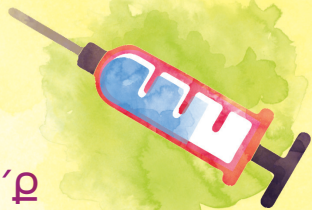


1

ԾԱՆՈԹԱՑԵՔ

Ձեր բուժող բժիշկը պետք է տրամադրի օգտակար տեղեկատվություն և իրազեկում պատվաստումից հետո բոլոր հնարավոր կողմնակի երևույթների մասին, որոնք կարող են առաջանալ Ձեր երեխայի մոտ: Հավաստի տեղեկատվություն Դուք կարող եք գտնել նաև CDC-ի կայքում: Որքան լավ տեղեկացված լինեք պատվաստումների մասին, այնքան ավելի ապահով կզգաք:



2

ԲԵՐԵՔ ՁԵՐ ՀԵՏ ԵՐԵՒԱՅԻ ՍԻՐԱԾ ԱՌԱՐԿԱՆԵՐԸ



Լինի դա խաղալիք, փափուկ ծածկոց, կամ սիրված գիրք, օգտագործե՛ք դրանք, Ձեր երեխայի սիրած առարկաները, որպեսզի շեղեք նրան և կենտրոնացնեք իր համար հաճելի բաների վրա: Նախապես խորհրդակցե՛ք Ձեր բժշկի հետ, մինչև այդ առարկաները Ձեր հետ բերելը:

3

ԱՌԱՋԱՐԿԵՔ ՔԱՂՑՐ ԸՄՊԵԼԻՔ



Ահա Ձեր երեխային շեղելու ևս մի հնարք, որը նաև կարող է նվազեցնել Ձեր երեխայի ցավի զգացումը: Եթե Ձեր երեխան 6 ամսականից մեծ է, ապա քաղցր ըմպելիքը կարող է հանգստացնել նրան, իսկ եթե սնվում է կրծքով, ապա նրան կարելի է հաճախ կերակրել:

armvaccine.am

NCDC, Armenia

Հիվանդությունների վերահսկման և կանխարգելման Ազգային կենտրոն



ՍՈՐՈՑԱԴԱՐԱՌՈՑՈՒՄ
ՆԱԽԱՐԱՐՈՅՈՒՄ



ՊԱՏՎԱՍՏՄԱՆ
ՀԵՏԵՎԱՆՔՈՎ ԱՌԱՋԱՑԱԾ
ՁԵՐ ԵՎ ԵՐԵՒԱՅԻ
ՍԹՐԵՍԸ
ՆՎԱԶԵՑՆԵԼՈՒ ՀԱՄԱՐ

4

ԵՂԵՔ ԱՉՆԻԿ

Երեխաները շատ խելացի են: Որոշ ժամանակ հատկացրեք երեխային պարզ բացատրելու համար ներարկման մասին: Բացատրե՛ք, որ նա կարող է մի փոքր ծակոց զգալ, որը շատ արագ կանցնի: Նույնիսկ եթե Ձեր երեխան չի կարող հասկանալ, Ձեր հանգստացնող, հուսադրող ձայնը բարենպաստ ազդեցություն կունենա: Երբեք մի՛ վախեցրեք ներարկումներով և մի՛ պատմեք պատվաստումների մասին սարսափեցնող պատմություններ:

5

ԵՂԵՔ ՈՒՐԱՆԵՎ ՀԱՆԳԻՍ

Երեխայի համար ծնողի ժպիտը շատ կարևոր է: Երեխաները հաճախ առաջնորդվում են իրենց ծնողների տրամադրությամբ, հատկապես շրջակա աշխարհին ծանոթանալու ժամանակ: Գրկախառնությունները, շշուկները, հանգիստ և հուսադրող վերաբերմունքը կօգնեն Ձեր երեխային հեշտությամբ տանել պատվաստումները: Պահպանե՛ք հանգստություն և եղե՛ք լավատես նախքան ներարկումը, ներարկման ընթացքում և հատկապես ներարկումից հետո: Թող Ձեր երեխան իմանա, որ ամեն ինչ լավ է:

6

ՇԵՂԵՔ ՁԵՐ ԵՐԵՄԱՅԻՆ

Ծնողները հեշտությամբ կարող են շեղել իրենց երեխային ցանկացած իրավիճակում: Օգտագործե՛ք այդ հմտությունը: Հենց ներարկման պահին տվե՛ք Ձեր երեխայի անունը, երգեք նրա սիրած երգը կամ պարզապես զվարճալի պահեր ստեղծեք, որպեսզի շեղեք Ձեր երեխայի ուշադրությունը: Շարունակե՛ք շեղել երեխայի ուշադրությունը նաև պատվաստումից հետո:

7

ԲԱՐՈՒՐԵՔ ՁԵՐ ԵՐԵՄԱՅԻՆ

Բարուրումը պատվաստումից հետո հանդիսանում է նորածնին հանգստացնելու լավագույն միջոցներից մեկը: Բարուրում ասելով հասկանում ենք վերմակով Ձեր երեխայի ձեռքերի, մարմնի և ոտքերի փաթաթում: Պետք է բարուրել, բայց միևնույն ժամանակ այն հարմարավետ լինի նորածնի համար: Բարուրելու շնորհիվ Ձեր երեխան իրեն կզգա ինչպես մոր արգանդում, ինչը կլինի շատ հարմարավետ իր համար:

8

ՄԵԾ ԵՐԵՄԱՆԵՐԸ ՆՈՒՅՆՊԵՍ ԱՋԱԿՑՈՒԹՅԱՆ ԿԱՐԻՔ ՈՒՆԵՆ

Եթե Ձեր երեխան ավելի մեծ տարիքի է, ապա Դուք կարող եք իր հետ միասին խորը շունչ քաշել, որպեսզի օգնեք «հանգստացնել» ցավը: Օգնե՛ք նրանց պատկերացնել, որ ցավը դուրս է գալիս արտաշնչելու ընթացքում: Շեղելու նպատակով Դուք նաև կարող եք ցույց տալ սենյակում գտնվող հետաքրքիր առարկաներ: Դուք նույնիսկ կարող եք պատմել կամ կարդալ պատմվածքներ: Մի՛ մոռացեք վերցնել Ձեզ հետ իր սիրած գիրքը:

9

ՄԻ՛ ՄՈՌԱՑԵՔ ԽՆԱՄՔԻ ՄԱՍԻՆ ՆԱԵՎ ՆԵՐԱՐԿՈՒՄԻՑ ՀԵՏՈ

Երբեմն երեխաները կարող են ունենալ թեթև ռեակցիա պատվաստանյութերի հանդեպ (ներարկման շրջանում ցավ, մարմնի ցան կամ ջերմություն): Այս երևույթները նորմալ են և կարող են շուտով անցնել: Պատվաստումը ստանալուց հետո տանը, ներարկման հատվածում կարմրությունը և այտուցը մեղմելու նպատակով, կարող եք դնել ծորակի ջրով սառը թրջոց: Ձեր բժշկի նշանակմամբ, կարող եք տալ ցավազրկող դեղամիջոց (ասպիրին չպարունակող): Դուք կարող եք նրանց համար կարդալ պատմվածքներ, գրկել, գուրգուրել և ցուցաբերել լրացուցիչ ուշադրություն: Այլ անսովոր երևույթների դեպքում դիմեք Ձեր բժշկին:

