



فرزندتان را در برابر بیماری‌های عفونی حفظ کنید

Dutch National Immunisation Programme



فرزندتان را واکسینه کنید

همهٔ کودکان در هلند چند واکسن علیه بیماری‌های عفونی دریافت می‌کنند. این کار واکسینه کردن یا واکسیناسیون نام دارد. با این کار فرزند شما را در برابر بیماری‌های جدی عفونی حفاظت می‌کنیم. کودکانی هم که در هلند به دنیا نیامده اما برای زندگی به اینجا آمده‌اند واکسینه خواهند شد. برنامهٔ واکسن هلند در این مورد اجرا خواهد شد. برنامه واکسن کشور زادگاه شما با برنامه واکسن هلند مطابقت داده می‌شود. بر اساس آن نگاه می‌کنیم که چه نوع واکسنی می‌تواند ارائه بشود. این بستگی دارد به سن فرزند شما و واکسنی که دریافت کرده است.

پزشک در مورد واکسنی که فرزند شما باید دریافت کند تصمیم‌گیری خواهد کرد. اگر شما دفترچه واکسن از کشور زادگهاتان را دارید، به پزشک نشان بدهید.

در این کتابچه راهنما به شما اطلاعاتی در مورد واکسنهای گوناگون می‌دهیم. شما همچنین در آن می‌خوانید که اگر فرزند شما از واکسن دریافت کرده ناراحت باشد، چه می‌توانید بکنید. این مهم است که برنامه واکسن به طور کامل اجرا شود. در این صورت فرزندتان بهترین ایمنی را در برابر بیماری‌های عفونی خواهد داشت.

واکسن برای فرزندان شما رایگان است. دولت هلند هزینه آن را پرداخت می‌کند.

فرزند شما در برابر چه بیماری‌هایی واکسن دریافت می‌کند؟

برخی از بیماری‌های عفونی بسیار جدی هستند و مبارزه با آن مشکل است. به این خاطر عاقلانه است که فرزندتان را واکسینه کنید. فرزند شما در برابر این بیماری‌ها واکسن دریافت می‌کند:

- دیفتری
- سیاه سرفه
- کزاز

- فلج اطفال
- اوریون
- سرخک
- سرخچه
- بیماری از باکتری هموفیلوس آنفلوآنزا
- بیماری پنومونیه (سینه پهلو)
- بیماری مننژیت نوع س
- هپاتیت ب
- سرطان دهانهٔ رحم (VPH)

آیا فرزند شما بیمار بوده و یا دارو مصرف می‌کند؟

آیا فرزند شما به بیماری سختی مبتلا بوده و یا دارو مصرف می‌کند؟ یا که فرزند شما در سه سال گذشته تحت درمان پزشک بوده است؟ آیا فکر می‌کنید که فرزند شما بیمار است؟ پیش از واکسن زدن این را به پزشک یا پرستار بگوئید.

برنامه واکسیناسیون

کودکانی که در هلند به دنیا می‌آیند بر اساس برنامه کشور هلند واکسینه خواهند شد. اگر فرزند شما در سن بالایی وارد هلند شده باشد، شاید برخی از واکسن‌ها را در کشور خودتان دریافت کرده باشد. برنامه واکسیناسیون برای او تنظیم خواهد شد. پزشک به شما توضیح می‌دهد که فرزند شما چه واکسن‌هایی را لازم دارد. پزشک یا پرستار واکسن را تزریق می‌کند. برای سؤال یا اطلاعات بیشتر می‌توانید به پرستار یا پزشک مراجعه کنید.

برنامه واکسیناسیون*

نوبت ۱	نوبت ۲	نوبت ۳	نوبت ۴
دو ماهگی	۴ ساله	۹ ساله	۱۲ ساله
توزیع اول	توزیع اول	توزیع اول	توزیع اول
توزیع دوم	توزیع دوم	توزیع دوم	توزیع دوم

* اعتبار از اول ماه آگوست ۲۰۱۱

M سرخک	Hib هموفیلوس آنفلوآنزا	D دیفتری
R سرخچه	HepB هپاتیت ب	K سیاه سرفه
MenC مننژیت نوع س	Pneu پنومونیه (سینه پهلو)	T کزاز
HPV سرطان دهانه رحم	B اوربون	P فلج اطفال

پنومونیه (سینه پهلو) فرزند شما با آلودگی به ویروس پنومونیه می تواند به تعدادی بیماری مبتلا بشود: مننژیت (عفونت و التهاب پرده مننژ)، مسمومیت خونی، عفونت ریوی (ذات الریه)، برونشیت یا عفونت گوش میانی. در این صورت فرزند شما می تواند دچار آسیب همیشگی بشود، مثل ناشنوایی، صرع، عقب ماندگی ذهنی یا اختلال در رشد. به خاطر عفونت برخی اعضای بدن گاهی پزشک ناچار است دست یا پا را قطع کند. فرزند شما حتی به دلیل ابتلا به عفونت پنومونیه می تواند بمیرد. انواع مختلفی از پنومونیه وجود دارد. واکسینه کردن کودک را در برابر مهم ترین انواع این بیماری حفاظت خواهد کرد. **اوربون** بیماری غدد بزاقی است. می توانید ببینید که گونه های فرزندتان ورم می کند. فرزند شما می تواند از اوربون به مننژیت مبتلا بشود. فرزند شما به جز این می تواند دچار عفونت و التهاب در بیضه یا تخمدان بشود. این می تواند به ندرت سبب نازایی بشود. **سرخک** وقتی فرزند شما به سرخک مبتلا باشد می تواند تب بالا و ضایعه پوستی (راش) داشته باشد. فرزند شما به این دلیل می تواند به بیماری سختی دچار شود. سرخک در فرزند شما می تواند به بیماریهای عفونت گوش، برونشیت، عفونت ریوی و مننژیت منجر شود. در شرایط جدی، کودک حتی می تواند از ابتلا به سرخک بمیرد. **سرخچه** به ویژه در زمان بارداری خطرناک است. آیا دختر شما بعدها باردار شده و به سرخچه مبتلا می شود؟ در این صورت احتمال زیاد دارد که فرزند او ناقص به دنیا بیاید. برای مثال ناشنوا یا نابینا باشد. یا دچار اختلال قلبی یا عقب ماندگی ذهنی باشد. دختر شما به دلیل سرخچه می تواند سقط جنین هم بکند. **بیماری مننژیت نوع س** اگر فرزند شما به مننژیت نوع س مبتلا بشود می تواند دچار عفونت پرده مننژ مغز و مسمومیت در خون بشود. فرزند شما می تواند ناشنوا نیز بشود، عقب ماندگی ذهنی، توان اندک فراگیری و مشکلات رفتاری نیز از عواقب آن است. پزشک گاهی به دلیل آلودگی اعضای بدن می تواند به ناچار دست یا پا را قطع کند. **سرطان دهانه رحم** دختر شما به دلیل آلودگی به ویروس سرطانی دهانه رحم [HPV] بعدها دچار سرطان دهانه رحم بشود. نام لاتین این ویروس (Human Papillomavirus) است. انواع گوناگونی از آن وجود دارد. واکسن افراد را در برابر مهم ترین انواع این ویروس حفاظت خواهد کرد.

