



Προγραμματισμός εμβολιασμού κατά της νόσου COVID-19 για μικρά παιδιά

Υπάρχει ένας αριθμός σημαντικών πραγμάτων που πρέπει να λάβετε υπόψη, ως γονέας ή φροντιστής, πριν να πάτε το παιδί σας για τον εμβολιασμό του κατά της COVID-19 στην προσπάθεια να κάνετε την εμπειρία θετική γι' αυτό.

Γνωρίζουμε ότι σε κανένα παιδί δεν αρέσουν οι βελόνες. Εάν το παιδί σας είναι αγχωμένο για το εμβόλιο, ο σχεδιασμός εκ των προτέρων και η συζήτηση μαζί του μπορεί να βοηθήσει. Ιδού ορισμένα πράγματα που θα μπορούσατε να συζητήσετε / εξετάσετε με το παιδί σας:

Πριν από τον εμβολιασμό

- **Πότε** θα προτιμούσε να εμβολιαστεί π.χ. νωρίς το πρωί ή το απόγευμα ή ίσως το Σαββατοκύριακο.
- **Με ποιον** θα ήθελε να πάει το παιδί για να έχει υποστήριξη; Αυτό θα μπορούσε να είναι ένα άτομο που είναι διαθέσιμο αλλά επίσης και το άτομο που θα μπορούσε να το κρατήσει όσο πιο ήρεμο γίνεται.
- **Τι** θα ήθελε το παιδί να πάρει μαζί του για το κάνει να αισθάνεται πιο άνετα ή να αποσπάσει την προσοχή του, π.χ. μουσική, παιχνίδια, iPad κ.λπ. Μπορείτε, επίσης, να μιλήσετε στο παιδί σας για ηρεμιστικές στρατηγικές την περίοδο πριν τον εμβολιασμό. Τεχνικές βαθιάς αναπνοής μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως στρατηγική αντιμετώπισης του άγχους, για να βοηθήσουν παιδιά να ρυθμίσουν τα συναισθήματά τους και να μειώσουν τον φόβο εμβολιασμού.
- **Εσείς** και το παιδί σας χρειάζεται να εξετάσετε το καλύτερο περιβάλλον όπου το παιδί σας μπορεί να εμβολιαστεί.
- **Διαβάστε** πληροφορίες για τον εμβολιασμό και μιλήστε στον Γενικό σας Γιατρό ή άλλο πάροχο υγειονομικής φροντίδας εάν έχετε τυχόν ερωτήσεις πριν από την ημέρα του εμβολιασμού. Ίσως θέλετε να κοιτάξετε τις ερωτήσεις και τις απαντήσεις στο [VaxFacts COVID-19](#).

Κατά την διάρκεια του εμβολιασμού

- **Φέρτε τυχόν μέσα υποστήριξης** στο ραντεβού (για παράδειγμα iPad, μουσική ή παιχνίδι).
- **Επιδιώξτε να προσφέρετε ένα** ήρεμο περιβάλλον. Ο αριθμός ατόμων στην αίθουσα/ στον θαλαμίσκο πρέπει να περιοριστεί μόνο σε όσους είναι απαραίτητοι για την υποστήριξη του παιδιού. Θόρυβος και φώτα πρέπει να είναι στο ελάχιστο.
- Βεβαιωθείτε ότι το **παιδί αισθάνεται ήρεμο και έχει τον έλεγχο**. Αντί να πείτε στο παιδί τι χρειάζεται να κάνει για να "μείνει ακίνητο", δώστε του έναν ρόλο "η ειδική σου δουλειά είναι να κρατήσεις τον βραχίονά σου ακίνητο σαν άγαλμα". Αφήστε το να διαλέξει: "Θέλεις να βλέπεις ή να γυρίσεις το κεφάλι από την άλλη μεριά;"





