

如何帮助您的孩子接种 新冠疫苗

儿童生活专家对父母的提示

实话实说

最好采用真诚而准确且与年龄相适应的解释。承认注射可能会疼痛，但描述时，要把这种感觉放在具体的情境中（就像捏或戳）。如果我们没有定义“疼痛”的意思，孩子会用自己的想象来填补这块空白，他们想出的故事通常会比现实情况更糟！有关如何向孩子解释这件事，请参阅我们的疫苗脚本示例。



切勿出现“惊喜”

与接种疫苗的医师或护士交谈，并指出最好让孩子制定一个计划，并遵照它实行。如果计划是数到3然后开始注射，那么遵照计划执行！有时，接种人员会比计划的时间提早进行，给孩子一个“惊喜”。这样做将会破坏信任，您可以特别提出请求，不要发生这种情况。

询问止痛措施

带孩子进行疫苗接种之前，询问有哪些安抚措施。有些局部麻醉剂和喷雾剂可以尽量减少注射疼痛，但有些药物需要一定的时间才能生效，所以最好在离家前知道计划是什么。



提倡舒适的姿势

专业医护人员可以根据孩子的年龄及其舒服的注射步骤来接种疫苗。他们可能希望孩子尽量不要动。询问能否以心贴心抱着的姿势，将孩子抱着坐在膝盖上。这个姿势比被陌生人抱着的压迫感要小，这样您可以通过和孩子说话来分散他们的注意力，并在医生或护士进行疫苗接种时安抚孩子。

儿童生活专家是情感支持的第一响应者。他们是接受过专业培训的专家，可以及时为医疗环境下的儿童提供基于实践的情感支持。他们旨在帮助儿童和家庭应对医院和其他医疗环境中的紧张体验，最终防止或减轻在医疗环境中受挫的有害影响。

有关儿童生活专家的更多信息，请访问

<http://www.childlife.org/the-child-life-profession>

