



Rhein-Erft-Kreis

اطلاعات برای والدین

www.rhein-erft-kreis.de



für
**GESUNDE
KINDER**
im Rhein-Erft-Kreis

درباره ما

Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat
Gesundheitsamt
Willy-Brandt-Platz 1, 50126 Bergheim

تلفن: 0 22 71/83-0
info@rhein-erft-kreis.de
www.rhein-erft-kreis.de

اطلاعات برای والدین همراه با تقویم واکسیناسیون

Harald Hartlieb هیات تحریریه:
Susanne Seegebrecht-Keitel طرح:

Rhein-Erft-Kreis, Der Landrat عکس صفحه عنوان:
Carmen Steiner, fotolia.de
Gorilla, fotolia.de

2. نسخه، 2018 Bergheim

خانم ها و آقایان محترم، والدین عزیز،



امروزه بچه ها نسبت به 20 سال قبل دندان های بهتری دارند، ولی خیلی کمتر حرکت می کنند و کمبودهای موتوریک روزافزون نشان می دهند. شش درصد کودکان مدرسه ای آینده در Rhein-Erft-Kreis دچار اضافه وزن هستند و 18 درصد آنها مشکلات قابل توجهی در هماهنگی بدن خود دارند.



در بهداشت دهان نیز هنوز کارهای زیادی برای انجام هست، زیرا 15 درصد کودکان مهدکودکی و 27 درصد دبستانی ها باید با دندان های نیازمند به درمان نزد دندانپزشک بروند. یافته های بروز آزمایشات بخش سلامت این موضوع را تایید می کنند.

همانگونه که از بسیاری از موارد جدید سرخک در Berlin و همچنین Rhein-Erft-Kreis پیداست، تعداد روزافزونی از والدین فرزندان خود را بصورت ناکافی یا اصلا واکسینه نمی کنند. معاینات پیشگیرانه نیز توسط برخی از والدین انجام نمی شود.



ما می خواهیم با بروشور پیش رو توجه شما را به جایگاه ارتقاء سلامت در اوایل کودکی جلب نماییم و خوشحال خواهیم شد که شما را به عنوان یک شریک برای رشد سالم کودک/کودکانتان در کنار خود داشته باشیم.

از اینرو می توانید اطلاعات مربوط به موضوعاتی مانند تشویق به فعالیت بدنی، بهداشت دندان، واکسیناسیون و معاینات پیشگیرانه را در ذیل بیابید. علاوه براین می خواهیم توجه شما را به یک پورتال سلامت جلب نماییم، که تقریبا کل چشم انداز سلامت در Rhein-Erft-Kreis را نشان می دهد.

بخاطر حمایت مالی، می خواهیم از AOK در Rhein-Erft-Kreis تشکر کنیم که چاپ این بروشور را ممکن ساخته است. ما بسیار خوشحال خواهیم شد اگر اطلاعات ذیل علاقه شما را به خود جلب کرده و به یک اقدام مسئولانه در رابطه با رشد سالم فرزندان کمک کند.

معاینات پیشگیرانه (غربالگری)

برای کودکان و نوجوانان



برای شناسایی زود هنگام بیماری ها، صندوق های بیمه درمانی ما در مجموع 11 معاینه پیشگیرانه برای کودکان و نوجوانان از نوزادی تا بلوغ را تامین مالی می کنند. درحالیکه معاینات پیشگیرانه اولیه هنوز مشتاقانه انجام می شوند، میزان آن در کودکان و نوجوانان بزرگتر متأسفانه کاهش می یابد.

در صورتیکه U9 قبل از شروع دبستان و تست J1 برای 12 تا 15 ساله جهت بررسی وضعیت واکسیناسیون فرزند شما و توسعه مربوط به مدرسه آنها بسیار مهم است. بررسی سلامت جوانان در زمانی صورت می گیرد که آنها می خواهند در خارج از خانه والدین خود نیز اطلاعات کسب کنند.

