



มาทำความเข้าใจกับ

วัคซีนโควิด-19

สำหรับวัยรุ่น พ่อแม่ ผู้ปกครอง และโรงเรียน

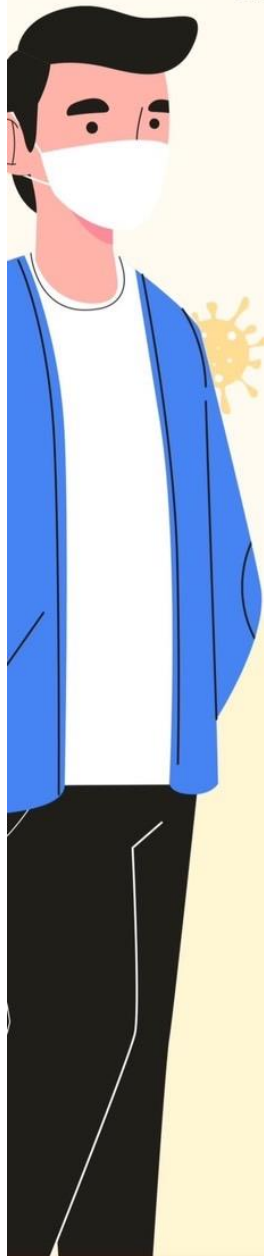




ประเด็นสื่อสารสำคัญกับวัคซีนโควิด-19

— สำหรับพ่อแม่ ผู้ปกครอง —

การใช้วัคซีนโควิด-19 ในวัยรุ่น เป็น 'ทางเลือก' เด็กและผู้ปกครอง มีสิทธิ์ตัดสินใจเลือกที่จะรับหรือไม่ โดยคำนึงถึงประโยชน์และผลข้างเคียง หลังจากนั้นจึงเป็นการแนะนำการดูแลจิตใจ



ศึกษาข้อมูล

จากแหล่งข้อมูลที่นำเชื่อถือก่อนการพูดคุย



สร้างบรรยากาศการคุย

ให้เด็กรู้สึกปลอดภัยและรับฟังกัน พูดกันด้วยเหตุผล และความรัก ความห่วงใย



เปิดโอกาสให้เด็กได้ซักถาม

แสดงความคิดเห็นและความรู้สึก



ให้ข้อมูลรอบด้าน

ทั้งผลดีและผลเสียที่อาจเกิดขึ้นจากการตัดสินใจรับหรือไม่รับวัคซีน



ยืนยันให้เด็กมั่นใจ

ว่าเขาจะไม่ต้องรับมือกับเรื่องนี้เพียงลำพัง



ดูแลจิตใจ

เมื่อสังเกตว่าเด็กรู้สึกไม่สบายใจหรือกังวล



ช่วยชี้แนะการตัดสินใจ

แต่ ไม่ตัดสินใจแทนเด็ก และเคารพการตัดสินใจของเด็ก



ในกรณีตัดสินใจรับวัคซีน

ให้พูดคุยถึงกำหนดการและสิ่งที่เด็กต้องเตรียมตัวและขั้นตอนการฉีด



“ปัจจุบันวัคซีนโควิดยังอยู่ในกระบวนการวิจัย เป็นวัคซีนใช้กรณีฉุกเฉินเท่านั้น”
ไม่มีวัคซีนใดที่ดีที่สุด ทุกวัคซีนฉีดแล้วยังสามารถติดโควิดได้ หากไม่ระวัง



ประเด็นสื่อสารสำคัญกับวัคซีนโควิด-19

— สำหรับโรงเรียน —

การใช้วัคซีนโควิด-19 ในวัยรุ่น เป็น 'ทางเลือก' เด็กและผู้ปกครอง มีสิทธิ์ตัดสินใจเลือกว่าจะรับหรือไม่ โดยคำนึงถึงประโยชน์และผลข้างเคียง หลังจากนั้นจึงเป็นการแนะนำการดูแลจิตใจ



การจัดสถานที่และสิ่งแวดล้อม

- เช่น ดนตรี กิจกรรมระหว่างรอควรมีพื้นที่เป็นส่วนตัว ไม่ให้เด็กมองเห็นเพื่อน และเกิดความกลัวโดยไม่จำเป็น อาจทำให้เกิดอุปทานหมู่ได้
- การสร้างบรรยากาศผ่อนคลาย

