

# CHANJO YA WATOTO WA MIAKA 5 HADI 11 DHIDI YA COVID-19

*Chombo cha wazazi na familia kusaidia kufanya maamuzi yao, katika muktadha wa chanjo ya watoto wa miaka 5-11 dhidi ya COVID-19 huko Quebec*

**Swahili**

## MUHTASARI WA MAARIFA YANAYOPATIKANA YA KISAYANSI

### **COVID-19 na watoto wenyewe umri wa miaka 5 hadi 11**

- Matatizo ya kiafya yanayohusiana na COVID-19 kwa watoto wa miaka 5-11 si makubwa - Kati ya kesi 35,000 tangu janga hili lianzu huko Quebec, kumekuwa na kulazwa hospitalini 52 na hakuna vifo (data kutoka Oktoba 16, 2021). Watoto wa miaka 5-11 walikuwa, hata hivyo, kikundi cha umri na kesi nyingi kwa watu 100,000 wakati wa Wimbi 4.
- *Dalili za kawaida - homa, kikohozi, kupoteza harufu, uchovu*
- *-Matatizo yanayowezekana - ugumu wa kupumua, kuchanganyikiwa, maumivu ya kifua*
- *-Ugonjwa wa uchochezi wa mifumo mingi ya utotoni (EMIS) - Matokeo nadra sana lakini mbaya sana ya COVID-19 ambayo hutokea wiki chache baada ya kuambukizwa: mmenyuko huu wa kinga ya mwili hushambulia viungo (ubongo, figo, ini, ngozi, moyo). Nchini Kanada, kesi 6 za kulazwa hospitalini kwa kila watoto 100,000 zimeripotiwa (kati ya Machi 2020 na Mei 2021).*
- *-COVID-long - Kuwepo kwa COVID-19 kwa muda mrefu kwa watoto sio wazi: 1 hadi 4% ya watoto ambaa wameugua COVID-19 watakuwa na dalili zisizobadilika zinazoambatana na COVID ya muda mrefu (uchovu, udhaifu, usumbufo wa kulala, kupumua kwa shida na kuzingatia), lakini hakuna ushahidi kwamba dalili hizi zinatokana na COVID-19.*
- *- Athari nyingine kwa watoto - Hatua za janga na afya huathiri mpangilio wa shule, familia na shughuli za ziada na kwa hiyo zinaweza kuwa na madhara kwa afya ya akili, ukuaji wa kisaikolojia na mafanikio ya kiakademla ya baadhi ya watoto .*

### **Faida za kuwachanja watoto dhidi ya COVID-19**

Ingawa matatizo ya kimatibabu yanayohusiana na COVID-19 katika watoto wa miaka 5-11 si makubwa, kutoa chanjo kwa watoto kuna manufaa kadhaa:

- ulinzi wa 90.7% wa watoto dhidi ya ugonjwa kwa chanjo ya Pfizer-BioNTech (Comirnaty)
- Hatari iliopunguzwa ya mtoto kupata aina kali ya ugonjwa, EMIS (na pengine COVID ya muda mrefu)
- Kupunguza hatari ya mtoto kusambaza ugonjwa, ambayo husaidia kulinda watu walio katika mazingira magumu, na ambayo husaidia kupunguza mzunguko wa virusi katika jamii na hatari ya virusi kubadilika na kuwa aina mpya.
- Kupunguza hatari ya kuambukizwa shulenii, jambo ambalo hupunguza uwezekano wa kufungwa kwa madarasa na usumbufo mwingine kwa watoto, familia na shule.
- Kuboresha afya ya akili na kupunguza mahangaiko kwa baadhi ya watoto na wazazi
- Uboreshaji unaowezekana katika ukuaji na masomo ya watoto kuitia mahudhurio ya mara kwa mara shulenii na kijamii

# CHANJO YA WATOTO WA MIAKA 5 HADI 11 DHIDI YA COVID-19

## Je! watoto wengine wanapaswa kupewa chanjo zaidi ya wengine?

Watoto ambao hawana kinga au walio na hali sugu za kifaya wana hatari kubwa kidogo ya kuambukizwa COVID-19, ambayo inaweza kufanya chanjo yao kuwa ya manufaa haswa.

## Mutoto ambaye tayari ameambukizwa COVID-19 anapaswa kupewa chanjo?

Kuwa na ugonjwa huo kunapunguza uwezekano wa kupata maambukizi tena, lakini muda wa ulinzi huu hauna uhakika. Inashauriwa kutoa kipimo cha chanjo kwa watoto ambao tayari wamepata ugonjwa (angalau wiki 8 baada ya kuwa na ugonjwa huo) ili kuongeza mwitikio wao wa kinga na kuongeza muda wao wa hedhi.

