

8 نصائح لتخفيف ألم التطعيم على طفلك الرضيع



الأحد 3 سبتمبر 2017 09:09 م

يُصاحب القلق الأم في أوقات التطعيمات دائمًا، من الأعراض الجانبية المزعجة، التي يعاني منها الطفل لمدة تصل إلى يومين أو ثلاثة أيام بعد التطعيم، لتبدئي عزيزتي الأم في التساؤل حول طرق تخفيف الألم عن رضيعك، وكيف يمكنك تخطلي هذه الفترة، التي تتكرر بشكل دوري حتى بلوغ طفلك سن العام ونصف، لتبدأ بعد ذلك التطعيمات التكميلية، التي تعد أخف في آثارها الجانبية على صغيرك وعليك.

إليك نصائح مُجربة لتجعلي وقت التطعيم أقل ألمًا وإزعاجًا لك ولطفلك:

1. حضري نفسك تمامًا لتطعيم رضيعك، فحاولي النوم جيدًا الليلة السابقة للتطعيم وكذلك طفلك، وحضري الأدوية والكمادات والملابس الفضفاضة للرضيع، حتى لا تحتك بفخذه أو ذراعه حسب نوع التطعيم.
2. حضري خافض الحرارة المناسب لسن رضيعك باستشارة الطبيب مع كمادات باردة ودافئة، حسب نوعية التطعيم ومكانه، والتزمي بتعليمات الطبيب، الذي أعطى التطعيم لطفلك.
3. استمري في إعطائه خافض الحرارة لمدة 48 ساعة مع مراقبة حرارة طفلك وتدليك مكان التطعيم ووضع كمادات مهدئة وكريم مخصص لتخفيف التورم أو الالتهابات، فبعض اللقاحات تتطلب ذلك، خاصة في تطعيمات الشهرين والأربعة والستة أشهر ثم العام ونصف.

4. احتوي طفلك بالأحضان والقبلات والرضاعة بعد التطعيم قدر الإمكان، وحاولي التخفيف عنه بالألعاب الصغيرة ومناعته.

5. يمكنك أن تطلبي المساعدة من الأهل أو الأصدقاء في ملاعبة صغيرك وإلهائه عن الألم فترة التطعيم.

6. أحضري ألعاب طفلك المفضلة وساعديه على تخطلي فترة الألم بالإلهاء.

7. اتركي طفلك على راحته تجاه تناول الطعام إذا كان أكبر من ستة أشهر، لأن الألم يجعله يفقد الشهية قليلاً، بدلاً من ذلك عوضه بالسوائل والمياه وكوني صبورة.

8. اعلمي أن الأعراض الجانبية للتطعيمات سرعان ما تزول خلال 48 ساعة من تلقي اللقاح، فلا تقلقي إذا وجدت صغيرك مستكينًا ولا يلعب أو يمارس نشاطه المعتاد من الألم، أو إذا كان يجد صعوبة في المشي على قدميه بعد تلقي تطعيم العام ونصف، أو خلد للنوم كثيرًا بسبب تناول خافض الحرارة، الذي يحتوي على مسكن، تابعي مع الطبيب وستمر فترة التطعيمات بسلام.

