



Ministry of Education
SINGAPORE



PROTECT YOUR CHILD, YOUR FAMILY AND OTHERS

The COVID-19 vaccination can help protect children aged 5 years and older from getting the virus. It also gives your child good protection against being seriously sick even if they do get COVID-19.



Is the COVID-19 vaccination safe for children?

The Health Sciences Authority has approved the use of the Pfizer-BioNTech/Comirnaty COVID-19 vaccine for use in children aged 5 to 11. Studies and data have shown that the Pfizer COVID-19 vaccine is safe and effective for this age group.

When does the registration start?

Primary 4 - 6 (in 2022) & children born between 2010 and 2012

From 22 Dec 2021

Parents/guardians of P4 to P6 students (in 2022) in MOE primary schools can expect to progressively receive an SMS with a unique link to book an appointment. You can book an appointment as soon as you receive the SMS.

From 27 Dec 2021

Parents/guardians of all other 9 to 11-year-olds (born between 2010 and 2012), including those who did not receive an SMS earlier, can register their interest on the National Appointment System at child.vaccine.gov.sg

Primary 1 - 3 (in 2022) & children born between 2013 and 2017

From 5 Jan 2022

Parents/guardians of P1 to P3 students (in 2022) in MOE primary schools can expect to progressively receive an SMS with a unique link to book an appointment. You can book an appointment as soon as you receive the SMS.

From 6 Jan 2022

Parents/guardians of all children aged 5 and above, including those who did not receive an SMS earlier, can register their interest on the National Appointment System at child.vaccine.gov.sg

- Children in Special Education (SPED) schools and Early Intervention Programme for Infants and Children (EIPIC) centres will receive guidelines from their schools.
- Children must have crossed their 5th birthday before they are eligible to book a vaccination appointment.
- Those who register interest on the National Appointment System can expect a unique booking link via SMS within 3 to 5 working days to book a vaccination appointment.

Things to note:



- One parent/guardian must give consent and accompany the child to the paediatric vaccination centre. Only one adult is allowed to accompany each child into the centre due to Safe Management Measures.
- On the appointment date, the parent/guardian accompanying the child/ward must bring along:
 - (a) The child/ward's Student Identification or Birth Certificate/Passport/ Singpass, and
 - (b) The consent form (hard or softcopy) if you registered your interest on the NAS.
- Children who are 12 years old as of the date of the first vaccination appointment will receive the dose for ages 12 and above. Those who received the paediatric dosage on their first appointment will continue to receive the same dosage on their second appointment, even if they have turned 12 between the first and second vaccine doses.

More information

- For more information, go to <https://www.moe.gov.sg/faqs-covid-19-infection>

SUPPORTING YOUR CHILD THROUGH THEIR VACCINATION



Ministry of Education
SINGAPORE



Before the vaccination:



Talk to your child about the vaccination

Share why it is important to take the vaccine. Discuss how vaccination acts like a shield to protect them from becoming seriously ill. Focus on how they are also helping to keep their friends, teachers and family safe.

- Ask how they feel about it and acknowledge their feelings.
- Talk about how well they dealt with other vaccinations or experiences that they were unsure of.

Prepare them for what to expect, such as:

Waiting for their turn, having medical officers speak to them, receiving an injection.

- For younger children, role-play the experience so they know what to expect. Talk them through the experience:

"You are going to get an injection to make your body stronger. It can hurt a little, but the pain will go away quickly."

"Mummy/Daddy is here to hold your hand."

"You are very brave."

Discuss coping strategies that your child can try during the vaccination, such as:

- Breathing in and out
- Counting from 1 to 10
- Holding your hand or a favourite toy

Plan some quiet activities that they can do to keep themselves occupied while being monitored at the centre for 30 minutes post-vaccination:

- Read a book, do a fun quiz, listen to music or watch a video.
- For younger children, they may wish to play with a soft toy or you may wish to tell them a story.



On the day of the vaccination, let your child:

- Have a light meal and drink water before the vaccination
- Wear a comfortable top with sleeves that can be lifted easily
- Bring along their Student Identification/Birth Certificate/Passport, and signed hardcopy or softcopy consent form if applicable

* Please do not come for your appointment if your child is unwell, or if a household member is having flu-like symptoms. Postpone your child's vaccination.



