأطفال يمكن أن يصابوا بالكزاز نتيجة جرح أو حرق أو عضة أو حتى وخزة (مسمار أو شوكة)².

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، مسببةً نوبات من السعال يمكن أن تكون حادةً جدّاً. ويمكن أن يموت الأطفال الصغار من السعال الديكي².

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

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

يمكن أن تحدث تأثيرات جانبية خطيرة، لكنها نادرة جدّاً جدّاً. يحدث لدى أقل من طفل في كل مليون (1000000) طفل ردّ فعل حساسي خطير (الحساسية المفرطة) تجاه أحد مكونات أحد اللقاحات². إذا حدث ذلك فإن حدوثة سيكون قبل مغادرتك وطفلك العيادة. يعرف الطبيب أو الممرّض كيفية مساعدة الأطفال الذين يحدث لهم ردّ 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؟

someone who has the disease (but may not be sick yet) has touched them².

عند يبدأ طفلك المدرسة الثانوية، يوصى له بجرعات مقوية لبعض اللقاحات التي يكون قد تلقاها. يوصى أيضًا بسلسلة قصيرة من لقاحات HPV للمراهقين من أجل حمايتهم من فيروس الورم الحليمي البشري (HPV) الذي يمكن أن يسبب سرطانات الفم والحنجرة والأعضاء التناسلية.

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

Serious side effects can happen, but they are very, very rare. 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 your questions 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: كنبرا.

What is next?

When your child starts high school, it is recommended they have booster doses of some of the vaccines they have already had. A short series of HPV vaccines is also recommended for adolescents to protect them from the human papillomavirus (HPV), which can cause cancers of the mouth, throat and reproductive organs.

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، والحائز 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.

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.