

# SZCZEPIENIA UCZNIÓW W WIEKU 12-18 LAT

## REKOMENDACJE DLA RODZICÓW

-  **Zadbaj, aby Twoje dziecko wyspało się przed szczepieniem**
  - sen korzystnie wpływa na działanie układu odpornościowego.
-  **Zachęć dziecko do aktywności fizycznej przed szczepieniem**
  - ćwiczenia poprawiają sprawność organizmu.
-  **Dopilnuj, aby dziecko nie było na czczo przed przyjęciem szczepionki**
  - w dniu szczepienia dziecko powinno zjeść pełnowartościowe posiłki.
-  **Nie odstawiaj samodzielnie przed szczepieniem leków, które regularnie przyjmuje Twoje dziecko**
  - kwestia ta powinna być skonsultowana z lekarzem.
-  **Rzetelnie wypełnij kwestionariusz przed szczepieniem**
  - kluczowe jest przekazanie wszystkich informacji o stanie zdrowia dziecka.
-  **Pamiętaj, aby dziecko po wykonanym szczepieniu odczekało w punkcie min. 15 minut**
  - to ważne dla jego bezpieczeństwa.
-  **Nie obawiaj się niepożądanych odczynów poszczepiennych u swojego dziecka**
  - występują one rzadko i najczęściej mają łagodny przebieg. Objawy takie jak zaczerwienienie w miejscu wkłucia lub niewielka gorączka zazwyczaj ustępują w ciągu 1-3 dni. W przypadku większego dyskomfortu należy skontaktować się z lekarzem.