After the vaccination:

- Affirm your child for positive behaviour, such as sitting still while receiving the vaccination, listening to instructions or waiting patiently for their turn.
- Monitor your child for any side effects (e.g. fever, headache, pain, redness, or swelling at the injection site). Most side effects are mild and improve in a few days. If, in the rare instance, your child experiences chest pain, difficulty breathing or rash, please seek medical attention immediately.
- Ensure they avoid strenuous activities, like cycling or swimming, for 2 weeks.



Ministry of Education
SINGAPORE



保护孩子、家人和他人的安全

接种冠病疫苗，可保护5岁及以上儿童不受病毒感染。即使孩子感染冠病，疫苗也能降低他们患上重症的风险。



儿童接种冠病疫苗安全吗？

卫生科学局已批准让5岁至11岁的儿童接种辉瑞—BioNTech/Comirnaty冠病疫苗。研究和数据显示，辉瑞冠病疫苗对这个年龄层的儿童而言是安全和有效的。

什么时候可以开始为孩子报名？

在2022年就读小学四年级至六年级，以及在2010年至2012年间出生的儿童

从2021年12月22日起

若孩子于2022年在主流小学就读四年级至六年级，家长或监护人会陆续收到附有专属预约链接的邀请简讯，收到简讯后即可为孩子预约接种时段。

从2021年12月27日起

所有其他9岁至11岁（即在2010年至2012年间出生）儿童的家长或监护人，包括之前未收到简讯的人，可通过全国预约系统（child.vaccine.gov.sg）报名。

在2022年就读小学一年级至三年级，以及在2013年至2017年间出生的儿童

从2022年1月5日起

若孩子于2022年在主流小学就读一年级至三年级，家长或监护人会陆续收到附有专属预约链接的邀请简讯，收到简讯后即可为孩子预约接种时段。

从2022年1月6日起

所有5岁及以上儿童的家长或监护人，包括之前未收到简讯的人，可通过全国预约系统（child.vaccine.gov.sg）报名。

- 在特殊教育 (SPED) 学校以及婴儿与幼儿早期介入计划 (EIPIC) 中心就读的儿童将收到校方的相关指示。
- 儿童必须过了5岁生日才能预约接种疫苗。
- 通过全国预约系统为孩子报名的家长或监护人，将在三至五个工作日内收到附有专属预约链接的邀请简讯。

注意事项

- 儿童必须在一名家长或监护人的同意和陪同下前往儿童疫苗接种中心。根据安全管理措施规定，每名儿童只能由一名成人陪同进入接种中心。
- 接种疫苗当天，陪孩子前往接种中心的家长或监护人必须携带以下证件：
 - (a) 孩子的学生证、出生证明、护照或电子政府密码 (Singpass)，及
 - (b) (如果是通过全国预约系统报名) 打印或电子版的疫苗接种同意书。
- 在接种第一剂疫苗时已满12岁的儿童，将注射12岁及以上人士接种的剂量。在接种第一剂疫苗时未满12岁，而接种第二剂疫苗时已满12岁的儿童，将继续注射与第一剂相同的剂量。

详情

- 欲知详情，请浏览 <https://www.moe.gov.sg/faqs-covid-19-infection>

在孩子接种疫苗时 给予他们精神上的支持



Ministry of Education
SINGAPORE



接种疫苗前：



在孩子接种疫苗前和他们谈一谈

向孩子说明接种疫苗的重要性，解释疫苗如何起到防护作用，避免他们患上重症，同时保护朋友、教师和家人的安全。

- 让孩子说出自己的感受，并表示认同。
- 谈一谈孩子过去接种其他疫苗或面对其他未知情况时的勇敢表现。

帮他们做好接种疫苗的心理准备：

例如让他们知道，抵达接种中心后还需要等候接种疫苗，以及会有医护人员与他们交谈，再为他们注射疫苗。

- 如果孩子年纪较小，家长可通过角色扮演的方式，模拟接种疫苗时会发生的事，并告诉孩子：

“医生会在你的手臂上打针，让你的身体变得更强壮。打针可能会有点痛，但很快就不痛了。”

“妈妈/爸爸会在这里牵着你的手。”

“你真勇敢。”

