



Chuẩn Bị để Tiêm Ngừa cho Trẻ Các Hướng Dẫn Khi Đến Phòng Tiêm Getting Ready for Your Child's Shots Tips for a Successful Clinic Visit

**Hãy bảo vệ các con của quý vị. Cho trẻ tiêm ngừa đúng thời hạn. Tiêm ngừa miễn phí.
Hãy gọi cho trạm y tế công cộng địa phương hoặc bác sĩ của quý vị để xin hẹn.**

Là cha mẹ, quý vị muốn giúp cho trẻ khi tiêm hoặc chủng ngừa. Nếu cảm thấy bức bối hoặc lo ngại là chuyện bình thường. Cho trẻ tiêm ngừa có thể khiến quý vị lo lắng hơn là chính trẻ.

Quý vị có thể có các quan ngại sau:

- Trẻ có thể thấy đau hoặc khóc.
- Trẻ có thể bị phản ứng nặng khi tiêm ngừa.
- Trẻ có thể chống cự hoặc đá chân.

Đọc HealthLink BC File này là bước đầu thật tốt để giúp con quý vị đến phòng tiêm êm xuôi.

TRƯỚC KHI TIÊM NGỪA

Quý vị có thể chuẩn bị như thế nào?

Hướng Dẫn #1: Nêu thắc mắc

Nếu quý vị có thắc mắc về những loại tiêm ngừa cho trẻ, hãy nhờ giải đáp *trước khi* đến tiêm. Như vậy quý vị sẽ cảm thấy sẵn sàng hơn. Quý vị có thể gọi số 8-1-1 để nói chuyện với một y tá chính thức, hoặc quý vị có thể gọi cho trạm y tế công cộng địa phương hoặc bác sĩ của mình.

Hướng Dẫn #2: Kiểm điểm danh sách

Sau đây là danh sách kiểm điểm để giúp quý vị chuẩn bị đến phòng tiêm.

- Đem theo hồ sơ hoặc sổ thông hành sức khỏe của trẻ.
- Đem theo một món đồ chơi, gấu nhồi, hoặc chăn.



- Chuẩn bị trước là trẻ có thể được tiêm ngừa 3 mũi hoặc hơn nữa.
- Cho trẻ mặc quần áo dễ cởi ra.
- Cho trẻ trong tuổi chập chững mặc áo thun lớn và quần rộng.
- Đem theo kẹo bánh hoặc phần thưởng cho trẻ khi tiêm ngừa êm xuôi.

Hướng Dẫn #3: Hãy cố bình tĩnh

Tại phòng tiêm, hãy cho y tá hoặc bác sĩ biết nếu quý vị hồi hộp hoặc lo ngại; họ sẽ có thể giúp quý vị. Quý vị nên bình tĩnh, vì trẻ sẽ cảm thấy quý vị có an tâm hay không. Nếu muốn, quý vị cứ đem theo một người lớn trong gia đình để hỗ trợ thêm.

TRONG KHI TIÊM NGỪA

Có những cách sau đây giúp được trong khi tiêm ngừa?

Hướng Dẫn #1: Giữ trẻ

Nếu giữ yên tay chân của trẻ thì sẽ tiêm ngừa dễ dàng hơn. Y tá hoặc bác sĩ sẽ giúp quý vị giữ em bé hoặc trẻ cho an toàn. Đôi khi nếu trẻ cử động nhiều quá thì kim tiêm sút ra quá sớm khiến có thể cần phải tiêm lại. Giữ chặt trẻ có thể tránh được tình trạng này.

