



# Lập kế hoạch chích ngừa COVID-19 cho trẻ nhỏ

Là cha mẹ hoặc người nuôi dưỡng, có một số điều quan trọng quý vị cần cân nhắc trước khi đưa con đi tiêm vắc-xin COVID-19 để tìm cách biến việc này thành trải nghiệm tốt đẹp cho con.

Chúng tôi biết không trẻ em nào thích kim tiêm. Nếu con quý vị lo lắng về chích ngừa, hãy lập kế hoạch trước và nói chuyện với con có thể có lợi. Dưới đây là một số điều quý vị có thể thảo luận / cân nhắc với con mình:

## Trước khi chích ngừa

- **Khi** nào con quý vị muốn chích ngừa, ví dụ như việc đầu tiên vào buổi sáng hoặc buổi chiều hoặc có thể là vào cuối tuần.
- **Đưa** trẻ muốn đi cùng với ai để hỗ trợ mình? Đây có thể là người luôn sẵn sàng nhưng cũng có thể là người có thể giữ cho con quý vị bình tĩnh nhất.
- **Con** quý vị muốn mang theo thứ gì để cảm thấy thoải mái hơn hoặc để phân tâm, ví dụ như nhạc, đồ chơi, iPad, v.v. Quý vị cũng có thể nói chuyện với con về các cách thức giữ bình tĩnh trước khi chích ngừa. Có thể sử dụng cách hít thở sâu như cách thức đối phó để giúp đưa trẻ tiết chế cảm xúc và giảm nỗi sợ chích ngừa.
- **Quý** vị và con quý vị cần xem xét môi trường tốt nhất để con quý vị có thể chích ngừa.
- **Hãy** đọc thông tin về chích ngừa và nói chuyện với bác sĩ gia đình hoặc cơ sở cung cấp dịch vụ chăm sóc sức khỏe nếu quý vị có bất kỳ câu hỏi nào trước ngày đó. Quý vị có thể muốn đọc [VaxFacts COVID-19 các câu hỏi và trả lời](#).

## Trong lúc chích ngừa

- Mang theo bất kỳ vật dụng hỗ trợ nào đến cuộc hẹn (ví dụ như ipad, nhạc hoặc đồ chơi).
- Nhằm mục đích cung cấp môi trường yên tĩnh. Nên giảm tối thiểu số lượng người trong phòng/buồng nhỏ xuống, chỉ còn những ai cần thiết để hỗ trợ đưa trẻ. Nên giữ tiếng ồn và ánh sáng ở mức tối thiểu.
- Đảm bảo đưa trẻ cảm thấy bình tĩnh và có thể chủ động. Thay vì nói với trẻ những gì cần làm để “*không nhúc nhích*”, hãy giao nhiệm vụ cho em “*công việc đặc biệt của con là giữ cánh tay của con ở yên một chỗ như pho tượng*”. Hãy để trẻ chọn: “Con muốn nhìn hay quay đi chỗ khác?”





- **Nói bằng ngôn từ tích cực**, phù hợp với lứa tuổi để công nhận và khen ngợi đứa trẻ chịu hợp tác. Tìm cách công nhận và xác thực những cảm xúc và phản ứng của đứa trẻ, (“Tôi có thể thấy điều này hơi phức tạp đối với con”) thay vì nói giảm bớt (“điều đó không đau, không đáng sợ”).
- **Giữ đứa trẻ một cách thích hợp**. Đảm bảo đứa trẻ cảm thấy thoải mái và được hỗ trợ. Các tư thế giữ thích hợp bao gồm một người giữ tay sẽ được chích ngừa mà không hạn chế chuyển động của phần thân thể còn lại của đứa trẻ khi trẻ đang ngồi. Có thể thực hiện việc này bằng cách tạo sự thoải mái bằng cách người lớn quàng cánh tay quanh vai đứa trẻ hoặc nắm lấy cánh tay đứa trẻ.

### Sau khi chích ngừa

- Mỉm cười, khuyến khích và khen ngợi đứa trẻ
- Hỏi cảm nghĩ của con quý vị và sử dụng điều đó để điều chỉnh kế hoạch cho lần sau (“con cảm thấy thế nào?”)
- Đưa ra phần thưởng cho việc hoàn thành xuất sắc công việc.

Chủ đề của vắc-xin COVID-19 cho trẻ em ở Victoria là “**khu rừng bảo vệ đầy mê hoặc**”, với đồ chơi, trò chơi và hình ảnh giúp mang lại trải nghiệm chích ngừa tốt đẹp cho con quý vị. Ngoài ra còn có các mức độ dịch vụ khác nhau cho cuộc hẹn tiêm vắc-xin của con quý vị. Bảng dưới đây có thể giúp quý vị quyết định địa điểm và cách thức đặt cuộc hẹn dựa trên nhu cầu của con quý vị.