与孩子讨论如何缓解他们在接种疫苗时的紧张情绪，例如：

- 深呼吸
- 从1数到10
- 牵着你的手或抱着他们喜欢的玩具

孩子在接种疫苗后还需静坐观察30分钟。家长可为他们安排一些活动打发时间，例如：

- 看书、玩猜谜游戏、听音乐或观看视频。
- 年纪较小的孩子可能要玩毛绒玩具，或让你讲故事给他们听。



接种疫苗当天，让你的孩子：



在接种疫苗前吃点东西和喝水

穿上宽松舒适的短袖上衣

携带学生证、出生证明或护照，以及签了名的打印或电子版同意书（如适用）

* 如果您的孩子身体不适，或有家庭成员出现类似流感的症状，请不要让孩子在预约当天接种疫苗，并延后接种日期。

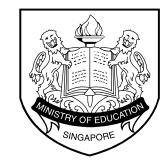
接种疫苗后：



肯定孩子的良好表现，例如在接种疫苗时坐好、听从指示或耐心等候接种疫苗。

留意孩子是否出现副作用（如发烧、头痛、注射部位疼痛或红肿）。大多数的副作用都是轻微的，并在几天后就会消退。如果孩子出现胸部疼痛、呼吸困难或皮疹等罕见副作用，请立即求医。

确保孩子在接种疫苗后的两周内不做剧烈运动，如骑脚踏车或游泳。



Ministry of Education
SINGAPORE



LINDUNGI ANAK ANDA, KELUARGA ANDA DAN ORANG LAIN

Vaksinasi COVID-19 boleh membantu melindungi kanak-kanak berusia 5 tahun dan ke atas daripada dijangkiti virus. Ia juga memberikan perlindungan yang baik kepada anak anda daripada mengalami sakit teruk walaupun mereka dijangkiti COVID-19.



Adakah vaksinasi COVID-19 selamat untuk kanak-kanak?

Penguasa Sains Kesihatan (HSA) telah meluluskan penggunaan vaksin COVID-19 Pfizer-BioNTech/Comirnaty untuk kegunaan kanak-kanak berusia 5 hingga 11 tahun. Kajian-kajian dan data telah menunjukkan bahawa vaksin COVID-19 Pfizer adalah selamat dan berkesan untuk kanak-kanak dalam kumpulan usia ini.

Bilakah pendaftaran bermula?

Darjah 4 - 6 (pada 2022) & kanak-kanak yang dilahirkan antara 2010 dan 2012

**Mulai
22 Dis
2021**

Ibu bapa/penjaga murid-murid Darjah 4 hingga Darjah 6 (pada 2022) di sekolah-sekolah rendah MOE boleh menjangkakan menerima SMS dengan pautan unik secara bertahap-tahap bagi membuat janji temu. Anda boleh membuat janji temu sebaik sahaja anda menerima SMS tersebut.

**Mulai
27 Dis
2021**

Ibu bapa/penjaga semua kanak-kanak berusia 9 hingga 11 tahun (dilahirkan antara 2010 dan 2012) yang lain, termasuk mereka yang tidak menerima SMS lebih awal, boleh mendaftarkan minat mereka melalui Sistem Janji Temu Nasional (NAS) di lelaman child.vaccine.gov.sg

Darjah 1 - 3 (pada 2022) & kanak-kanak yang dilahirkan antara 2013 dan 2017

**Mulai
5 Jan
2022**

Ibu bapa/penjaga pelajar Darjah 1 hingga Darjah 3 (pada 2022) di sekolah-sekolah rendah MOE boleh menjangkakan menerima SMS dengan pautan unik secara bertahap-tahap bagi membuat janji temu. Anda boleh membuat janji temu sebaik sahaja anda menerima SMS tersebut.

**Mulai
6 Jan
2022**

Ibu bapa/penjaga semua kanak-kanak berusia 5 tahun dan ke atas, termasuk mereka yang tidak menerima SMS lebih awal, boleh mendaftarkan minat mereka melalui Sistem Janji Temu Nasional (NAS) di lelaman child.vaccine.gov.sg

- Kanak-kanak di sekolah-sekolah Pendidikan Khas (SPED) dan pusat-pusat Program Campur Tangan Awal bagi Bayi dan Kanak-kanak (EIPIC) akan menerima garis panduan daripada sekolah masing-masing.
- Kanak-kanak mesti telah menyambut hari lahir ke-5 mereka sebelum mereka layak untuk membuat janji temu vaksinasi.
- Mereka yang mendaftarkan minat melalui Sistem Janji Temu Nasional boleh menjangkakan menerima pautan tempahan yang unik melalui SMS dalam masa 3 hingga 5 hari kerja bagi membuat janji temu vaksinasi.

Perkara-perkara yang perlu diberi perhatian



- Salah seorang ibu bapa/penjaga mesti memberi persetujuan dan menemani kanak-kanak berkelaikan ke pusat vaksinasi pediatrik. Hanya seorang dewasa dibenarkan menemani setiap kanak-kanak masuk ke pusat tersebut disebabkan Langkah-langkah Pengurusan Selamat (SMM).
- Pada tarikh janji temu, ibu bapa/penjaga yang menemani anak-anak/anak jagaan hendaklah membawa bersama:
 - (a) Dokumen Pengenalan Pelajar atau Surat Beranak/Pasport/Singpass anak/anak jagaan), dan
 - (b) Borang persetujuan (salinan cetak atau digital) jika anda telah mendaftarkan minat anda melalui NAS.
- Kanak-kanak yang berusia 12 tahun pada tarikh janji temu vaksin pertama akan menerima dos untuk mereka yang berusia 12 tahun dan ke atas. Mereka yang menerima dos pediatrik pada janji temu pertama mereka akan terus menerima dos yang sama pada janji temu kedua mereka, walaupun mereka telah mencapai usia 12 tahun antara dos vaksin pertama dan kedua.

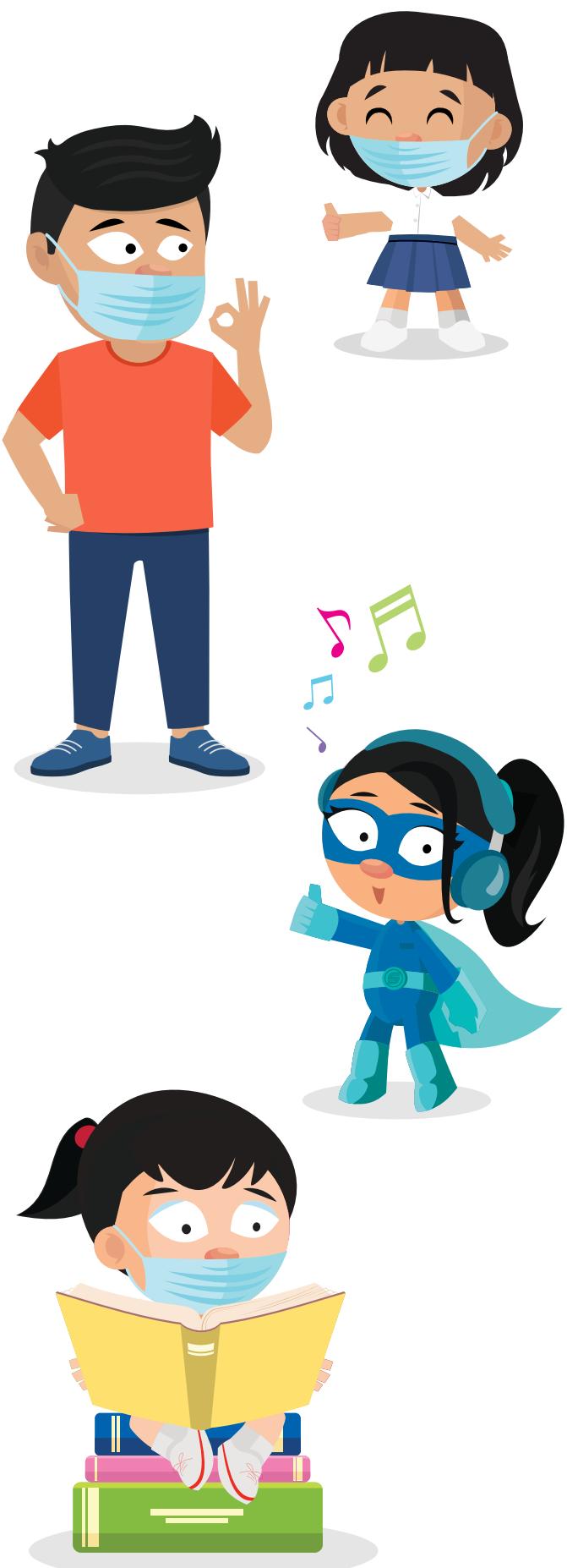
Maklumat lanjut

- Untuk mendapatkan maklumat lanjut, sila lungsuri lelaman <https://www.moe.gov.sg/faqs-covid-19-infection>

MEMBANTU ANAK ANDA MENJALANI VAKSINASI



Ministry of Education
SINGAPORE



Sebelum vaksinasi:

Bincang dengan anak anda tentang vaksinasi

Beritahu anak anda mengapa ia penting untuk menjalani vaksinasi. Bincangkan bagaimana vaksinasi bertindak seperti perisai untuk melindungi mereka daripada mengalami sakit teruk. Tumpukan pada bagaimana mereka turut membantu untuk memastikan rakan-rakan, guru-guru dan keluarga mereka selamat.

- Tanyakan perasaan mereka mengenainya dan iktiraf perasaan mereka.
- Katakan bagaimana mereka telah menangani dengan baik vaksinasi-vaksinasi atau pengalaman-pengalaman lain yang membuatkan mereka berasa tidak pasti.

Bantu mereka bersedia menghadapi apa yang dijangkakan berlaku seperti:

Menunggu giliran mereka, apabila pegawai perubatan bercakap dengan mereka, apabila menerima suntikan.

- Bagi kanak-kanak yang lebih kecil, lakonkan pengalaman itu supaya mereka tahu apa yang harus dijangkakan. Beri mereka kata-kata perangsang sepanjang pengalaman tersebut:

"Anda akan mendapatkan suntikan untuk menjadikan badan anda lebih kuat. Ia terasa sakit sedikit, tetapi rasa sakit itu akan hilang dengan cepat."

"Ibu/Ayah berada di sini untuk memegang tanganmu."

"Anda sangat berani."

Bincangkan strategi-strategi untuk menangani keadaan yang boleh anak anda lakukan semasa vaksinasi, seperti:

- Menarik dan menghembus nafas
- Menghitung dari 1 hingga 10
- Memegang tangan anda atau mainan kegemarannya

Rancangkan beberapa aktiviti yang menenangkan yang boleh mereka lakukan untuk mengalihkan perhatian mereka ketika mereka sedang dipantau di pusat vaksinasi selama 30 minit selepas vaksinasi:

- Baca buku, buat kuiz yang menyeronokkan, dengar muzik atau tonton video.
- Bagi kanak-kanak yang lebih kecil, mereka mungkin ingin bermain dengan mainan lembut atau anda mungkin ingin bercerita kepada mereka.



Pada hari vaksinasi, anak anda boleh:

Makan makanan ringan dan minum air sebelum vaksinasi

Pakai baju yang selesa dengan lengan baju yang boleh dinaikkan dengan mudah

Bawa bersama dokumen Pengenalan Pelajar/Surat Beranak/Pasport mereka, dan borang persetujuan salinan cetak atau digital yang telah ditandatangani jika berkenaan

* Harap jangan datang untuk janji temu anda jika anak anda tidak sihat, atau jika ada anggota isi rumah yang mengalami simptom-simptom seperti selesema. Tangguhkan vaksinasi anak anda.

Selepas vaksinasi:

Iktiraf tingkah laku anak anda yang positif, seperti duduk diam semasa menerima vaksin, mendengar arahan atau menunggu giliran mereka dengan sabar.

Pantau anak anda untuk sebarang kesan sampingan (contohnya, demam, sakit kepala, sakit, kemerahan, atau bengkak di tempat suntikan). Kebanyakan kesan sampingan adalah ringan dan akan beransur pulih dalam beberapa hari. Jika, dalam keadaan yang jarang berlaku, anak anda mengalami sakit dada, kesukaran bernafas atau ruam, sila dapatkan rawatan perubatan dengan segera.

Pastikan mereka mengelakkan aktiviti lasak, seperti berbasikal atau berenang, selama 2 minggu.



உங்கள் பிள்ளையையும் குடும்பத்தையும் மற்றவர்களையும் பாதுகாத்திடுங்கள்

கொவிட்-19 தடுப்புசி 5 வயதுக்கும் மேற்பட்ட பிள்ளைகளை, கிருமித்தொற்றிலிருந்து பாதுகாக்க உதவும். அப்படியே கொவிட்-19 கிருமி தொற்றினாலும், உங்கள் பிள்ளை கடுமையாக நோய்வாய்ப்படாமல் இருக்க அது நல்ல பாதுகாப்பை வழங்குகிறது.



Ministry of Education
SINGAPORE



கொவிட்-19 தடுப்புசி பிள்ளைகளுக்குப் பாதுகாப்பானதா?

சுகாதார் அறிவியல் ஆணையம் :பைசர்-பையோன்டெக் (Pfizer-BioNTech) / Comirnaty கொவிட்-19 தடுப்புமருந்தை 5 முதல் 11 வயதுப் பிள்ளைகளுக்குப் பயன்படுத்த அனுமதியளித்துள்ளது. :பைசர் (Pfizer) கொவிட்-19 தடுப்புமருந்தை இந்த வயதுப் பிரிவினரிடம் பயன்படுத்துவது பாதுகாப்பானது, ஆற்றல்மிக்கது என்று ஆய்வுகளும் தரவுகளும் காட்டுகின்றன.

பதிவு எப்போது தொடங்குகிறது?

தொடக்கநிலை 4 - 6 (2022இல்) &
2010க்கும் 2012க்கும் இடையில்
பிறந்த பிள்ளைகள்

22 டிசம்பர்
2021 முதல்

கல்வி அமைச்சின் தொடக்கப்பள்ளிகளில் 4ஆம் வகுப்பு முதல் 7ஆம் வகுப்பு வரை (2022இல்) பயிலும் மாணவர்களின் பெற்றோர் / காப்பாளர்கள் தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்கு முன்பதிவு செய்ய, தனிப்பட்ட இணைப்புடன் கூடிய குறுஞ்செய்தியைக் கட்டங்கட்டமாக எதிர்பார்க்கலாம். குறுஞ்செய்தி கிடைத்தவுடன் நீங்கள் முன்பதிவு செய்துகொள்ளலாம்.

27 டிசம்பர்
2021 முதல்

மற்ற எல்லா 9 முதல் 11 வயதுப் பிள்ளைகளின் (2010க்கும் 2012க்கும் இடையில் பிறந்தவர்கள்) பெற்றோர் / காப்பாளர்கள், இதற்கு முன்னர் குறுஞ்செய்தி பெறாதவர்கள் உட்பட அனைவரும் தங்கள் விருப்பத்தை child.vaccine.gov.sg என்ற இணையப்பக்கத்தில், தேசிய முன்பதிவுக் கட்டமைப்பில் பதிந்துகொள்ளலாம்.

தொடக்கநிலை 1 - 3 (2022இல்)
& 2013க்கும் 2017க்கும் இடையில்
பிறந்த பிள்ளைகள்

5 ஜெனவரி
2022 முதல்

கல்வி அமைச்சின் தொடக்கப்பள்ளிகளில் 1ஆம் வகுப்பு முதல் 3ஆம் வகுப்பு வரை (2022இல்) பயிலும் மாணவர்களின் பெற்றோர் / காப்பாளர்கள் தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்கு முன்பதிவு செய்ய, தனிப்பட்ட இணைப்புடன் கூடிய குறுஞ்செய்தியைக் கட்டங்கட்டமாக எதிர்பார்க்கலாம். குறுஞ்செய்தி கிடைத்தவுடன் நீங்கள் முன்பதிவு செய்துகொள்ளலாம்.

6 ஜெனவரி
2022 முதல்

5 வயதுக்கும் மேற்பட்ட பிள்ளைகளின் பெற்றோர் / காப்பாளர்கள், இதற்கு முன்னர் குறுஞ்செய்தி பெறாதவர்கள் உட்பட அனைவரும் தங்கள் விருப்பத்தை child.vaccine.gov.sg என்ற இணையப்பக்கத்தில், தேசிய முன்பதிவுக் கட்டமைப்பில் பதிந்துகொள்ளலாம்

- SPED எனப்படும் சிறப்புக் கல்விப் பள்ளிகளிலும் EIPIC எனப்படும் கைக்குழந்தைகள், சிறுவர்களுக்கான ஆரம்பகாலக் குறுக்கீட்டுத் திட்டம் வழங்கும் நிலையங்களிலும் உள்ள பிள்ளைகள் தங்கள் பள்ளிகளிலிருந்து வழிகாட்டுதலைப் பெறுவர்.
- தடுப்புசிக்கான முன்பதிவுக்குத் தகுதிபெறுவதற்குப் பிள்ளைகள் தங்களின் 5ஆம் பிறந்தநாளைக் கடந்திருக்கவேண்டும்.
- தேசிய முன்பதிவுக் கட்டமைப்பில் விருப்பத்தைப் பதிந்துகொண்டவர்கள் தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்கு முன்பதிவு செய்ய, 3-ஆண்டிலிருந்து 5 நாட்களுக்குள் தனிப்பட்ட முன்பதிவு இணைப்பைக் குறுஞ்செய்திவழி பெறுவர்.