فرزند شما با دریافت واکسن در برابر چه بیماری حفاظت می شود؟

دیفتری دیفتری یک التهاب عفونی سخت در گلو است. اگر فرزند شما به دیفتری مبتلا باشد، می تواند به خاطر آن خفه بشود. یا قلب و رشته اعصاب می تواند آسیب ببینند. **سیاه سرفه** اگر فرزند شما به سیاه سرفه مبتلا باشد سرفه های زیاد و سختی خواهد کرد. سیاه سرفه در هلند زیاد وجود دارد. این بیماری به ویژه برای نوزادان خطرناک است. آنان می توانند دچار آسیب مغزی بشوند که هرگز درمان نخواهد شد. حتی به دلیل این بیماری کودکان می میرند. کودکی که واکسن علیه سیاه سرفه گرفته، می تواند به آن مبتلا بشود، اما بیماری او نسبت به کودکی که واکسن دریافت نکرده بسیار سبک تر خواهد بود. **کزاز** اگر فرزند شما دچار کزاز بشود، عضلات او می توانند منقبض بشوند. حتی عضلاتی که فرزند شما برای تنفس و بلعیدن غذا استفاده می کند منقبض خواهند شد. در این صورت کودک می تواند دچار خفگی بشود. کودک از اثر گازگرفتن توسط یک حیوان مثل خرگوش می تواند کزاز بگیرد. یا بر اثر وارد شدن آلودگی خیابان به درون زخم. **فلج اطفال** فلج اطفال یا پولیو خلاصه کلمه پولیومیلیتیس یا همان فلج اطفال است. اگر فرزند شما به این بیماری مبتلا شود، می تواند فلج بشود. **آنفلوآنزا** اگر فرزند شما به آلودگی باکتری هموفیلوس آنفلوآنزا (Hib) دچار شود می تواند تعدادی بیماری بگیرد: مننژیت (عفونت و التهاب پرده مننژ)، عفونت و التهاب دریچه گلو، عفونت ریوی (ذات الریه)، عفونت و التهاب مفاصل، مسمومیت خونی. **هپاتیت ب** بیماری عفونی کبد است. گاهی این عفونت هرگز رفع نمی شود، در این صورت فرد حامل این ویروس خواهد بود. به این خاطر کبد دچار آسیب شدید شده و بعدها سرطان کبد به وجود خواهد آمد. افراد به خاطر آن می میرند. هپاتیت ب مسری است. دیگران هم می توانند آن را بگیرند. برای مثال از طریق تماس با خون آلوده. اگر کودک به این ویروس آلوده بشود، احتمال زیاد وجود دارد که حامل و ناقل این ویروس بشود. آیا شما باردار و حامل ویروس هپاتیت ب هستید؟ در این صورت کودک نوزاد شما ظرف ۸۴ ساعت پس از تولد واکسن اضافی دریافت خواهد کرد.

واکسن‌ها می‌توانند عوارض جانبی داشته باشند

فرزند شما می‌تواند به چه عارضه جانبی مبتلا بشود؟

دستگاه ایمنی بدن یک کودک سالم و کودکان در سن بالاتر به خوبی می‌تواند در برابر واکسن مقاومت داشته باشد و دستگاه ایمنی بدن را می‌سازد. اگر فرزند شما واکسینه شده باشد، می‌تواند پس از آن حال خوبی نداشته باشد. همه کودکان در برابر واکسن واکنش مشابه ندارند. این ناراحتی‌ها اغلب پس از دریافت واکسن دیده می‌شوند:

- تب.
- بهانه گیری و چسبیدن به بزرگسالان
- لکه‌های سرخ، ورم یا درد در جای واکسن.
- مشکل به خاطر درد در حرکت دادن دست یا پای که واکسن به آن تزریق شده.
- خواب ناآرام در نوزادان یا زیاد خوابیدن.
- کودکان از ۴ سال به بالا می‌توانند به دلیل تنش عصبی از سرآپول تزریق شده بیهوش بشوند.

بیشتر عوارض جانبی در روز تزریق واکسن شروع می‌شوند. اغلب پس از ۲ روز رفع خواهند شد. بر اثر واکسن اوریبون، سرخک و سرخجه (سه گانه) عوارض جانبی کمی دیرتر خود را نشان می‌دهند: ۵ تا ۲۱ روز پس از تزریق.

نگران حال فرزندتان هستید؟ یا تب و بی‌تابی بهانه گیری بیش از ۲ روز طول کشیده است؟ یا پزشک خانواده مشورت کنید. فرزند شما به دلیل دریافت واکسن‌ها ی بیشتر همزمان علیه بیماری‌های بیشتر دچار بیماری شدیدتر نخواهد شد.

خود شما برای این عوارض جانبی چه می‌توانید بکنید؟

خود شما می‌توانید چند کار انجام دهید که مشکل عوارض جانبی کاسته شود:

- توجه، دلداری دادن و سرگرم کردن کودک برای کاستن از درد آپول.
- فرزند شما تب دارد؟ بگذارید تا تن کودک خنک بماند. لباس کم به کودک بپوشانید، برای مثال تنها یک تن پوش یا پیراهن. کودک را در بستر کنار خودتان نگذارید. اینجا خیلی گرم است. بگذارید کودک در بستر خودش و زیر یک ملافه بخوابد. می‌توانید با دستمال مرطوب کودک را خنک نگه دارید. لازم نیست به کودک پاراستامول بدهید. اما توجه کنید که کودک به اندازه کافی بنوشد.
- آیا فرزند شما استفراغ می‌کند؟ خوب او را زیر نظر داشته باشید (به ویژه نوزادان و کودکان خردسال را) روی شکم خوابانیده و سرش را به پهلو بچرخانید. در اینصورت مواد بالآمده وارد ریه‌ها نخواهد شد. با همه احتمال استفراغ توصیه می‌شود که کودک را به پشت بخوابانید.

