

واکسیناسیون کوید-19 از 5 تا 11 سالگی

ابزاری برای والدین و خانواده ها جهت حمایت از تصمیم گیری خود، در زمینه واکسیناسیون کودکان 5-11 ساله در برابر کوید-19 بر کبک

Farsi

خلاصه ای از دانش علمی موجود

کوید-19 و کودکان 5 تا 11 ساله

- مشکلات پزشکی مرتبط با کوید-19 برای کودکان 5 تا 11 ساله سخت نیستند - از 35000 مورد از زمان شروع همهگیری در کبک، 52 مورد بستری شدن در بیمارستان وجود داشته بدون هیچ مرگی (داده‌های 16 اکتبر 2021). با این حال، گروه سنی کودکان 5 تا 11 ساله با بیشترین موارد ابتلا در هر 100000 نفر در طول موج چهارم بودند.
- علائم شایع - تب، سرفه، از دست دادن حس بویایی، خستگی
- عوارض احتمالی - مشکل در تنفس، گیجی، درد قفسه سینه
- سندرم التهابی چند سیستمی دوران کودکی (SIME) یک پیامد بسیار نادر اما جدی کوید-19 که چند هفته پس از عفونت رخ می دهد: این واکنش ایمنی به اندام ها (مغز، کلیه ها، کبد، پوست، قلب) حمله می کند. در کانادا، 6 مورد بستری در بیمارستان به ازای هر 100000 کودک گزارش شده است (بین مارس 2020 و می 2021).
- کوید طولانی - وجود کوید طولانی مدت در کودکان مشخص نیست: 1 تا 4 درصد از کودکان مبتلا به کوید-19 ممکن است علائم دائمی سازگار با کوید طولانی مدت (خستگی، ضعف، اختلالات خواب، مشکل در تنفس و تمرکز) داشته باشند، اما هیچ مدرکی وجود ندارد که این علائم ناشی از کوید-19 باشد. سایر تأثیرات بر کودکان - همه گیری و اقدامات بهداشتی بر نظام مدرسه، خانواده و فعالیت های فوق برنامه تأثیر می گذارد و بنابراین می تواند تأثیرات منفی بر سلامت روان، رشد روانی اجتماعی و موفقیت تحصیلی برخی از کودکان داشته باشد.

مزایای واکسیناسیون کودکان در برابر کوید-19

- حتی اگر مشکلات پزشکی مرتبط با کوید-19 در کودکان 5 تا 11 ساله شدید نیست، اما واکسیناسیون کودکان یکسری فواید در بردارد:
- محافظت 90.7% از کودک در برابر بیماری با واکسن (Pfizer-BioNTech (Comirnaty)
- کاهش خطر ابتلای کودک به شکل شدید بیماری، EMIS (و احتمالاً ابتلا به کوید طولانی مدت)
- کاهش خطر انتقال بیماری توسط کودک، آنچه که به محافظت از افراد آسیب پذیر یاری می رساند، و به کاهش گردش ویروس در جامعه و خطر جهش ویروس به انواع جدید کمک می کند.
- کاهش خطر انتقال در مدرسه، آنچه که تعطیلی احتمالی کلاس و سایر مشکلات را برای کودکان، خانواده ها و مدارس کاهش می دهد.
- بهبود سلامت روان و کاهش اضطراب در برخی از کودکان و والدین
- بهبود احتمالی در رشد و تحصیل کودکان از طریق حضور مداوم و ثابت در مدرسه و اجتماع

واکسیناسیون کوید-19 از 5 تا 11 سالگی

آیا برخی از کودکان باید نسبت به برخی دیگر بیشتر خود را واکسینه کنند؟

کودکانی که دچار سرکوب سیستم ایمنی هستند یا دارای بیماری‌های مزمن می‌باشند، کمی بیشتر در معرض خطر ابتلا به عفونت جدی کوید-19 هستند. همین امر می‌تواند بطور خاص واکسیناسیون آنها را فایده مند کند.

آیا کودکی که قبلاً به کوید-19 مبتلا شده است باید واکسینه شود؟

ابتلا به این بیماری احتمال ابتلای مجدد به عفونت را کاهش می‌دهد، اما مدت زمان این محافظت نامشخص است. توصیه می‌شود که یک نوبت واکسن به کودکانی که قبلاً به این بیماری مبتلا شده اند (حداقل 8 هفته پس از ابتلا به بیماری) داده شود تا واکنش سیستم ایمنی آنها افزایش یابد و دوره محافظت آنها طولانی گردد.

