



چگونه درد ناشی از تزریق واکسن را کاهش دهیم؟

با تزریق واکسن می توان از بروز بسیاری از بیماری های خطرناک در کودکان پیش گیری کرد اما چگونه می توان مشکل درد و ترس از آن را حل کرد؟

سلامت نیوز : با تزریق واکسن می توان از بروز بسیاری از بیماری های خطرناک در کودکان پیش گیری کرد اما چگونه می توان مشکل درد و ترس از آن را حل کرد؟

سرفه کردن:یک روش برای کاهش درد تزریق واکسن سرفه کردن است. نتایج بررسی که در سال ۲۰۱۰ انجام شد نشان می دهد، سرفه کردن قبل و بعد از تزریق درد کودکان را کاهش می دهد.

فوت کردن:از کودکان بالای ۳سال بخواهید تصور کنند که روز جشن تولدشان است و باید هنگام واکسیناسیون شمع ها را فوت کنند.

قبل از تزریق واکسن به آن ها خوراکی شیرین بدهید:نتایج بررسی که در سال ۲۰۱۰انجام شد، نشان می دهد، کودکان بین یک تا ۱۲ماهه که قبل از واکسن زدن، خوراکی شیرین خوردند نسبت به کودکان دیگر کمتر گریه کردند.

استفاده از تصاویر کارتونی:هر نوع حواس پرتی بصری از جمله فیلم کارتونی و بازی ویدئویی باعث آسان تر شدن تحمل درد واکسن می شود.

استفاده از بی حسی:استفاده کردن از بی حسی موضعی یک ساعت قبل از تزریق واکسن باعث بی حسی و کاهش درد می شود.

حواس او را پرت کنید:حواس پرتی در کاهش درد موثر است. بازی با اسباب بازی های جدید، اشاره کردن به تصویری روی دیوار، تکرار کردن حروف الفبا و ... باعث حواس پرتی کودک می شود.