## Athari zinazowezekana baada ya chanjo

- - Athari ndogo ndani ya siku 2-3: uwekundu, maumivu na uvimbe kwenye tovuti ya sindano, tezi chini ya mkono, athari za utaratibu (homa, uchovu, maumivu ya kichwa, maumivu ya misuli). Athari za kimfumo ni kidogo kwa kipimo cha watoto kutoka miaka 5-11 (10 $\mu$ g badala ya 30 $\mu$ g).
- Ndani ya siku 14, hatari ya kupata myocarditis au pericarditis ni ndogo sana (kuvimba kwa misuli au bahasha ya moyo, na dalili kama vile maumivu ya kifua, mapigo ya moyo, upungufu wa kupumua, uchovu, homa). Kati ya watoto wa miaka 12-17 huko Quebec, kesi 3 za myocarditis zimeripotiwa kwa kila kipimo cha 100,000 cha chanjo, haswa kwa wavulana wa miaka 16-17 baada ya kipimo cha 2. Kesi zilikuwa nyepesi na zilijibu vyema kwa matibabu na kupumzika, na dalili zilikuwa za muda mfupi. Data ya ndani inaonyesha hatari ndogo kwa muda wa angalau wiki 8 kati ya dozi mbili.
- Miongoni mwa watoto 3,000 wenye umri wa miaka 5-11 waliochanjiwa wakati wa majoribio ya kimatibabu ya Pfizer-BioNTech, hakuna kesi za myocarditis au pericarditis zilizoripotiwa. Hata ikiwa sampuli hii ni ndogo sana kuwatenga hatari, ni busara kuamini kuwa hatari hii bado iko chini kuliko kwa watoto wa miaka 12-17. Katika hali zote, ufuatiliaji wa karibu na unaoendelea wa madhara ya chanjo (pharmacovigilance) inaendelea.

## Kunaweza kuwa na madhara ya muda mrefu ya chanjo kwa watoto?

- Hakuna utafiti umeonyesha kuwa chanjo yoyote inaweza kuwa na madhara miaka kadhaa baada ya kutolewa. Madhara yatokanayo na chanjo hutokea wiki au miezi kadhaa baada ya kuipata. Vile vile vinaweza kutarajiwa kwa chanjo ya messenger RNA.
- Teknolojia ya Messenger RNA imetumika kwa miaka mingi katika dawa. Hiki ni kichocheo kinachotolewa kwa miili yetu kutengeneza kingamwili dhidi ya virusi. mRNA haibadilishi nyenzo zetu za urithi. Mwili huondoa mRNA ndani ya masaa, na kuacha tu kingamwili ambazo mwili umetengeneza tayari kupambana na virusi.
- Tangu Desemba 2020, mamia ya mamilioni ya chanjo za mRNA zimetolewa na athari mbaya hufuatiliwa kwa karibu.

# CHANJO YA WATOTO WA MIAKA 5 HADI 11 DHIDI YA COVID-19

## FANYA UAMUZI JUU YA CHANJO YA MTOTO WAKO

Jinsi ya kufanya uamuzi sahihi kwa mtoto wako? Mapendekezo:

### KWANZA KABISA

- Amini kwamba, kama mzazi, tunataka kufanya uamuzi bora zaidi kwa ajili ya afya ya sasa na ya baadaye ya mtoto wetu kulingana na ujuzi unaopatikana.
- Kubali kwamba hisia zetu na uzoefu wetu wa kibinasi, wa familia au wa pamoja wa chanjo au mfumo wa afya unaweza kuathiri uamuzi wetu na kutufanya tuchukue msimamo tofauti na ule wa wengine.
- Tambua kwamba hisia, misimamo na maamuzi yetu yanaweza kubadilika kadiri muda unavyopita.

### TAARIFA

- Tumia vyanzo vya habari vinavyotegemeka iwezekanavyo (angalia nyenzo hapa chini).
- Ikihitajika, zungumza na mtaalamu wa afya anayeaminika kuhusu mahangaiko yetu.

### PIMA FAIDA NA HASARA

- Kama wazazi, sisi hufanya uchanganuzi wa faida na hasara kila siku kabla ya kufanya uamuzi kwa ajili ya mtoto wetu au familia yetu, na hakuna tofauti katika kumchanja mtoto wetu dhidi ya COVID-19.
- Uelewa wa faida na hasara hizi hutofautiana kutoka kwa mzazi hadi mzazi na familia hadi familia, na ni lazima tuheshimu tofauti hizi ambazo zinahusishwa na asili tofauti za familia, uzoefu na historia.
- Ni muhimu kujipa muda wa kutafakari na kuheshimu mdundo wako.

