

# Chăm sóc sau khi chủng ngừa: Trẻ em trong tuổi đi học & thiếu niên

Biết những gì có thể xảy ra trong vài ngày tới và cách chăm sóc cho con quý vị

Con quý vị có thể bị các tác dụng phụ sau một số loại chủng ngừa



**Mệt mỏi và nhức đầu**



**Buồn nôn, ói mửa, và tiêu chảy**



**Sốt, ớn lạnh, và rùng mình**



**Đau nhức bắp thịt và khớp**



**Đau nhức, tấy đỏ, và sưng ở chỗ tiêm chủng**

*Chủng ngừa COVID-19: Có thể xảy ra sau khi chủng đến 7 ngày*



**Sau khi chủng ngừa COVID-19: sưng hạch bạch huyết dưới nách**



**Sau khi chủng ngừa cúm (flu) bằng thuốc xịt mũi: nghẹt mũi và sổ mũi**



**Sau khi chủng ngừa MMR và thủy đậu: sốt, da nổi đỏ, và có thể có các tác dụng phụ khác sau khi chủng khoảng 1-2 tuần**

**Đa số tác dụng phụ đều nhẹ và sẽ hết sau 1-2 ngày**

Muốn biết các tác dụng phụ của từng loại thuốc chủng cụ thể, hãy xem HealthLinkBC Files tại

[immunizebc.ca/immunization-schedules/school-age](https://immunizebc.ca/immunization-schedules/school-age)

Xem các trang kế về:

Làm thế nào để tôi giúp con tôi cảm thấy đỡ hơn?

Các loại thuốc để giúp

Khi nào nhờ chăm sóc y tế



Có bản 简体中文 (Tiếng Hoa Giản Thể), 繁體中文 (Tiếng Hoa Phồn Thể), فارسی (Ba Tư), 한국어 (Triều Tiên), ਪੰਜਾਬੀ (Punjabi), và các ngôn ngữ khác

# Chăm sóc sau khi chủng ngừa: Trẻ em trong tuổi đi học & thiếu niên

## Làm thế nào để tôi giúp con tôi cảm thấy đỡ hơn?



### Để giảm đau và sưng tại chỗ chủng ngừa:

- ✓ Đắp khăn mát, ướt hoặc đắp nước đá lên chỗ chủng.
- ✓ Mỗi ngày cử động cánh tay của trẻ nhiều lần.
- ✓ Thử dùng thuốc mua tự do để giúp giảm đau (xem ở dưới).



### Nếu bị sốt:

- ✓ Cho trẻ nghỉ ngơi nhiều.
- ✓ Khuyến khích trẻ uống nhiều chất lỏng.
- ✓ Cho trẻ mặc ít quần áo.
- ✓ Thử dùng thuốc mua tự do để giúp hạ sốt và giảm đau (xem ở dưới).

Chỗ Trên Cơ Thể	Phạm Vi Bình Thường	Sốt
nách	36.5-37.5 °C	≥ 37.6 °C
miệng*	35.5-37.5 °C	≥ 37.6 °C
tai	35.8-38 °C	≥ 38.1 °C
hậu môn (đít)**	36.6-38 °C	≥ 38.1 °C

*Ghi Chú: Đo bằng nhiệt kế trên trán có thể không chính xác.*

\* Không dùng cho trẻ dưới 5 tuổi.

\*\* Chỉ dùng nhiệt kế trong hậu môn nếu quý vị cảm thấy dùng được và có chuyên viên chăm sóc sức khỏe đã hướng dẫn cách dùng nhiệt kế này an toàn.

## Các loại thuốc để giúp khi bị sốt và đau nhức

Không phải lúc nào cũng cần đến thuốc để hạ sốt. Có thể dùng thuốc để giảm bớt đau nhức và để giúp cho trẻ cảm thấy thoải mái dễ chịu hơn.

### Quý vị có thể cho trẻ dùng các loại thuốc mua tự do sau đây:

- ✓ **Acetaminophen**, chẳng hạn như Tylenol®.
- ✓ **Ibuprofen**, chẳng hạn như Advil®.

### Hướng dẫn về an toàn khi dùng thuốc mua tự do:

- ✓ Luôn luôn theo đúng chỉ dẫn trên nhãn. Đừng cho dùng nhiều hơn liều lượng đề nghị.
- ✓ Đừng cho bất cứ người nào dưới 18 tuổi dùng ASA (Aspirin®).

# Chăm sóc sau khi chủng ngừa: Trẻ em trong tuổi đi học & thiếu niên

## Khi nào nhờ chăm sóc y tế

Rất hiếm khi xảy ra các tác dụng phụ sau khi chủng ngừa. Nhưng nếu có thì điều quan trọng là cần phải hành động.

### Hãy nhờ chăm sóc y tế ngay nếu con quý vị:

- ☑ Có các dấu hiệu hoặc triệu chứng bị phản ứng nặng vì dị ứng (chẳng hạn như phát ban, khó thở, hoặc sưng cổ họng, lưỡi, hoặc môi). Nếu có các triệu chứng này sau khi quý vị rời phòng chủng, hãy gọi số 911 hoặc số điện thoại cấp cứu địa phương.
- ☑ Bị giật kinh. Gọi số 911 nếu bị giật kinh lâu hơn 3 phút .
- ☑ Bị sốt kéo dài hơn 3 ngày. Đôi khi, sốt có thể là một dấu hiệu sớm của một chứng bệnh không liên quan đến thuốc chủng.
- ☑ Chủng ngừa COVID-19 và thấy đau ngực, hụt hơi, hoặc cảm thấy tim đập nhanh, đập loạn xạ, hoặc đập mạnh.
- ☑ Có bất cứ dấu hiệu hoặc triệu chứng nào khác đáng lo ngại (chẳng hạn như bị khô người, khó thức dậy, rất xanh xao, rất yếu, hoặc bị ói mửa hoặc tiêu chảy nặng).

**Hãy trình báo bất cứ tác dụng phụ nào nghiêm trọng và/hoặc bất ngờ sau khi chủng ngừa cho nơi/phòng chủng ngừa hoặc chuyên viên chăm sóc sức khỏe.**



**Tìm hồ sơ chủng ngừa của con quý vị tại**  
[healthgateway.gov.bc.ca](https://healthgateway.gov.bc.ca)