عوارض جانبی احتمالی پس از واکسیناسیون

- اثرات خفیف در عرض 2-3 روز: قرمزی، درد و تورم در محل تزریق، غدد لنفاوی زیر بازو، واکنش‌های سیستمیک (تب، خستگی، سردرد، دردهای عضلانی). با میزان دوز داده شده به کودکان 5-11 ساله، واکنش‌های سیستمیک کمتر است (10 میکروگرم به جای 30 میکروگرم).
- در عرض 14 روز، خطر بسیار کم میوکاردیت یا پریکاردیت (التهاب عضله یا پوشش قلب، با علائمی مانند درد قفسه سینه، تپش قلب، تنگی نفس، خستگی، تب). در بین جوانان 12 تا 17 ساله در کبک، 3 مورد میوکاردیت در هر 100000 دوز واکسن، به ویژه در پسران 16 تا 17 ساله پس از دوز دوم گزارش شده است. موارد خفیف بودند و به درمان و استراحت پاسخ خوبی دادند و علائم کوتاه مدت بودند. داده‌های کشور نشان می‌دهد که با گذاشتن فاصله حداقل 8 هفته ای بین دو دوز خطر کمتر است.
- در طول آزمایش بالینی Pfizer-BioNTech در میان 3000 کودک 5 تا 11 ساله واکسن زده، هیچ موردی از میوکاردیت یا پریکاردیت گزارش نشد. حتی اگر این نمونه برای رد کردن یک خطر بسیار کوچک باشد، منطقی است که باور کنیم برای افراد 12-17 ساله این خطر هنوز کمتر است. در هر صورت، نظارت دقیق و مستمر بر عوارض جانبی واکسن (فارماکوویزیلانس) همچنان ادامه دارد.

آیا ممکن است که عوارض جانبی طولانی مدت واکسن در کودکان وجود داشته باشد؟

- هیچ مطالعه‌ای نشان نداده است که یک واکسن هرچه که باشد سال‌ها پس از تزریق بتواند عوارض جانبی داشته باشد. عوارض جانبی واکسن هفته‌ها یا ماه‌ها پس از دریافت آن اتفاق می‌افتد. همین انتظار برای واکسن‌های mRNA نیز وجود دارد.
- فناوری mRNA messenger سالهاست که در پزشکی استفاده می‌شود. این دستور العملی است که به بدن ما داده شده است تا آنتی بادی در برابر ویروس بسازد. mRNA ماده ژنتیکی ما را تغییر نمی‌دهد. بدن mRNA را ظرف چند ساعت از بین می‌برد و تنها آنتی‌بادی‌هایی که توسط بدن ساخته شده اند برای مبارزه با ویروس باقی می‌مانند.
- از دسامبر 2020، صدها میلیون واکسن mRNA تجویز شده است و واکنش‌های نامطلوب به ندرت بررسی می‌شوند.

واکسیناسیون کوید-19 از 5 تا 11 سالگی

تصمیم گیری درخصوص واکسن زدن فرزند خود

چگونه برای فرزند خود تصمیم درست بگیریم؟ پیشنهادات:

اول از همه



نظر مشترک بین والدین را در اولویت قراردهیم

- به خود اعتماد داشته باشیم که ما به عنوان والدین می خواهیم بر اساس دانش موجود بهترین تصمیم را برای سلامت حال و آینده فرزندمان بگیریم.
- بپذیریم که احساسات ما و تجربیات شخصی، خانوادگی یا جمعی ما در گذشته در مورد واکسیناسیون یا سیستم بهداشتی می تواند بر تصمیم ما تأثیرگذار باشد و باعث شود که ما موضعی متفاوت از موضع دیگران بگیریم.
- قبول کنیم که احساسات، موقعیت ها و تصمیمات ما می توانند در طول زمان تغییر کنند.

- تبادل نظر بین والدین یک خانواده را تقویت کنیم و در صورت لزوم برای داشتن یک موضع مشترک به میانجی گری متوسل شویم. موضع مشترک، فرزندمان را از اختلافات محافظت کرده و پیوندهای خانوادگی را محفوظ می دارد.
- اگر توافق امکان پذیر نیست، به فرزندمان توضیح دهیم که والدینش فکر یکسانی ندارند اما هم او را دوست دارند و هم خیر او را می خواهند. اگر اختلافی وجود داشته باشد، دادگاه می تواند تصمیم بگیرد، اما این معمولاً برای کودکی که خود را در کانون اختلاف می بیند بسیار دردناک است.

با فرزندمان صحبت کنیم

- از معتبرترین منابع اطلاعاتی ممکن استفاده کنیم (به منابع زیر مراجعه کنید).
- در صورت لزوم، در مورد نگرانی های خود با یک متخصص مراقبت های بهداشتی مورد اعتماد صحبت کنیم.
- بما به عنوان والدین، هر روز قبل از تصمیم گیری برای فرزندمان یا خانواده مان، تجزیه و تحلیلی از جوانب مثبت و منفی مسائل انجام می دهیم، و این امر برای واکسینه کردن فرزندمان در برابر کوید-19 تفاوتی ندارد.
- درک این مزایا و معایب از والدینی تا والدینی دیگر و از خانواده ای تا خانواده ای دیگر متفاوت است، و ما باید به این تفاوت ها که مربوط به پیشینه ها، تجربیات و تاریخچه های خانوادگی بسیار متنوع هستند، احترام بگذاریم.
- این مهم است که به خود فرصت فکر کردن دهیم و به ریتم خود احترام بگذاریم.

