

# देखभालकर्ता की मार्गदर्शिका बच्चों के लिए टीके के प्रति भरोसा बढ़ाने के लिए

**APIAHF**  
ASIAN & PACIFIC ISLANDER  
AMERICAN HEALTH FORUM

दिसंबर 2024



क्या आपको मालूम है कि वायरस के नए स्ट्रेन के खिलाफ सुरक्षा देने के लिए कई टीके हर साल अपडेट किए जाते हैं? आपके बच्चे को गंभीर बीमारियों और रोगों से बचाने के लिए टीकों की ज़रूरत होती है। गलत धारणाओं से सावधान रहें जैसे यह विश्वास कि एक बार में बहुत सारे टीके लगाने से बच्चे की प्रतिरक्षा प्रणाली पर प्रभाव पड़ेगा, कि टीके खतरनाक हैं, या कि एक बार बच्चे को टीका लगाने के बाद, बच्चा निरंतर सुरक्षित ही रहेगा।

## टीकाकरण से जुड़े दिशानिर्देश

### टीकाकरण से पहले

- टीके के लिए नियुक्ति तय करने और प्रतीक्षा समय कम करने के लिए अपने प्रदाता या फ़ार्मसी से संपर्क करें। अपने प्रदाता से कोई भी प्रश्न या चिंता के बारे में पूछना याद रखें।
- अपने प्रदाता को अपने बच्चे की सभी चिकित्सीय स्थितियों के बारे में सूचित करें, कुछ खास स्थितियों में टीके की खुराक और आवृत्ति की ज़रूरतें बदल सकती हैं।
- अगर आपका बच्चा टीके की चिंता से जूझ रहा हो, तो अपने प्रदाता से अपने बच्चे के टीकाकरण के लिए चिंता से राहत की गोली लिखने के लिए कहें।



### टीकाकरण के दौरान

- अगर आपका बच्चा टीके के अपॉइंटमेंट के समय घबराया हुआ हो, तो अपने बच्चे का ध्यान हटाएं, छोटे-छोटे प्रोत्साहन दें और अपनी आवाज़, लहज़े और रवैये में शांत व्यवहार करके अपने बच्चे को आराम दिलाने में मदद करने की कोशिश करें।
- अगर आपका बच्चा दर्द के कारण टीके से हिचक रहा हो, तो टीकाकरण से 30-60 मिनट पहले क्षेत्र को सुन्न करने के लिए लाइडोकेन आजमाएं या दर्द को कम करने के लिए ठंडे स्प्रे का उपयोग करें।



### टीकाकरण के बाद

- अधिकांश टीकों के सामान्य दुष्प्रभावों में थकान, टीके वाली जगह पर दर्द या लालिमा, सिरदर्द, सामान्य सर्दी के लक्षण और बुखार शामिल हैं। ये प्रतिक्रियाएं सामान्य हैं और इससे राहत मिल जाएगी। आप टीकाकरण के बाद के लक्षणों के लिए आइस पैक और बिना पर्ची का मिलने वाली दर्द निवारक दवाओं का उपयोग कर सकते हैं, बर्फ़ टीकाकरण से पहले नहीं, क्योंकि इससे आपके बच्चे की टीके के प्रति प्रतिक्रिया कम हो सकती है।



अधिक जानकारी के लिए, कृपया हमारी वेबसाइट <https://www.apiahf.org> और <https://www.aa-nhpihealthresponse.org> पर जाएं। हमारे स्रोतों से अधिक जानने के लिए, कृपया [immunize.org](https://immunize.org) या [cdc.gov](https://cdc.gov) पर जाएं।