การสื่อสารและให้ข้อมูล

- เด็กจะมีความกังวลใจ บางครั้งอาจไม่พร้อม กลับไปกลับมา กลัว อาจถูกบังคับ หรือเพื่อนชวน ควรให้เวลา หากไม่พร้อมควรเปิดรอบจัดถัดไปได้หรือนัดหมายไปจัดสถานพยาบาลเมื่อพร้อม



การจัดการผู้ปกครอง

- การให้ข้อมูลรอบด้านมีความสำคัญมาก ผู้ปกครองและเด็กมีสิทธิ์ตัดสินใจของตนเอง ไม่จัดเป็นสิทธิ์ที่เลือกได้
- วันที่จัดผู้ปกครองอาจต้องการอยู่กับเด็ก ควรอนุญาต หรือจัดพื้นที่รอช่วงสังเกตอาการ

ช่องทางการให้การปรึกษา

- มีช่องทางให้ผู้ปกครองหรือเด็กสามารถปรึกษาทั้งความกังวลใจก่อนจัด และเมื่อเกิดผลข้างเคียงหลังจัด



“ปัจจุบันวัคซีนโควิดยังอยู่ในกระบวนการวิจัย เป็นวัคซีนใช้กรณีฉุกเฉินเท่านั้น”
ไม่มีวัคซีนใดดีที่สุดในทุกวัคซีนฉีดแล้วยังสามารถติดโควิดได้ หากไม่ระวัง



ประเด็นสื่อสารสำคัญกับวัคซีนโควิด-19

— สำหรับวัยรุ่น —

การใช้วัคซีนโควิด-19 ในวัยรุ่น เป็น 'ทางเลือก' เด็กและผู้ปกครอง มีสิทธิ์ตัดสินใจเลือกว่าจะรับหรือไม่ โดยคำนึงถึงประโยชน์และผลข้างเคียง หลังจากนั้นจึงเป็นการแนะนำการดูแลจิตใจ



การสื่อสารเพื่อสร้างความเข้าใจ

- ศึกษาวิธีสังเกตอาการตนเอง ผลข้างเคียงที่อาจเกิดขึ้นได้
- จัดการความกังวลใจ ที่อาจเป็นตัวกระตุ้นปฏิกิริยา ผลข้างเคียงที่สัมพันธ์กับความเครียด วิตกกังวล
- เน้นย้ำการดูแลตนเองสำคัญกว่า (D-M-H-T-T-A)



การตัดสินใจต่างกัน ไม่นำมาล้อเลียนกัน

- เพื่อนบางคนไม่พร้อมฉีดวัคซีน เป็นเรื่องที่สามารถรอได้
- เพื่อนที่ฉีดวัคซีนต่างกัน เพราะเหตุผลตัดสินใจต่างกัน
- เพื่อนที่ติดเชื้อโควิด เมื่อกักตัว/รักษาครบแล้ว 14 วัน ไม่แพร่เชื้อ ไม่ควรแสดงท่าทีรังเกียจหรือกีดกัน



เหตุการณ์ไม่คาดคิด จัดการอย่างไร

- ขณะจะฉีดวัคซีน รู้สึกกลัว แพนิค สามารถขอเลื่อนการฉีดได้ หากไม่พร้อม
- หลังฉีดวัคซีนมีผลข้างเคียง ให้รีบพบแพทย์ตามสถานพยาบาล รักษาหายได้
- หลังฉีดวัคซีน ยังติดโควิด แพร่เชื้อให้คนอื่น เป็นเรื่องธรรมดาที่อาจเกิดขึ้นได้

มาตรการ D-M-H-T-T-A



D อยู่ห่างไว้



M ใส่แมสก์



H หมั่นล้างมือ



T ตรวจอุณหภูมิ



T ตรวจเชื้อ covid



A ใช้แอปไทยชนะ - หมอชนะ



“ปัจจุบันวัคซีนโควิดยังอยู่ในกระบวนการวิจัย เป็นวัคซีนใช้กรณีฉุกเฉินเท่านั้น”
ไม่มีวัคซีนใดดีที่สุดในทุกวัคซีนฉีดแล้วยังสามารถติดโควิดได้ หากไม่ระวัง