کسب اطلاع

- با فرزندمان در مورد نقش واکسن ها به روشی مناسب سنش صحبت کنیم (به منابع زیر مراجعه کنید).
- به او اطمینان دهیم که ما به عنوان والدین تصمیمی را می گیریم که فکر می کنیم برای او بهترین است، حتی اگر والدین دیگر تصمیمات متفاوتی بگیرند.

سبک و سنگین کردن

- به ترس های احتمالی فرزندمان گوش دهیم و به او اطمینان دهیم (ترس از انتقال بیماری، ترس از سوزن یا تزریق، ترس از درد، ترس از عوارض جانبی واکسن، و در جایی که تصمیم بر واکسن زدن باشد ترس از مورد قضاوت قرارگرفتن یا طرد شدن).
- در صورت امکان، کاری کنیم که فرزندمان احساس کند در تصمیم گیری خانوادگی مشارکت دارد.
- اگر تصمیم بر تزریق واکسن است، و اگر کودک آن را می خواهد، با او در مورد راه هایی برای کاهش ترس هایش در روز واکسیناسیون صحبت کنیم (بودن با یکی از والدین یا دوستانش، صحبت کردن در مورد چیزی که دوست دارد، سرگرم کردن خود با یک کتاب یا وسیله ای دیگر، به کلینیکی برویم که در آن درمان از طریق حیوانات انجام می شود).

انتخاب سایر خانواده ها را محترم شماریم

صحبت کردن در این خصوص

- در فضای اعتماد و احترام به تفاوت ها، دغدغه های خود را با افراد نزدیکمان در میان بگذاریم.
- در صورت اختلاف نظر، بدون تلاش برای متقاعد کردن دیگران به صحبت های آنها گوش دهیم و در خصوص نگرانی ها یا انتخاب های آنها قضاوت نکنیم.
- پیوندهایی را تقویت کنیم که ما را فراتر از اختلافاتمان متحد می کنند. ما می توانیم با اینها زندگی کنیم، همانطور که با انواع دیگر اختلافات (سیاسی، زبانی، مذهبی، ورزشی، موسیقی و غیره) زندگی می کنیم..

- انتخاب والدین دیگر مشروع است و باید به اندازه انتخاب خودمان به آن احترام بگذاریم، حتی اگر ما با متفاوت باشد و باعث نگرانی یا عصبانیت ما شود.
- علیرغم اختلاف نظرهای احتمالی، مراقب و همدل باشیم و حفظ روابط را در اولویت قرار دهیم.
- مواضع مختلف در مورد واکسیناسیون می تواند منجر به تنش شود و بر کودکان تأثیر بگذارد (تعارض در وفاداری، احساس طرد شدن، قلدری، سکوت، انگ، از دست دادن روابط دوستانه). بسیار مهم است که از فرزندمان در برابر چنین مواضع تنش زایی از طریق عدم موضعگیری قاطع در مورد واکسیناسیون، ندانن درس اخلاق یا ندانن احساس گناه و با احترام به انتخاب والدین هر چه که باشد، محافظت کنیم.

واکسیناسیون کوید-19 از 5 تا 11 سالگی

منابع واکسن کوید-19 برای کودکان

فیلم ها:

واکسن با فناوری، ARN message, Squat Télé-Québec

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

ترس از واکسن، ARN message, Squat Télé-Québec

<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

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

<https://www.youtube.com/watch?v=aiXDWFBiJ7I>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=VQiESFpq65g>

پرسش و پاسخها:

Les Débrouillards, واکسن کوید-19: ما به سوالات شما پاسخ می دهیم

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

انستیتو ملی سلامت عمومی کبک (INSPQ) واکسیناسیون کوید-19 در کودکان 5 تا 11 ساله در کبک. پرسش و پاسخ

<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>

گرفتن وقت قبلی

رایگان و در دسترس همه است. واکسن کوید-19 بدون در نظر گرفتن وضعیت فرد، با یا بدون کارت بیمه درمانی

کودکان 5 تا 11 ساله می توانند در کلینیک واکسیناسیون (با یا بدون وقت قبلی) یا در مدرسه واکسن بزنند

اگر در مورد واکسیناسیون برای کودکان 5 تا 11 ساله سوالی دارید، مراجعه کنید به:

quebec.ca/vaccinjeune

برای گرفتن وقت قبلی به پورتال

portal3.clicsante.ca

مراجعه و یا با شماره

1 877 644-4545

تماس حاصل نمائید