

# 5至11岁儿童的COVID-19新冠疫苗接种

此文件是5-11岁儿童的**父母及家属**为其在魁北克接种COVID-19疫苗事宜上做出决策的参考工具

Chinois simplifié

## 现阶段科学知识的总结

### 新冠病毒 (COVID-19) 与5至11岁儿童

- 5-11岁儿童因感染新冠病毒而造成的医学健康问题并不严重 – 自魁北克疫情以来的35,000例确诊病例中，只有52例住院治疗的病例为5-11岁儿童，且其中没有死亡病例（根据2021年10月16日的统计数据）。然而，在第4波疫情中，每10万人中发病最多的年龄段为5-11岁。
- 常见的症状 – 发烧、咳嗽、嗅觉丧失、疲惫
- 可能的并发症 – 呼吸困难、意识模糊、胸痛
- 儿童多系统炎症综合征 (SIME) – 这是在感染新冠病毒几周后出现的一种非常罕见但很严重的后果：这种免疫反应会攻击身体的多个器官（如肾脏、肝脏、皮肤、心脏）。在加拿大，每10万名儿童中出现了6例该症状的住院病例（自2020年3月至2021年5月）。
- 新冠长期症状 – 新冠长期症状在儿童身上的体现尚不明确：1%至4%感染过新冠病毒的儿童会出现与新冠长期症状相符的持续症状（如疲劳、虚弱、睡眠障碍、呼吸困难和注意力不集中），但没有确切的证据表明这些症状一定是由新冠病毒引起的。
- 对儿童的其他影响 – 因为疫情和相关的卫生防疫措施对学校、家庭和课外活动的组织造成了一定的影响，因此可能对某些儿童的精神健康、心理发展和学习成绩造成一定的负面影响。

### 为儿童接种COVID-19新冠疫苗的好处

虽然与新冠病毒相关的5-11岁儿童的医学健康问题并不严重，但为其接种新冠疫苗仍然有如下诸多好处：

- 辉瑞-生物科技(Pfizer-BioNTech)疫苗 (Comirnaty)能为儿童提供90.7%的新冠病毒保护
- 降低儿童患上严重疾病、儿童多系统炎症综合征（可能还有新冠长期症状）的风险
- 降低儿童传播疫情的风险。这有助于保护弱势群体，减少病毒在社区中的传播和病毒变异为新变种的风险
- 降低病毒在学校传播的风险，从而减少停课及其他给儿童、家庭和学校带来的不便因素
- 改善一些儿童和家长的心理健康并缓解其焦虑情绪
- 通过更稳定的上学和社交环境，儿童的学业发展可能得以改善

# 5至11岁儿童的COVID-19新冠疫苗接种

## 是否存在某些儿童比其他儿童更需要接种疫苗的情况？

具有免疫抑制或慢性疾病的儿童感染新冠病毒后转重症的风险略高于其他儿童，这可能使对这类儿童的疫苗接种格外有益。

## 曾经感染过新冠病毒并痊愈的儿童还需要接种疫苗吗？

之前曾感染过新冠病毒并已痊愈，虽然再次感染的风险会降低，但这种保护的持续时间是不确定的。因此，还是建议为曾感染过新冠病毒的儿童接种一剂疫苗（至少在确诊后的8周后），以增强他们的免疫反应并延长他们的保护期。

