

Nyenzo za Maandalizi

- Hadithi za kijamii na maigizo yanaweza kuwasaidia wazazi na wanaotunza watoto kufafanua umuhimu wa chanjo na yanaweza kutumiwa kujiandaa kwa ajili ya mchakato wa kupata chanjo. Hadithi za kijamii zinaweza kupatikana kwa lugha nyingi kwenye tovuti ya CDC.

Mfano wa hadithi ya kijamii kutoka CDC



- VaxAbilities ni shirika linaloandaa matukio ya chanjo yanayofaa kwa watu wenye matatizo ya kiutambuzi katika eneo nzima la Massachusetts na unaweza kuwasiliana nao kwa maelezo zaidi katika www.vaxabilities.com

Maboresho ya Kiutambuzi

- Andaa mazingira tuli kwa kupunguza mwangaza na kelele
- Ikiwezekana, punguza kiasi cha kumgusagusa mwili mtoto wako
- Punguza kiasi cha muda ambao mtoto atalazimika kusubiri kabla ya kuingia kwenye chumba au kupata chanjo
- Kuwa mtulivu na mvumilivu unapotoa kipimo cha chanjo
- Kwa wanaotunza watoto, tembea tembea na mtoto wako au ucheze naye mnaposubiri kipindi cha uangalizi cha dakika 15 kiishe

Kwa maelezo zaidi kuhusu kuelewa woga wa sindano, tembelea:



Maelezo ya CDC kuhusu hofu ya sindano, chaguo la Kihispania linapatikana

CHANJO BILA HOFU

Vidokezo vya kupunguza wasiwasi wa kupata chanjo za utotoni kwa watoa huduma, wazazi na watoto

 **Nambari ya Simu**

 **Tovuti**

 **Mahali Tunapopatikana**

Kwa Watoa Huduma

- Tumia krimu au vinyunyizio vya kutia ganzi vinapopatikana
- Nunua kifaa kidogo (Buzzy) cha kushikilia kwa mkono kinachozima na kutetema ili kumtuliza mtoto wako
- Jadili kila hatua na mtoto na umwelezee umuhimu wa chanjo
- Mruhusu mtoto akae katika hali aipendayo
- Mwonyeshe mtoto wako mbinu ya kuvuta pumzi kubwa ili umtulize
- Mhimize mtoto ashikilie vitu vya kumliwaza
- Ikiwa anahitaji zaidi ya sindano moja, mpe chaguo la kuzipata kwa wakati mmoja au moja baada ya nyingine



Kwa Wanaotunza Watoto

- Chukua hatua binafsi za kumtuliza mtoto kabla ya miadi
- Mbebee mtoto wako kitu cha kumliwaza
- Zungumza na mtoto wako kuhusu chanjo siku chache kabla ya miadi
- Tumia video na vitabu kutoa mifano ya maana ya chanjo
- Zungumza kuhusu chanjo kwa sauti isiyoegemea upande wowote
- Zungumza kuhusu hisia zozote hasi alizo nazo mtoto wako
- Mpe mtoto wako zawadi baada ya kudungwa chanjo
- Zungumza na mtoto wako kuhusu hali ya chanjo aliyopitia baadaye kwenye siku

Kwa Watoto

- Wakati mwingine, chanjo zinaweza kuogofya, lakini zinazuia usipate maradhi
- Chanjo hutolewa kupitia sindano inayodunga mkono au mguu wako
- Zinaweza kusababisha maumivu wakati mwingine, lakini kidogo tu, kisha utakuwa umemaliza!
- Ni sawa kulia! Watoto wengi hulia.
- Baada ya kupata chanjo yako, unaweza kupata kitu kizuri, kama vile pipi au kibandiko!
- Hata kama chanjo zinaleta maumivu, zinakulinda wewe na wengine walio karibu nawe wasipate maradhi. Kwa njia hii, sote tunasaidiana!