கவனத்தில் கொள்ளவேண்டியவை



- ஓரு பெற்றோர் / காப்பாளர் ஓப்புதல் அளிக்கவேண்டும். குழந்தை தடுப்புசி நிலையத்திற்கு அவர் பிள்ளையுடன் செல்லவேண்டும். பாதுகாப்பு நிர்வாக நடவடிக்கைகள் காரணமாக, ஓரு பிள்ளையுடன் ஓரு பெரியவர் மட்டுமே உடன்செல்ல அனுமதிக்கப்படும்.
- தடுப்புசி போடும் நாளன்று, பிள்ளையுடன் / பொறுப்பில் உள்ள பிள்ளையுடன் செல்லும் பெற்றோர் / காப்பாளர்:
 - (a) பிள்ளையின் / பொறுப்பில் உள்ள பிள்ளையின் மாணவர் அடையாள அட்டை அல்லது பிறப்புச் சான்றிதழ் / கடப்பிதழ் / Singpass, மற்றும்
 - (b) தேசிய முன்பதிவுக் கட்டமைப்பில் உங்கள் விருப்பத்தைத் தெரிவித்திருந்தால் இணக்கப் படிவத்தை (தாள் அல்லது இணையப்பிரதி) உடன் கொண்டு செல்லுங்கள்.
- முதல் தடுப்புசிக்கான நாளன்று 12 வயதில் உள்ள பிள்ளைகள், 12 வயதுக்கு மேற்பட்டோருக்கான அளவில் தடுப்புமருந்தைப் பெறுவர். குழந்தைகளுக்கான அளவை முதல் தடுப்புசியில் பெற்றவர்கள், இரண்டாவது தடுப்புசிக்கும் அதே அளவைப் பெறுவார்கள். முதல் தடுப்புசிக்கும் இரண்டாம் தடுப்புசிக்கும் இடைப்பட்ட காலத்தில் 12 வயதை எட்டினாலும்கூட மருந்தின் அளவு மாறாது.

மேல் விவரங்கள்

- மேல் விவரங்களுக்கு <https://www.moe.gov.sg/faqs-covid-19-infection> என்ற இணையப்பக்கத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

உங்கள் பிள்ளை தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்கு ஆதரவளித்தல்



Ministry of Education
SINGAPORE



தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்கு முன்னர்:



- தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதைப் பற்றி உங்கள் பிள்ளையிடம் பேசுங்கள்**
தடுப்புசி ஏன் அவசியம் என்பதை எடுத்துச் சொல்லுங்கள். கடுமையாக நோய்வாய்ப்படுவதிலிருந்து அது கவசம்போல் எவ்வாறு பாதுகாக்கிறது என்பதை விளக்குங்கள். தங்கள் நண்பர்கள், ஆசிரியர்கள், குடும்பத்தினர் ஆகியோரைப் பாதுகாப்பதற்கு அவர்களும் எவ்வாறு உதவுகிறார்கள் என்பதில் கவனம் செலுத்துங்கள்.
 - இதைப் பற்றி என்ன நினைக்கிறார்கள் என்று கேட்டு அவர்களுடைய உணர்வுகளை அறிந்துகொள்ளுங்கள்.
 - இதற்கு முன்னர் போட்டுக்கொண்ட இதர தடுப்புசிகள் அல்லது புரியாத அனுபவங்களை எப்படி நன்றாகச் சமாளித்தார்கள் என்பதைப் பற்றிக் கலந்துபேசுங்கள்.
- என்ன எதிர்பார்க்கலாம் என்பதன் தொடர்பில் அவர்களை ஆயத்தப்படுத்துங்கள். உதாரணத்திற்கு:**
பெயர் அழைக்கப்படும்வரை காத்திருத்தல், மருத்துவ அதிகாரிகளுடன் பேசுதல், ஊசியைப் போட்டுக்கொள்ளுதல்.
 - இளம் பிள்ளைகளிடம் அந்த அனுபவத்தை நடித்துக்காட்டுங்கள். அப்போதுதான் என்ன எதிர்பார்க்கலாம் என்பது அவர்களுக்குத் தெரியும். இப்படி எடுத்துச் சொல்லுங்கள்:
“உங்கு ஊசி போடப் போகிறார்கள். அது உன் உடலுக்குப் பலத்தைக் கொடுக்கும். கொஞ்சம் வலிக்கும். ஆனால், விரைவில் சரியாகிவிடும்.”
“அம்மா / அப்பா, இங்கே இருந்து உன் கையைப் பிடித்துக்கொள்வேன்.”
“நீ மிகவும் தெரியசாலீ.”
- தடுப்புசி போட்டுக்கொள்ளும்போது உங்கள் பிள்ளை மேற்கொள்ளக்கூடிய சமாளிப்பு உத்திகளைப் பற்றிக் கலந்துபேசுங்கள். உதாரணத்திற்கு:**
 - முச்சை உள்ளிழுத்து விடுதல்
 - 1 முதல் 10 வரை எண்ணுதல்
 - உங்கள் கையை அல்லது விருப்பமான விளையாட்டுப் பொருளைப் பிடித்துக்கொள்ளுதல்
- தடுப்புசி போட்டுக்கொண்ட பிறகு, கண்காணிக்கப்படுவதற்காக நிலையத்தில் காத்திருக்கும் 30 நிமிடங்களுக்குப் பிள்ளைகளை ஏதேனும் அமைதியான நடவடிக்கையில் ஈடுபடுத்துவதற்குத் திட்டமிடுங்கள்:**
 - புத்தகம் வாசிக்கலாம், விளையாட்டுப் புதிரில் ஈடுபடலாம், இசையைக் கேட்கலாம் அல்லது காணொளி பார்க்கலாம்.
 - இளம் பிள்ளைகளுக்கு, மென்மையான விளையாட்டுப் பொருளுடன் விளையாடப் பிடிக்கலாம் அல்லது நீங்கள் அவர்களுக்குக் கதை ஒன்றைச் சொல்லலாம்.