## 接种疫苗后可能出现的副作用

- 接种疫苗后2-3天内可能出现的轻微副作用：注射部位发红、疼痛和肿胀、腋下淋巴结肿大、全身反应（发烧、疲劳、头痛、肌肉疼痛）。当给予5-11岁儿童的疫苗剂量调整为儿科时（10微克而不是30微克），全身反应会相对较少。
- 接种疫苗后14天内，出现心肌炎或心包炎（心肌或心包膜发炎，出现胸痛、心悸、气短、疲劳、发烧等症状）的风险非常低。在魁北克的12-17岁青少年中，每10万剂疫苗报告了3例心肌炎，此副作用主要存在于接种第2剂后的16-17岁男孩中。而且这3例病例的病情较轻微，通过治疗和休息症状很快消失。根据加拿大国内数据显示，如果两次疫苗接种之间至少间隔8周，出现此副作用的风险较低。
- 在辉瑞-生物科技(Pfizer-BioNTech)临床试验期间接种的3,000名5-11岁儿童中，未报告有心肌炎或心包炎病例。即使这个样本太小而无法完全排除风险，我们也有理由相信这种风险对于5-11岁的儿童来说仍然低于12-17岁的儿童。无论如何，密切和持续监测疫苗的副作用（药物警戒）都将会一直持续。

## 疫苗可能会给儿童带来长期副作用吗？

- 目前没有任何研究表明当前市面上的任何一款疫苗在接种数年后仍会产生副作用。疫苗的副作用会在接种后数周或数月内发生。因此，我们对信使核糖核酸（ARN messenger）疫苗的预期也是如此。
- 信使核糖核酸（ARN messenger）技术已在医学中使用多年。这是给予我们身体制造针对病毒抗体的配方。信使核糖核酸不会改变我们的遗传物质。身体会在数小时内将其消除，只留下已经准备好对抗病毒的抗体。
- 自2020年12月以来，全球已接种了数亿剂信使核糖核酸（ARN messenger）疫苗，并密切监测其不良反应。



# 5至11岁儿童的COVID-19新冠疫苗接种

## 就您孩子的疫苗接种做出决定

如何为您孩子做出最好的决策？建议如下：

### 首先

- 我们要相信，作为父母，我们希望根据现有的科学知识为孩子现在和未来的健康做出最佳决定。
- 接受我们的情绪，我们在疫苗接种或卫生系统方面的个人、家庭或集体经历会影响我们的决定并导致我们采取与其他人不同的立场。
- 我们需要认识到我们的情绪、我们的立场和我们的决定会随着时间而改变。

### 获取信息

- 尽可能求助于最可靠的信息源（请参阅最下方的相关资源信息）。
- 如有必要，请与值得信赖的医疗保健专业人士讨论您的疑虑。

### 权衡利弊

- 作为父母，在为孩子或家人做出相关决定前，我们总会分析利弊。这在给孩子接种新冠疫苗这件事上也不例外。
- 每一个父母和家庭对于接种疫苗的优点和缺点的理解都不一样。我们必须尊重这些来自于极其不同的家庭背景、个人经历和历史因素的差异。
- 给自己足够的思考时间和尊重自己做决策的节奏很重要。

### 讨论

- 在信任和尊重观点差异的氛围中，与亲近的人讨论您的疑虑。
- 发生分歧时，试着倾听他人的意见，不要试图将其说服，不要评判他们的担忧或选择。
- 培养并塑造一些能够超越分歧的人际关系。我们可以像对待其他类型的分歧（政治、语言、宗教、体育、音乐等）一样接受他人对于疫苗接种的分歧。

### 优先达成父母之间的共同立场

- 鼓励并促进同一个家庭的父母之间的对话，并在必要时求助于他人调解以达成共同立场，以保护孩子免受家庭冲突和维护家庭关系。
- 如果父母间无法达成共识，他们则需要告诉孩子“虽然父母在疫苗接种的事宜上出现分歧，但两个人都是一样爱你并希望你好”。在出现分歧的情况下，法院可以做出决定，但这往往对于发现自己处于冲突核心的孩子来说是非常痛苦的。

