



FARSI

# مراقب از سلامت کودکان امروز و برای آینده



SCAN ME

اطلاعات بیشتر در مورد واکسن‌های شما

[selondonics.org/childrenshealth](https://selondonics.org/childrenshealth)

[nhs.uk/conditions/vaccinations](https://nhs.uk/conditions/vaccinations)

# چرا کودکان به واکسیناسیون نیاز دارند؟

واکسیناسیون کودکان را در سنین جوانی، در سنین مدرسه و در بزرگسالی در برابر بیماری های جدی و بیماری های بالقوه کشنده محافظت می کند. در سراسر جهان، واکسن ها جان میلیون ها نفر را نجات داده است. با این حال، اگر افراد دریافت واکسن را متوقف کنند، ممکن است بیماری های عفونی دوباره به سرعت گسترش یابد.

## واکسن ها چگونه کار می کنند؟

واکسن ها با تقلید از یک عفونت (تهاجم و رشد یک میکروب مانند ویروس یا باکتری در بدن) کار می کنند و به بدن آموزش می دهند که چنگنده های خاصی به نام آنتی بادی ایجاد کند که از آن در برابر بیماری محافظت می کند.

یادگیری از طریق واکسیناسیون برای بدن بسیار ایمن تر از ابتلا به یک بیماری و درمان آن است. هنگامی که بدن یاد می گیرد که چگونه از طریق واکسیناسیون با یک بیماری مبارزه کند، اغلب می تواند سال ها از کودک شما محافظت کند.

## ایمن نگه داشتن کودکان از بیماری ها

به گفته سازمان بهداشت جهانی ([www.who.int](http://www.who.int)) واکسیناسیون سالانه از مرگ بیش از 3.5 میلیون نفر در اثر بیماری هایی مانند دیفتی، کزاز، سیاه سرفه، آنفولانزا و سرخک جلوگیری می کند.

از زمانی که واکسن ها در بریتانیا معرفی شدند، بیماری هایی مانند آبله و کزاز که در گذشته میلیون ها نفر را می کشتند یا از کار می انداختند، اکنون ناپدید شده یا به ندرت دیده می شوند. بیماری های دیگر مانند سرخک و دیفتی از زمان معرفی واکسن آنها تا 99.9 درصد کاهش یافته است.

با این حال، اگر افراد دریافت واکسن را متوقف کنند، ممکن است بیماری های عفونی دوباره به سرعت گسترش یابد.

## این جزوه در مورد چیست؟

این جزوه در مورد واکسیناسیون (که به عنوان ایمن سازی هم از آن نام می برند) است که به صورت رایگان توسط NHS به کودکان در زمان های مشخص ارائه می شود. مهم است که واکسن ها برای بهترین محافظت، به موقع تزریق شوند اما اگر کودک شما واکسن را فراموش کرده است، می توانید با پزشک عمومی خود تماس بگیرید.

# واکسیناسیون فلج اطفال و MMR عقب افتاده در لندن

به کودکان یک تا ۱۱ ساله در لندن که از نظر واکسیناسیون های معمول به روز نیستند، واکسیناسیون فلج اطفال و MMR از طریق کلینیک های عمومی، مدارس ابتدایی و کلینیک های اجتماعی ارائه می شود.

آیا ارتباطی بین واکسن MMR و اوتیسم وجود دارد؟

هیچ مدرکی دال بر ارتباط بین واکسن MMR و اوتیسم وجود ندارد. بسیاری از مطالعات این موضوع را بررسی کرده اند.

چگونه واکسن به کودکان تزریق می شود؟

هر دو واکسن به صورت تزریقی در عضله ران یا بالای بازو تزریق می شوند.

چرا واکسن های محافظت از کودکان در برابر MMR و فلج اطفال اهمیت ویژه ای دارد؟

در سال ۲۰۲۲، ویروس فلج اطفال در نمونه های فاضلاب لندن یافت شد که نشان می دهد این ویروس بین مردم گسترش یافته است. در حالی که بررسی های اخیر نشان می دهد که انتقال بیماری کاهش یافته است، افرادی که به طور کامل واکسینه نشده اند، یا کسانی که به واکسن ها پاسخ خوبی نمی دهند، همچنان در معرض خطر ابتلا به فلج اطفال قرار دارند.