- **Χρησιμοποιήστε θετική γλώσσα** η οποία είναι κατάλληλη για την ηλικία για να αναγνωρίσετε και να επαινέσετε το παιδί για την συνεργασία του. Προσπαθήστε να αναγνωρίσετε και να επιβεβαιώσετε τα συναισθήματα και τις αντιδράσεις του παιδιού, (“Βλέπω ότι αυτό σου φαίνεται λίγο δύσκολο”) αντί να τις μειώσετε (“αυτό δεν πονάει, δεν είναι τρομακτικό”).
- **Κρατάτε το παιδί με τον κατάλληλο τρόπο.** Βεβαιωθείτε ότι αισθάνεται άνετα και υποστηριγμένο. Κατάλληλος τρόπος κρατήματος είναι αυτός όπου ένα άτομο κρατά το άκρο στο οποίο θα γίνει το εμβόλιο χωρίς να περιορίζει τις κινήσεις του υπόλοιπου σώματος του παιδιού, ενώ το παιδί είναι καθιστό. Αυτό μπορεί να γίνει ενθαρρύνοντας το παιδί, με το χέρι του ενήλικα γύρω από τους ώμους του παιδιού ή κρατώντας τα χέρια του παιδιού.

Μετά τον εμβολιασμό

- Χαμογελάστε, ενθαρρύνετε και επαινέστε το παιδί
- Ζητήστε τα σχόλια του παιδιού σας και χρησιμοποιήστε τα για την προσαρμογή του σχεδιασμού για την επόμενη φορά (“πώς αισθάνθηκες;”)
- Προσφέρετε ανταμοιβή για την καλή του συμπεριφορά.

Η κεντρική ιδέα για το εμβόλιο COVID-19 για παιδιά στην Βικτώρια είναι το **“μαγεμένο δάσος προστασίας”**, με παιχνίδια και εικόνες που κάνουν την εμπειρία εμβολιασμού θετική για το παιδί σας. Διατίθενται, επίσης, και διαφορετικά επίπεδα υπηρεσιών για το ραντεβού εμβολιασμού του παιδιού σας. Ο παρακάτω πίνακας μπορεί να σας βοηθήσει να αποφασίσετε πού και πώς να κλείσετε ραντεβού βάσει των αναγκών του παιδιού σας.

Ο πίνακας στις επόμενες δύο σελίδες έχει πληροφορίες για το πώς μπορείτε να οργανώσετε τον δικό σας εμβολιασμό και του παιδιού σας. Υπάρχουν διάφορες επιλογές εμβολιασμού ανάλογα με το πόσο σίγουροι και άνετοι είστε εσείς και το παιδί σας με τον εμβολιασμό.





| Εσείς και το παιδί σας | Συνιστώμενο ραντεβού | Πώς να κλείσετε ραντεβού |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> Σίγουρος για τον εμβολιασμό κατά της COVID-19 | <ul style="list-style-type: none"> Συμμετέχοντα γενικά ιατρεία, φαρμακεία, πολιτειακά εμβολιαστικά κέντρα/κόμβοι ή Υγειονομικοί Οργανισμοί υπό τον Έλεγχο της Κοινότητας Αβοριγίνων | <p>Ευρετήριο εμβολιαστικών κλινικών ή καλέστε την ανοιχτή γραμμή Κορωνοϊού στο 1800 675 398.</p> |
| <ul style="list-style-type: none"> Χρειάζομαι πρόσθετες υποστηρίξεις (συσκευές που προκαλούν μούδιασμα και περισπασμούς όπως ακουστικά εικονικής πραγματικότητας) την ημέρα του ραντεβού, διότι το παιδί βρίσκει αυτά τα πράγματα δύσκολα Χρειάζομαι περισσότερη υποστήριξη λόγω ειδικών αναγκών Υπερφορτίζεται συναισθηματικά σε συνωστισμένους χώρους Φοβάται τις βελόνες | <ul style="list-style-type: none"> Μπορεί να είναι καλύτερα για το παιδί σας να εμβολιαστεί σε Πολιτειακά εμβολιαστικά κέντρα/κόμβους με πρόσβαση σε περιβάλλον με λίγα αισθητηριακά ερεθίσματα που έχουν υποστηρίξεις για ήπια βελονοφοβία. Προσφέρουμε συγκεκριμένες κλινικές με λίγα αισθητηριακά ερεθίσματα. Παρατίθενται στο https://www.coronavirus.vic.gov.au/vaccination-information-people-disability | <p>Ευρετήριο εμβολιαστικών κλινικών ή καλέστε την ανοιχτή γραμμή Κορωνοϊού στο 1800 675 398 για ραντεβού σε έναν εμβολιαστικό κόμβο ή</p> <p>Συζητήστε τις ανάγκες του παιδιού σας με τον Γενικό Γιατρό σας ή με έναν Υπάλληλο-Σύνδεσμο για Άτομα με Αναπηρία [Disability Liaison Officer] (DLO) που μπορεί να βοηθήσει στην προετοιμασία και το κλείσιμο κατάλληλου ραντεβού εμβολιασμού.</p> |





