



您是否知道许多疫苗每年都会更新，以预防新病毒株？您的孩子需要接种疫苗来预防严重的疾病和病痛。要警惕一些错误观念，例如认为一次接种过多疫苗会破坏儿童的免疫系统，疫苗是危险的，或认为一旦儿童接种了疫苗，就会持续受到保护。

疫苗接种指南

疫苗接种前

- 请联系您的医疗服务提供者或药房预约疫苗接种，以缩短等待时间。若您有任何疑问或担忧，请记得咨询您的医疗服务提供者。
- 请将您孩子的医疗状况告知您的医疗服务提供者，因为某些状况可能会改变疫苗剂量和频率要求。
- 如果您的孩子对疫苗感到焦虑，请让您的医疗服务提供者为您的孩子针对疫苗接种开具缓解焦虑的药物。



疫苗接种期间

- 如果您的孩子在接种疫苗时感到紧张，请分散他的注意力，提供一些小的激励，并试图通过您的声音、语气和态度来帮助您的孩子放松下来。
- 如果您的孩子因疼痛而不敢接种疫苗，请尝试在接种疫苗前 30-60 分钟使用利多卡因 (lidocaine) 麻醉接种区域，或使用冷喷雾缓解疼痛。



疫苗接种后

- 大多数疫苗的常见副作用包括疲倦、接种部位的疼痛或发红、头痛、出现感冒症状和发热。这些反应是正常的，并会逐渐消退。您可以使用冰袋和非处方止痛药来缓解接种疫苗后的症状，但不能在接种疫苗前使用，因为这可能会降低您的孩子对疫苗的反应。



如需更多信息，请访问我们的网站：<https://www.apiahf.org> 和 <https://www.aa-nhpihealthresponse.org>。欲从我们的来源了解更多信息，请访问 immunize.org 或 cdc.gov。