همچنین در سال جاری (۲۰۲۳) موارد ابتلا سرخک در لندن افزایش یافته است. در سراسر انگلستان، به طور متوسط از هر ۱۰ کودک، یک کودک از نظر واکسیناسیون MMR به روز نیست، به طوری که در برخی از مناطق لندن، این رقم ۲ کودک از ۵ کودک است. این امر هزاران کودک را در معرض خطر ابتلا به سرخک قرار می دهد، به ویژه آنهایی که آسیب پذیرتر هستند و با توجه به اینکه بیماری در جوامع واکسینه نشده شیوع بیشتری دارد.

آیا واکسن های MMR و فلج اطفال بی خطر هستند؟

بله، آنها بسیار ایمن هستند و از میلیون ها کودک در سراسر جهان محافظت کرده اند.



# کودک من در چه سنی نیاز به واکسن‌های معمول دارد؟



# این واکسن ها از کودک من در برابر چه بیماری هایی محافظت می کنند؟

## MMR

(سرخک، اوریون و سرخجه)

سرخک و سرخجه معمولاً با علائمی شبیه سرماخوردگی و به دنبال آن خارش پوست شروع می شود. در موارد نادر سرخک می تواند منجر به تشنج، نابینایی، ذات الریه و مننژیت شود و گاهی اوقات می تواند کشنده باشد. سرخجه برای زنان باردار خطرناک تر است و برای جنین به دنیا نیامده مشکلاتی ایجاد می کند. اوریون باعث تورم دردناک در کنار صورت می شود و در موارد نادر می تواند به مننژیت و ویروسی منجر شود.

## MenB + MenACWY

عفونت های مننگوکوکی می تواند بسیار جدی باشد و باعث مننژیت و مسمومیت خون (سپسیس) شود. در موارد نادر می تواند به مرگ بیانجامد.

## پنوموکوک

عفونت های پنوموکوکی می تواند خطرناک باشد و منجر به ذات الریه، سپسیس و مننژیت شود.

## کزاز

کزاز بیماری جدی و تهدیدکننده حیات است که در اثر ورود باکتری به زخم ایجاد می شود. می تواند موجب سفت شدن فک، اسپاسم عضلانی دردناک، دشواری در تنفس، تب، تعریق، تپش قلب سریع و تشنج شود.

## سیاه سرفه

(که pertussis نیز نامیده می شود)

سیاه سرفه یک عفونت ریه ها و مجراهای هوایی است و می تواند نوزادان و کودکان خردسال را بسیار بیمار کند. در موارد نادر می تواند کشنده باشد.

## روتاویروس

روتاویروس یک باکتری معده بسیار عفونی است که معمولاً نوزادان و کودکان خردسال را تحت تأثیر قرار می دهد و باعث اسهال و استفراغ، شکم درد و تب می شود.

## فلج اطفال (Polio)

فلج اطفال می تواند علائم خفیف و شبیه آنفولانزا داشته باشد، اما در موارد نادر می تواند منجر به ضعف عضلانی (فلج) شود.

## دیفتری

دیفتری یک عفونت جدی است که بر روی بینی و گلو و بعضی موارد بر پوست تأثیر می گذارد. اگر به سرعت درمان نشود، به خصوص در کودکان، می تواند کشنده باشد.

## هیپاتیت B

هیپاتیت B یک عفونت کبدی است که معمولاً یک تا سه ماه طول می کشد. اکثر افراد یا هیچ علائمی ندارند یا علائم خفیفی دارند، اما در موارد نادری ممکن است مزمن شود و بیش از 6 ماه طول بکشد. هیپاتیت B مزمن در صورت عدم درمان می تواند خطری جدی ایجاد کند.

## هوموفیلوس B یا Hib

آنفولانزای هوموفیلوس نوع b یا Hib نوعی باکتری است که می تواند باعث عفونت های با خطر جانی شود. نوزادان و کودکان بیشتر در معرض خطر ابتلا به بیماری های جدی هستند.