| Εσείς και το παιδί σας | Συνιστώμενο ραντεβού | Πώς να κλείσετε ραντεβού |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> • Φοβάται πολύ τις βελόνες • Χρειάζεται βοήθεια με τον εμβολιασμό • Έχω εξαντλήσει όλες τις άλλες επιλογές ή προηγούμενες τεχνικές για τον εμβολιασμό • Χρειάζεται να εμβολιαστεί στο σπίτι. • Αυτή η υπηρεσία είναι ανοιχτή σε άτομα με: <ul style="list-style-type: none"> ο τραυματισμό, χρόνιο πρόβλημα υγείας ή αδυναμία που επιδρά στην κινητικότητα ο μέτρια έως βαριά σωματική ή ψυχοκοινωνική αναπηρία ο μέτρια έως βαριά προβλήματα ψυχικής υγείας ή συμπεριφοράς που δεν κατηγοριοποιούνται αλλιώς ως ψυχοκοινωνική αναπηρία ο ευθύνες φροντιστή ο για άτομο με μέτρια έως βαριά αναπηρία. | <ul style="list-style-type: none"> • Παραπομπή μέσω Γενικού Γιατρού ή DLO στην Ειδική Υπηρεσία Ανοσοποίησης της Βικτώριας [Victorian Specialist Immunisation Service]. • Άτομα που το έχουν ανάγκη μπορούν να κλείσουν ραντεβού για εμβολιασμό στο σπίτι. | <p>Συζητήστε τις ανάγκες του παιδιού σας με τον Γενικό Γιατρό σας ή με έναν Υπάλληλο-Σύνδεσμο για Άτομα με Αναπηρία (DLO) που μπορεί να βοηθήσει στην προετοιμασία και το κλείσιμο κατάλληλου ραντεβού εμβολιασμού. (Παρακαλείστε να δείτε 'Άλλες υποστηρίξεις' παρακάτω για την περιγραφή της υπηρεσίας.)</p> |

Άλλες υποστηρίξεις

- **Υποστήριξη εμβολιασμού παιδιών με αναπηρία ή ειδικές ανάγκες:** [Υπάλληλοι-Σύνδεσμοι για Άτομα με Αναπηρία](#) (DLO) μπορούν να βοηθήσουν τους γονείς στην προετοιμασία και κλείσιμο κατάλληλου ραντεβού εμβολιασμού. Ο DLO μπορεί να συστήσει ραντεβού σε κλινική με λίγα αισθητηριακά ερεθίσματα, επίσκεψη για εμβολιασμό στο σπίτι μέσω Γενικού Ιατρού φιλικού προς την οικογένεια ή υπηρεσία νάρκωσης.
- **Πληροφορίες και επιλογές υποστήριξης εμβολιασμού:** για ερωτήσεις υγείας για την COVID-19, που συμπεριλαμβάνουν πρόσβαση σε πληρωμές από την Πολιτειακή Κυβέρνηση της Βικτώριας, μπορείτε να επικοινωνήσετε με την ανοιχτή γραμμή Κορωνοϊού στο 1800 375 398, από τις αρχές Ιανουαρίου.
- **Γραμμή Πληροφοριών COVID-19 της Βικτώριας για Αβοριγίνους:** παρέχει στα μέλη της κοινότητας Αβοριγίνων πρόσβαση σε προσωπικό Αβοριγίνων που μπορεί να απαντήσει σε ερωτήσεις για την COVID-19, για τον εμβολιασμό και να παραπέμψει τους καλούντες σε διαθέσιμη υποστήριξη μέσω του 1800 312 911 (9 πμ-5 μμ, 7 ημέρες την εβδομάδα).

