

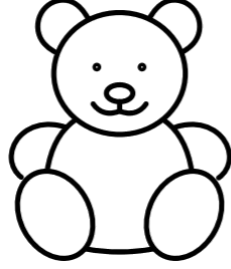
टीकाकरण के दौरान अपने बच्चे के साथ रहने संबंधी सुझाव

(Tips on how to be there for your child during vaccinations)

टीकाकरण से पहले



अपने बच्चे के टीके का रिकॉर्ड
क्लिनिक में लेकर आएं।



प्रतीक्षा करने के दौरान कोई पसंदीदा खिलौना
या कंबल और गतिविधि लाएँ (किताबें,
होमवर्क, आदि)।



वैक्सीन की जानकारी पढ़ें जो नर्स
आपको देती है।



प्रश्न पूछें।



शांत रहे। आपका बच्चा आपकी भावनाओं को
समझता है।



अपने बच्चे को ईमानदारी से आश्चस्त
करें। आप कह सकते हैं, "यह एक डंक
की तरह महसूस हो सकता है, लेकिन यह
केवल कुछ सेकंड तक रहेगा।"



यदि आपका बच्चा दुर्व्यवहार करता है या रोता
है तो उसे और ज़्यादा टीके लगवाने का डर ना
दिखाएँ।



अपने डॉक्टर या नर्स से पूछें कि क्या टीकाकरण के
दौरान होनेवाले दर्द को कम करने के लिए उनके
पास सुन्न करने वाली क्रीम या स्प्रे उपलब्ध है।



नर्स आपको दिखाएगी कि आप अपने
बच्चे को कैसे पकड़ें ताकि आप दोनों
आरामदायक और सुरक्षित रहें।



टीकाकरण के दौरान अपने बच्चे के साथ रहने संबंधी सुझाव (जारी है)

(Tips on how to be there for your child during vaccinations (Continued))

टीकाकरण के दौरान



अपने बच्चे से आंखें मिलाएं, मुस्कुराएं और प्यार से बात करें।

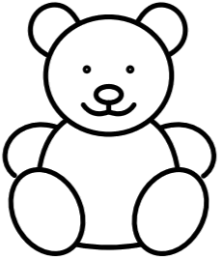


अपने बच्चे का ध्यान भटकाएँ। गाना गाएँ, कहानी सुनाएँ या गहरी सांस लें।



अपने बच्चे को रोने दें। उन्हें बहादुर बनने के लिए मजबूर न करें।

टीकाकरण के बाद



अपने बच्चे को उनके पसंदीदा खिलौने या कंबल देकर उन्हें आराम दें। उन्हें बताएँ कि सब ठीक है।



15-30 मिनट तक आराम करने के दौरान अपने बच्चे को पकड़ें और उससे प्यार से बात करें और कोई शांत गतिविधि करें।



उनकी बांह में दर्द हो सकता है, उनके सिर में दर्द हो सकता है, और वे थका हुआ महसूस कर सकते हैं।

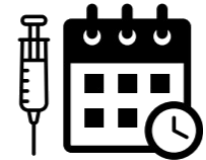
घर पर



यदि आपके बच्चे में ऐसा कोई लक्षण है जो आपको चिंतित करता है, जैसे कि तेज़ बुखार, तो उनके डॉक्टर को कॉल करें।



यह सामान्य है अगर वे सामान्य से कम खाते हैं या अगले कुछ दिनों तक थका हुआ महसूस करते हैं। वे जल्द ही बेहतर महसूस करेंगे।



अपने कैलेंडर पर उनकी अगली अपॉइंटमेंट के लिए निशान लगाएँ। सभी पात्र लोगों को सर्वोत्तम सुरक्षा के लिए, **COVID-19** टीके की कम से कम **2** खुराकों की आवश्यकता है।