Bảng ở hai trang tiếp theo có thông tin về cách quý vị có thể sắp xếp việc chích ngừa cho quý vị và con quý vị. Có nhiều cách chích ngừa khác nhau tùy thuộc vào mức độ tự tin và thoải mái của quý vị và con quý vị khi chích ngừa.





| Quý vị và con quý vị   | Cuộc hẹn được đề nghị  | Cách đặt cuộc hẹn   |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Tự tin về chích ngừa COVID-19</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Phòng mạch bác sĩ gia đình, nhà thuốc tây có chích ngừa, trung tâm/trạm chích ngừa của tiểu bang hoặc các Tổ chức Y tế do Cộng đồng Thổ dân Kiểm soát</li> </ul>  | <p><a href="#">Công cụ Tìm Nơi Tiêm vắc-xin</a> hoặc gọi cho đường dây thường trực Coronavirus số <b>1800 675 398</b>.</p>  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Cần hỗ trợ thêm (các thiết bị gây tê và phân tâm như tai nghe thực tế ảo) vào ngày chích ngừa vì đứa trẻ thấy những việc này khó khăn</li> <li>Cần hỗ trợ nhiều hơn vì nhu cầu đặc biệt</li> <li>Dễ bị choáng ngợp ở nơi đông người</li> <li>Sợ kim tiêm</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Con quý vị có thể được chích ngừa tốt nhất tại các trung tâm/trạm chích ngừa của tiểu bang có thể có môi trường ít gây cảm giác mạnh, hỗ trợ cho chứng hơi lo lắng về kim tiêm.</li> <li>Chúng tôi cung cấp các phòng chích ngừa ít gây cảm giác mạnh cụ thể. Những nơi này được liệt kê tại <a href="https://www.coronavirus.vic.gov.au/vaccination-information-people-disability">https://www.coronavirus.vic.gov.au/vaccination-information-people-disability</a></li> </ul> | <p><a href="#">Công cụ Tìm Nơi Tiêm vắc-xin</a> hoặc gọi cho đường dây thường trực Coronavirus số <b>1800 675 398</b> để đặt cuộc hẹn tại trung tâm tiêm vắc-xin</p> <p><b>hoặc</b></p> <p>Thảo luận về nhu cầu của con quý vị với bác sĩ gia đình hoặc với <a href="#">Nhân viên Liên lạc Người khuyết tật (DLO)</a> (Disability Liaison Officer), họ có thể giúp chuẩn bị và đặt cuộc hẹn chích ngừa thích hợp.</p> |





| Quý vị và con quý vị   | Cuộc hẹn được đề nghị  | Cách đặt cuộc hẹn  |
|--|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rất sợ kim tiêm</li> <li>• Cần giúp đỡ để được chích ngừa</li> <li>• Đã làm hết cách hoặc các kỹ thuật trước đó để được chích ngừa</li> <li>• Cần được chích ngừa tại nhà. Dịch vụ này dành cho những người bị:               <ul style="list-style-type: none"> <li>○ thương tật, vấn đề sức khỏe kinh niên hoặc yếu sức ảnh hưởng đến khả năng di chuyển</li> <li>○ khuyết tật thể chất hoặc tâm lý xã hội từ mức trung bình đến nặng</li> <li>○ các vấn đề sức khỏe tâm thần hoặc hành vi từ mức trung bình đến trầm trọng đã không được phân loại là khuyết tật tâm lý xã hội</li> <li>○ các trách nhiệm người nuôi dưỡng</li> <li>○ dành cho người khuyết tật từ mức trung bình đến nặng.</li> </ul> </li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Giới thiệu qua bác sĩ gia đình (GP) hoặc Nhân viên Liên lạc Người khuyết tật (DLO) đến Dịch vụ Chích ngừa Chuyên khoa Tiểu bang Victoria.</li> <li>• Những người có nhu cầu có thể đăng ký chích ngừa tại nhà.</li> </ul> | <p>Thảo luận về nhu cầu của con quý vị với bác sĩ gia đình hoặc với <a href="#">Nhân viên Liên lạc Người khuyết tật (DLO)</a>, họ có thể giúp chuẩn bị và đặt cuộc hẹn chích ngừa thích hợp. (Vui lòng xem 'Hỗ trợ khác' bên dưới để biết thông tin về dịch vụ.)</p> |

### Các hỗ trợ khác

- **Hỗ trợ chích ngừa cho trẻ em khuyết tật hoặc có nhu cầu đặc biệt:** [Nhân viên Liên lạc Người khuyết tật \(DLO\)](#) có thể giúp cha mẹ chuẩn bị và đặt cuộc hẹn chích ngừa thích hợp. DLO có thể đề nghị cuộc hẹn tại phòng chích ngừa ít gây cảm giác mạnh, tới nhà chích ngừa tại nhà, thông qua Phòng mạch Bác sĩ gia đình thích hợp với gia đình hoặc dịch vụ an thần.
- **Thông tin và các tùy chọn hỗ trợ về chích ngừa:** Các thắc mắc về sức khỏe liên quan đến COVID-19, bao gồm xin lãnh các khoản trợ cấp của Chính phủ Tiểu bang Victoria, có thể truy cập qua đường dây thường trực Coronavirus số 1800 375 398, từ khoảng đầu tháng 1.
- **Đường dây thông tin COVID-19 Thổ dân Victoria:** giúp người thuộc cộng đồng Thổ dân có thể tiếp xúc với nhân viên Thổ dân, họ có thể trả lời các câu hỏi về COVID-19, chích ngừa và hướng dẫn người gọi đến hỗ trợ cần thiết có sẵn qua số 1800 312 911 (9 giờ sáng-5 giờ chiều, 7 ngày một tuần).