## آنفولانزا

آنفولانزا می تواند یک بیماری بسیار ناخوشایند برای کودکان باشد و می تواند به مشکلات جدی در ریه ها و مجاری تنفسی مانند برونشیت و ذات الریه منجر شود.

## HPV

ویروس پاپیلومای انسانی (HPV) نامی است که به گروه بسیار رایجی از ویروس ها داده می شود که برخی از آن ها «با خطر بالا» نامیده می شوند زیرا باعث ایجاد سرطان هایی مانند سرطان دهانه رحم، سرطان مقعد، سرطان های تناسلی و سرطان سر و گردن می شود. انواع دیگر این ویروس می تواند باعث ایجاد بیماری هایی مانند رگیل یا وروکاس شوند.



# عوارض جانبی واکسیناسیون برای کودکان چیست؟

کمتر از ۱۰ درصد کودکان عوارض جانبی خفیفی را تجربه می کنند که ۲ یا ۳ روز پس از واکسیناسیون باقی می ماند.

- عوارض جانبی ممکن است شامل موارد زیر باشد:
- تورم، قرمزی و احساس درد در اطراف محل تزریق
- کمی احساس ناخوشی یا تب کردن
- احساس ناراحتی، افزایش گریه یا تحریک پذیری، بی قراری
- استفراغ و از دست دادن موقت اشتها

برخی از کودکان ممکن است عوارض جانبی نادرتری را تجربه کنند - برای مثال، خارش در یک مورد از هر ۲۴۰۰۰ دوز واکسن MMR مشاهده شده است. با پزشک عمومی خود صحبت کنید تا در مورد عوارض جانبی نادرتر بیشتر بدانید. مهم است که به یاد داشته باشید که عوارض احتمالی بیماری‌های عفونی، مانند سرخک، اوریون و سرخجه بسیار جدی‌تر هستند.

اگر فرزندم این عوارض جانبی یا سایر عوارض جانبی را تجربه کرد، چه باید بکنم؟

عوارض جانبی خفیف را می توان با پاراستامول (Calpol برای کودکان) درمان کرد. اگر نگران هستید یا فرزندتان عوارض جانبی مداوم دارد، با پزشک عمومی خود صحبت کنید.



# واکسن ها چه دارند و آیا ایمن هستند؟

آیا تزریق چندین واکسن به طور همزمان برای فرزندم بی خطر است؟

مطالعات نشان داده‌اند که تزریق چندین واکسن به طور همزمان بی خطر است و کودک شما از برخی عفونت‌های بسیار جدی محافظت می‌شود.

از کجا می‌توانم اطلاعات بیشتری کسب کنم؟

اگر در مورد واکسن ها و ایمنی یا عوارض جانبی آنها نگرانی، تردید یا سؤالی دارید، لطفاً با پزشک عمومی یا سایر متخصصان بهداشت NHS صحبت کنید.

همچنین شواهد علمی زیادی به صورت آنلاین از سازمان های بهداشتی و مراقبتی پیشرو جهان در بریتانیا و جاهای دیگر مانند سازمان بهداشت جهانی، NHS و دانشگاه آکسفورد در دسترس است.

نظرات ضد واکسن اغلب می‌توانند به صورت آنلاین پخش شوند، به ویژه از طریق رسانه های اجتماعی. آنها ممکن است مبتنی بر شواهد علمی نباشند و کودک شما را در معرض خطر بیماری جدی قرار دهند.

واکسیناسیون مهمترین کاری است که می‌توانیم برای محافظت از خود و فرزندانمان در برابر بیماری انجام دهیم.

می‌توانید در وب سایت NHS اطلاعات بیشتری کسب کنید:

[/www.nhs.uk/conditions-vaccinations/why-vaccination-is-safe-and-important](http://www.nhs.uk/conditions-vaccinations/why-vaccination-is-safe-and-important)

واکسن ها از چه چیزهایی ساخته می‌شوند؟

ماده اصلی هر واکسن مقدار کمی از میکروب مرده و تضعیف شده عامل بیماری یا نسخه تولید شده میکروب است. اینها آنتی ژن نامیده می‌شوند. برخی از واکسن های جدیدتر حاوی دستورات عملی هایی برای بدن برای تولید آنتی ژن هستند، نه خود آنتی ژن.

