



您是否知道許多疫苗每年都會更新，以預防新病毒株？您的孩子需要接種疫苗來預防嚴重的疾病和病痛。要警惕一些錯誤觀念，例如認為一次接種過多疫苗會破壞兒童的免疫系統，疫苗是危險的，或認為一旦兒童接種了疫苗，就會持續受到保護。

## 疫苗接種指南

### 疫苗接種前

- 聯絡您的家庭醫生或藥房預約疫苗接種以減少等待時間。若您有任何疑問或擔憂，請記得諮詢您的家庭醫生。
- 請將您孩子的醫療狀況告知您的家庭醫生，因為某些狀況可能會改變疫苗劑量和頻率要求。
- 如果您的孩子對疫苗感到焦慮，可請您的家庭醫生為您的孩子針對疫苗接種開具緩解焦慮的藥物。



### 疫苗接種期間

- 如果您的孩子在接種疫苗時感到緊張，請轉移孩子的注意力，提供一些小的獎勵，並試圖運用您的聲音、語氣和態度來幫助孩子放鬆下來。
- 如果您的孩子因疼痛而不敢接種疫苗，請嘗試在接種疫苗前 30-60 分鐘使用利多卡因 (Lidocaine) 麻醉接種區域，或使用冷噴霧緩解疼痛。



### 疫苗接種後

- 大多數疫苗的常見副作用包括疲勞、接種部位疼痛或發紅、頭痛、普通感冒症狀和發燒。這些反應是正常的，並會逐漸消退。您可以使用冰敷袋和非處方止痛藥來緩解接種疫苗後的症狀，但不能在接種疫苗前使用，因為這可能會降低孩子對疫苗的反應。



如需更多資訊，請造訪我們的網站：<https://www.apiahf.org> 和 <https://www.aa-nhpihealthresponse.org>。欲從我們的來源瞭解更多資訊，請造訪：[immunize.org](https://immunize.org) 或 [cdc.gov](https://cdc.gov)。