Hướng Dẫn #2: Trấn an em bé

- ✓ Nói nhỏ nhẹ
- ✓ Sờ vào em bé
- ✓ Ôm em bé
- ✓ Nhìn vào mắt em bé và mỉm cười

Trấn an trẻ trong tuổi chập chững

- ✓ Nói chuyện, hát, hoặc kể truyện

- ✓ Dùng tay làm hình nộm, hoặc ôm gấu nhồi
- ✓ Giúp trẻ hít vào từ từ trước khi tiêm
- ✓ Giúp trẻ “thối” ra cảm giác kim châm trong khi tiêm – có thể dùng bong bóng
- ✓ Chỉ vào đồ vật trong phòng
- ✓ Nói trẻ có thể khóc nếu muốn
- ✓ Ôm trẻ
- ✓ Cho trẻ biết là có đau một chút nhưng ‘vết thương’ sẽ tan đi nhanh chóng.

Quý vị sẽ được yêu cầu ở lại phòng tiêm 15 phút sau khi tiêm, để chắc chắn là trẻ vẫn bình thường.

SAU KHI TIÊM

- ✓ Ôm, trấn an, và vuốt ve em bé. Có thể nên cho em bé bú sữa mẹ.
- ✓ Có phần thưởng đặc biệt cho trẻ. “Con giỏi lắm! Đây là phần thưởng đặc biệt vì con đã giúp rất nhiều.”

Tôi nên hỏi gì trước khi rời phòng tiêm?

- Trẻ có thể bị các tác dụng phụ nào?
- Tôi nên làm gì về các tác dụng phụ đó?
- Khi nào tôi nên lo ngại?
- Tôi có thể gọi ai nếu tôi cần được giúp?
- Khi nào con tôi tiêm ngừa kỳ tới?

Hãy hẹn đến phòng tiêm lần tới trước khi quý vị rời phòng tiêm. Con quý vị cần được tiêm ngừa vào lúc:

- 2 tháng
- 4 tháng
- 6 tháng
- 12 tháng
- 18 tháng
- 4-6 tuổi (trước lớp Mẫu Giáo)

Bác sĩ hoặc y tá có thể giao cho quý vị một sổ tin tức đem về nhà. Muốn biết thêm chi tiết về các tác dụng phụ và cách dỗ trẻ ở nhà, hãy xem Sổ Thông Hành Sức Khỏe Trẻ Em (Child Health Passport) tại www.health.gov.bc.ca/cpa/publications/childpassport.pdf.

GHI CHÚ: Có thể cho trẻ uống Acetaminophen, chẳng hạn như Tylenol®, nếu bị sốt hoặc đau sau khi tiêm hoặc chùng ngừa. **KHÔNG** nên cho bất cứ người nào dưới 20 tuổi uống Acetylsalicylic acid, còn gọi là ASA hoặc Aspirin®, vì rủi ro bị Hội ChứngReve's.

Về việc chơi đùa sau khi tiêm ngừa

Chơi đùa có lợi! Em bé có thể bò, lăn và chơi bình thường. Trẻ trong tuổi chập chững có thể chơi banh, đi bơi, hoặc có bất cứ sinh hoạt nào.

Các HealthLink BC Files khác về chùng ngừa trẻ thơ:

[#50a Hệ Thống Miễn Nhiễm của Em Bé và Thuốc Chùng](#)

[#50b Các Lợi Ích Khi Tiêm Ngừa cho Trẻ](#)

[#50c Thuốc Chùng Trẻ Thơ An Toàn](#)

[#50d Thuốc Chùng Trẻ Thơ: Có gì trong Thuốc Chùng và Tại Sao](#)

[#50f Childhood Vaccines: Questions and Answers](#)



BC Centre for Disease Control
AN AGENCY OF THE PROVINCIAL HEALTH SERVICES AUTHORITY

Muốn biết thêm các đề tài của HealthLink BC File, hãy vào www.healthlinkbc.ca/healthfiles/index.stm hoặc đến phòng y tế công cộng tại địa phương quý vị.

Bấm vào www.healthlinkbc.ca hoặc gọi số **8-1-1** để biết chi tiết và các dịch vụ sức khỏe không cấp thiết tại B.C.

Muốn tìm trợ giúp cho người điếc và khiếm thính, gọi số 7-1-1 tại B.C.

Có dịch vụ dịch thuật với hơn 130 ngôn ngữ khi có yêu cầu của quý vị.