گاهی اوقات واکسن ها حاوی مواد دیگری هستند که واکسن را ایمن و مؤثرتر می‌کند.

آیا هیچ واکسنی حاوی محصولات گوشت خوک است؟

برخی از واکسن ها حاوی ژلاتین گوشت خوک هستند تا اطمینان حاصل شود که واکسن در طول نگهداری ایمن و مؤثر باقی می‌ماند. اگر به دلایل مذهبی یا رژیم غذایی نمی‌خواهید فرزندتان واکسنی حاوی ژلاتین گوشت خوک تزریق کند، در مورد جایگزین های احتمالی آن با متخصص مراقبت های بهداشتی خود صحبت کنید.

آیا واکسن ها برای کودکان بی خطر هستند؟

میلیون‌ها کودک در بریتانیا و سراسر جهان علیه ناخوشی‌ها و بیماری‌های جدی واکسینه شده‌اند - و در نتیجه ایمن نگه داشته شده‌اند. واکسیناسیون همچنین از خانواده، دوستان و جامعه گسترده تر، به ویژه آنهایی که آسیب پذیرتر هستند، محافظت می‌کند.

همه واکسن‌ها قبل از تزریق، طبق قانون تحت آزمایش‌های ایمنی دقیق قرار می‌گیرند. هنگامی که واکسنی در بریتانیا معرفی شد، هر گونه عارضه جانبی نادر آن توسط اژانس تنظیم مقررات داروها و محصولات مراقبت بهداشتی (MHRA) تحت نظارت قرار می‌گیرد.

# نحوه دریافت واکسیناسیون از جمله واکسن های عقب افتاده

چه کسانی می توانند واکسیناسیون NHS رایگان دریافت کنند؟

هر کودک حق دارد واکسیناسیون NHS را به صورت رایگان دریافت کند. با پزشک عمومی خود صحبت کنید یا کتاب قرمز فرزندان را بررسی کنید تا ببینید آیا او در مورد واکسیناسیون خود به روز است یا خیر.

آیا فرزند من برای دریافت واکسن های معمول خود نیاز به ثبت نام در یک کلینیک پزشک عمومی دارد؟

اگر فرزند شما نزد پزشک عمومی ثبت نام نکرده باشد، همچنان حق دریافت واکسیناسیون رایگان را دارد. هر کسی در انگلستان می تواند در یک کلینیک پزشک عمومی، رایگان ثبت نام کند. شما به هیچ مدرکی مبنی بر آدرس یا وضعیت مهاجرت، شناسه یا شماره NHS نیاز ندارید. می توانید یک کلینیک پزشک عمومی را در این آدرس بیابید: [www.nhs.uk/service-search/find-a-gp](http://www.nhs.uk/service-search/find-a-gp)



از کجا می توانم اطلاعات بیشتری در مورد واکسیناسیون کودکان دریافت کنم؟

لطفاً با یک پزشک عمومی تماس بگیرید یا به صورت آنلاین به آدرس زیر مراجعه کنید:

[selondonics.org/childrenshealth](http://selondonics.org/childrenshealth)

[nhs.uk/conditions/vaccinations](http://nhs.uk/conditions/vaccinations)

توصیه های عمومی بهداشتی هنگامی که کودک شما بیمار می شود

کودکان خردسال اغلب بیمار می شوند - این بخشی از روند بزرگ شدن است. با این حال، این امر می تواند برای والدین و مراقبان استرس زا باشد. اغلب این بیماری ها جدی نیستند و کودک را می توان با خیال راحت در خانه یا با حمایت پزشک عمومی، داروخانه دار یا بازدیدکننده سلامت درمان کرد. برای مشاوره بیشتر به وب سایت NHS مراجعه کنید:

[www.nhs.uk/conditions/baby/health](http://www.nhs.uk/conditions/baby/health)

این جزوه در چاپ بزرگ و زبان های مختلف موجود است.

لطفاً با این ایمیل تماس بگیرید:

[communications@selondonics.nhs.uk](mailto:communications@selondonics.nhs.uk)



South East London

چاپ شده توسط: South East London Integrated Care Board