தடுப்புசி போட்டுக்கொள்ளும் நாளன்று, உங்கள் பிள்ளைக்கு:



- தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்கு முன்னர், சிறிய அளவில் உணவு கொடுங்கள், தண்ணீர் குடிக்கச் சொல்லுங்கள்.**
- வசதியான சட்டையைப் போட்டுவிடுங்கள். சட்டையின் கைப்பகுதியை எளிதில் தூக்க முடியவேண்டும்.**
- மாணவர் அடையாள அட்டை / பிறப்புச் சான்றிதழ் / கடப்பிதழ் அல்லது கையெழுத்திடப்பட்ட இணக்கப் படிவம் ஆகியவற்றைக் கொண்டு செல்லுங்கள்.**
*உங்கள் பிள்ளைக்கு உடல்நலமில்லையெனில் அல்லது குடும்ப உறுப்பினர் யாருக்காவது சளிக்காய்ச்சல் அறிகுறிகள் இருந்தால், அன்புகூர்ந்து தடுப்புசி போட்டுக்கொள்வதற்குச் செல்ல வேண்டாம். பிள்ளைக்குத் தடுப்புசி போடுவதை ஒத்திவையுங்கள்.

தடுப்புசி போட்டுக்கொண்ட பிறகு:



- உங்கள் பிள்ளை நல்ல முறையில் நடந்துகொள்வதை உறுதிப்படுத்திக்கொள்ளுங்கள். உதாரணத்திற்கு, தடுப்புசி போட்டுக்கொள்ளும்போது அசையாமல் இருந்தல், சொல்வதைக் கவனமாகக் கேட்டுக்கொள்ளுதல், பெயரை அழைக்கும்வரை பொறுமையாகக் காத்திருத்தல்.**
- பிள்ளைக்கு ஏதேனும் பக்கவிளைவுகள் உண்டா என்பதைக் கவனியுங்கள் (எ.கா. காய்ச்சல், தலைவலி, வலி, ஊசி குத்திய இடத்தில் சிவத்தல் அல்லது வீக்கம்). பெரும்பாலான பக்கவிளைவுகள் மிதமாக இருக்கும். அவை சில நாட்களில் சரியாகிவிடும். ஒருவேளை, அரிய சம்பவமாக, உங்கள் பிள்ளைக்கு நெஞ்சு வலி, முச்சு விடுவதில் சிரமம் அல்லது தடிப்பு ஏற்பட்டால் உடனே மருத்துவ உதவியை நாடுங்கள். மிதிவண்டி ஒட்டுதல், நீச்சல் போன்ற கடுமையான நடவடிக்கைகளைப் பிள்ளைகள் 2 வாரங்களுக்குத் தவிர்க்கவேண்டும்.**