- آیا کودک از دست یا پای واکسن شده ناراحت است؟ تا حد ممکن به آن دست نزنید. چون با دست زدن به آن درد تشدید خواهد شد.
- هرگز کودک را تکان ندهید! حتی اگر حالت خفگی داشته باشد و یا نفسش بالانیاید. اگر کودک را تکان بدهید می‌تواند به مغزش آسیب برسد. بهتر است به گونه فرزندتان تلنگر زده و یا از پای او نیشگون بگیرید.
- نگران فرزندتان هستید؟ فکر می‌کنید فرزندتان به دلیل واکسن خیلی بیمار است؟ یا اینکه فرزند دچار عوارض ناشناخته شده است؟ با پزشک خانوادگی تماس بگیرید، یا به مطب او مراجعه کنید. پزشک خانواده می‌تواند به شما توصیه‌هایی کرده و یا فرزندتان را معاینه کند.

آیا فرزندتان زیاد گریه می‌کند؟ یا در روز دریافت واکسن درد زیاد دارد؟ می‌توانید به او پاراستامول بدهید. بهتر است این کار را زیاد نکنید. به میزان مصرف در توازن با سن و وزن کودک توجه داشته و آن را رعایت کنید. همیشه راهنمای مصرف دارو را بخوانید.

همیشه عوارض جانبی را اطلاع بدهید

آیا فرزند شما پس از دریافت واکسن دچار یکی از عوارض جانبی است؟ در دیدار بعدی از پزشک یا پرستاری که واکسن را تزریق کرده به او اطلاع بدهید. در این صورت از شرایط خاص فرزند شما اطلاع خواهد داشت. همه عوارض جانبی به خاطر واکسنها در هلند ثبت شده و مورد پژوهش قرار می‌گیرد. برای همین مهم است که عوارض جانبی را اطلاع دهید.

انستیتوی ملی بهداری و محیط زیست [RIVM] چه می‌کند؟

انستیتوی ملی بهداری و محیط زیست (RIVM) نظارت می‌کند که فرزند شما بتواند در برنامه واکسن ملی شرکت کند. انستیتوی ملی بهداری و محیط زیست کارت واکسن برای شما ارسال می‌کند. این را خوب نگهداری کرده و وقتی برای واکسن دعوت شدید همراه داشته باشید. انستیتوی ملی بهداری و محیط زیست مشخصات فرزند شما را دارد و از آن تنها برای برنامه ملی واکسیناسیون استفاده می‌کند. در اینصورت اطلاع دارد که فرزند شما چه واکسنهایی را در هلند دریافت کرده است.

برای واکسن به کجا باید مراجعه کنید؟

خدمات اجتماعی بهداری [GGD] یا مرکز برای خانواده و نوجوان [CJG] وظیفه انجام واکسیناسیون را بر عهده دارد. از سوی آنان برای دریافت واکسن دعوت خواهید شد.

این راهنما از انتشارات:

انستیتوی ملی بهداری و محیط
زیست (RIVM) است

نشانی: BA Bilthoven 3720 | Postbus 1

www.rivm.nl/rijksvaccinatieprogramma

www.facebook.com/rvp.vaccinaties

این اطلاعات با یاری خدمات اجتماعی بهداری [GGD]
پدید آمده است.

این بروشور توسط ارگان مرکزی اسکان پناهجویان (COA) ترجمه شده و حاوی آگاهی ویژه برای پناهجویان است. انستیتوی ملی بهداشت و محیط زیست (RIVM) با دقت ترجمه از زبان هلندی به فارسی را مورد بازبینی قرار داده است. انستیتوی ملی بهداشت و محیط زیست (RIVM) هیچ مسئولیتی در برابر خسارات احتمالی که حاصل از بیتوجهی احتمالی در ترجمه باشد، نخواهد داشت. متن به زبان هلندی در بروشور اعتبار دارد.

نوامبر ۲۰۱۳