### 与您的孩子交谈

- 以适合您孩子年龄的方式与其讨论疫苗的作用（请参阅最下方的资源信息）。
- 向孩子保证，作为父母，我们正在做出我们认为对他最有利的决定，即使其他父母做出与我们不同的决定。
- 倾听并安慰孩子以消除他可能有的恐惧（害怕疾病传播、害怕针头或打针、害怕疼痛、害怕疫苗的副作用，以及如果决定不接种疫苗而遭到批判或排斥）。
- 请尽可能让孩子感到自己参与了家庭决策。
- 如果决定是接种疫苗，并且孩子想要接种疫苗，请在接种当天使用能够缓解其对于疫苗接种恐惧的方式和孩子交谈（比如与亲戚或朋友在一起，谈论他喜欢的东西，看一本书或玩其他东西，去有宠物疗法的诊所）。

### 尊重其他家庭的选择

- 即使其他父母的选择与我们的不同且可能会让我们产生担心或愤怒的情绪，他们的选择依旧是合法的，因此应该和我们的选择受到一样的尊重。
- 尽管可能存在分歧，但仍要保持关怀和同理心，并优先维护人际关系。
- 围绕疫苗接种的不同立场会导致紧张局面并对儿童产生影响（被背叛的感觉、被排斥的感觉、欺凌、沉默、污名、失去友谊）。重要的是要保护儿童免受这些可能的紧张关系和负面情绪的影响。具体方法可以是不对疫苗接种采取绝对立场，不要有类似说教或旨在让人产生负罪感的话语，以及尊重任何父母的任何选择。

# 5至11岁儿童的COVID-19新冠疫苗接种

## 针对儿童接种新冠疫苗的相关资源

### 视频

Squat Télé-Québec, *信使核糖核酸疫苗*

<https://squat.telequebec.tv/videos/13712>

Squat Télé-Québec, *对疫苗的恐惧*

<https://squat.telequebec.tv/videos/13658>

Les guerriers de l'immunité, BD développée par Dr. Wilson, Ottawa

[https://daks2k3a4ib2z.cloudfront.net/590b8e49d2de1d32ccaefb53/59c12b021de2e000153471f\\_immunity\\_warriors\\_french-compressed.pdf](https://daks2k3a4ib2z.cloudfront.net/590b8e49d2de1d32ccaefb53/59c12b021de2e000153471f_immunity_warriors_french-compressed.pdf)

For younger kids: Just a Vaccine, by Southern Ohio Medical Center

<https://www.youtube.com/watch?v=aiXDWFBJ7I>

Valiant Vaccine Versus the Vicious Virus, by Dr. Dery and Dr. Griggs

<https://www.youtube.com/watch?v=VQIESFpq65g>

### 问题与答案

Les Débrouillards, *COVID-19新冠疫苗*

<https://www.lesdebrouillards.com/quoi-de-neuf/vaccination-des-enfants-contre-la-covid-19-on-repond-a-vos-questions/>

魁北克国家公共卫生研究所 (INSPQ), *魁北克5至11岁儿童的COVID-19新冠疫苗接种。*

<https://www.inspq.qc.ca/covid-19/vaccination/5-11ans>

Doctor Answers Kids' Questions about COVID Vaccine, CBC Kids

<https://www.cbc.ca/kidsnews/post/watch-doctor-answers-questions-about-covid-19-vaccine-for-kids-under-12> (video)

How to Handle Your Shots Like a Champ, by Kids boost immunity

<https://kidsboostimmunity.com/champ> (info and video)

COVID-19 Vaccine FAQ (5-11 year-olds), Sick Kids Hospital, Toronto

<https://www.aboutkidshealth.ca/Article?contentid=4001&language=English>

## 预约接种

新冠疫苗供所有人免费接种，无论其身份如何，无论其是否有魁省医保卡。5至11岁的儿童可以在疫苗接种诊所（无论是否提前预约）或在学校接种疫苗。

如果您对5-11岁儿童的疫苗接种有任何疑问，请访问以下网页：

[quebec.ca/vaccinjeune](https://quebec.ca/vaccinjeune)

如需预约，请访问 Portail Clic Santé

[portal3.clicsante.ca](https://portal3.clicsante.ca)

或拨打

**1 877 644-4545**