### ONGEA KUHUSU

- Jadili mahangaiko yetu na wale walio karibu nasi, katika hali ya kuaminiana na kuheshimu tofauti.
- Katika hali ya kutokubaliana, wasikilize wengine bila kujaribu kuwashawishi, usihukumu wasiwasi au chaguo zao.
- Kukuza viungo vinavyotuunganisha zaidi ya kutoelewana kwetu. Tunaweza kuishi na haya kama tunavyofanya na aina zingine za kutokubaliana (kisiasa, lugha, kidini, michezo, muziki, n.k.).

### ZINGATIA NAFASI YA KAWAIDA KATI YA WAZAZI

- Kukuba mazungumzo kati ya wazazi wa familia moja, na kukimbilia upatanishi ikibidi ili kuwa na msimamo mmoja ambaeo utawalinda watoto wetu dhidi ya migogoro na kuhifadhi mahusiano ya familia.
- -Ikiwa mapatano hayawezekani, mweleze mtoto wetu kwamba wazazi wake hawafikirii jambo lile lile bali kwamba wote wawili wanampenda na wanamtaka mema. Ikiwa kuna kutokubaliana, mahakama inaweza kufanya uamuzi, lakini kwa kawaida hii ni chungu sana kwa mtoto ambaye anajikuta katika moyo wa migogoro.

### ONGEA NA MTOTO WETU

- Zungumza na mtoto wetu kuhusu jukumu la chanjo kwa njia inayolingana na umri (angalia nyenzo hapa chini).
- Mhakikishie kwamba, tukiwa wazazi, tunafanya uamuzi tunaona unafaa kwake, hata ikiwa wazazi wengine watafanya maamuzi tofauti.
- Sikeliza na kumhakikishia mtoto wetu kuhusu hofu yake iwezekanavyo (hofu ya kusambaza ugonjwa huo, hofu ya sindano au sindano, hofu ya kuwa na maumivu, hofu ya madhara ya chanjo, na katika tukio ambalo uamuzi sio chanjo, hofu ya kuhukumiwa au kutengwa).
- Ikiwezekana, mfanye mtoto wetu ahisi kuwa amejumuishwa katika uamuzi wa familia.
- Ikiwa uamuzi ni chanjo, na ikiwa mtoto anataka, zungumza naye kuhusu njia za kupunguza hofu yake siku ya chanjo (kuwa na jamaa au rafiki, kuzungumza juu ya kitu anachopenda, kufurahia kitabu au kitu kingine, nenda kwa kliniki ambapo kuna tiba ya pet).

### HESHIMU UCHAGUZI WA FAMILIA NYINGINE

- Chaguo la wazazi wengine ni halali na linapaswa kuheshimiwa sawa na letu, hata ikiwa ni tofauti na letu na ikiwa linaweza kutuhangaisha au kutukasirisha.
- Licha ya kutoelewana kunakoweza kutokea, endelea kuwa mwenye kujali na mwenye huruma, na weka kipaumbele kudumisha mahusiano.
- Misimamo tofauti kuhusu chanjo inaweza kusababisha mivutano na kuwa na athari kwa watoto (migogoro ya uaminifu, hisia za kutengwa, uonevu, ukimya, unyanyapaa, kupoteza urafiki). Ni muhimu kuwalinda watoto kutoekana na mivutano hii inayoweza kutokea kwa kutochukua msimamo wa kategoria juu ya chanjo, kwa kutoekwa na mazungumzo ya maadili au ya hatia, na kwa kuheshimu chaguo lolote la wazazi.

# CHANJO YA WATOTO WA MIAKA 5 HADI 11 DHIDI YA COVID-19

## NYENZO ZA CHANJO YA COVID-19 KWA WATOTO

### Video

Squat Télé-Québec, Le vaccin à ARN messager

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

Squat Télé-Québec, La peur des vaccins

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

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

[https://daks2k3a4ib2z.cloudfront.net/590b8e49d2de1d32ccaebe53/59c12b021de2e0000153471f\\_Immunity\\_Warriors\\_french-compressed.pdf](https://daks2k3a4ib2z.cloudfront.net/590b8e49d2de1d32ccaebe53/59c12b021de2e0000153471f_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>

### Maswali majibu:

Les Débrouillards, chanjo ya COVID-19: tunajibu maswali

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

Institut national de santé publique du Québec (INSPQ), Chanjo dhidi ya COVID-19 kwa vijana wenyewe umri wa miaka 5 hadi 11 huko Quebec. Majibu-ya-maswali <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>



## WEKA MIADI

Chanjo ya COVID-19 ni ya bure na inapatikana kwa kila mtu, bila kujali hali, akiwa na au bila kadi ya RAMQ. Watoto wenyewe umri wa miaka 5 hadi 11 wanaweza kuchanjwa katika kliniki ya chanjo (pamoja na au bila miadi), au shulenii.

Ikiwa una maswali kuhusu chanjo kwa watoto wa miaka 5-11, tembelea:

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

Ili kupanga miadi, nenda kwenye Tovuti ya Clic Clic

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

au piga

**1 877 644-4545**