در اینجا فرصتی بوجود می آید برای تحت تأثیر قرار دادن خطرات سلامت و ایجاد یک رفتار ارتقاء دهنده سلامت تا سنین بزرگسالی. این پیشنهادیست که خانواده ها نباید رد کنند!

متخصصان اطفال موظف هستند که هر آزمایش تکمیل شده و انجام نشده غربالگری را به **Landeszentrum Gesundheit NRW (LZG NRW)** گزارش دهند. در اینجا نه نتایج معاینات، بلکه فقط اسامی، آدرس ها و وضعیت پیشگیرانه به اطلاع می رسند. "**Zentrale Stelle Gesundheit**" در **LZG NRW** اطلاعات را با داده های دفاتر ثبت احوال مقایسه می کند.

به این ترتیب کودکانی که برای آنها هنوز تأییدیه مشارکت وجود ندارد، مشخص می شوند. **LZG NRW** از والدین یا سرپرستهای مربوطه دعوت می کند تا معاینات پیشگیرانه از دست داده را انجام دهند.

اگر 3 هفته پس از اخطار، تأییدیه مثبت متخصص اطفال وجود نداشته باشد، **LZG NRW** به ادارات رفاه جوانان مربوطه اطلاع می دهد که آنها به نوبه خود با والدین / سرپرستان ارتباط برقرار می کنند.

زمان انجام معاینات	موضوعات اصلی معاینات	اقدامات تکمیلی
U1 تولد	ارزیابی حیاتی، علائم بلوغ و ناهنجاریها	غربالگری شنوایی، غربالگری متابولیک
U2 3.-10 روز از زندگی	غربالگری متابولیک، تشخیص نقص عضوها، مشاوره تغذیه	مشاوره واکسیناسیون
U3 4.-6 هفته	رشد و توسعه مناسب سن، بررسی مفاصل ران، پیشگیری از حادثه	مشاوره واکسیناسیون
U4 3.-4 ماه	توسعه مناسب سن و تحرک، تغذیه و گوارش	واکسن ها
U5 6.-7 ماه	توسعه مناسب سن و تحرک، اختلالات شنوایی و بینایی، مشاوره تغذیه، بهداشت دندان	مشاوره درباره پیشگیری از حادثه
U6 10.-12 ماه	توسعه موتوریک ایستایی و روانی، زبان، شنوایی و بینایی، مشاوره تغذیه، بهداشت دندان	واکسن ها
U7 21.-24 ماه	توسعه مناسب سن، قابلیت شنوایی و بینایی، کنترل تحرک، تسلط بر بدن، رشد گفتار، مشکلات رفتاری	واکسن ها
U7a 34.-36 ماه	رشد جسمی و روحی، شنوایی و دید، مشکلات رفتاری، سلامت دندان	مشاوره واکسیناسیون
U8 42.-48 ماه	توسعه مناسب سن، شنوایی و بینایی، اختلالات احتمالی در توسعه گفتار، چابکی	مشاوره واکسیناسیون
U9 60.-64 ماه	توسعه فیزیکی و ذهنی، شنوایی و بینایی، کمبود توسعه زبان بالقوه، چابکی و مهارت، مشکلات رفتاری، سلامت دندان	واکسن ها
J1 12.-15 ساله	معاینه فیزیکی جهتدار، آزمایش خون اختیاری و بررسی اندام های حسی.	واکسن ها، خدمات مشاوره
معاینات پیشگیرانه با توجه به دستورالعمل های کمیته فدرال برای پزشکان و صندوق های بیمه درمانی 1998 (منبع: BZgA)		

Finden Sie Ihren Arzt oder Apotheker

**Physiotherapeuten, Augenoptiker,
Hörgeräteakustiker, Sprachtherapeuten,
Ihre Praxis für Naturheilkunde, und viele
andere heilende Kräfte im Rhein-Erft-Kreis**

www.rhein-erft-kreis.de



**netze.rhein-erft-kreis.de/gesundheitslandschaft
Gesundheitsamt Rhein-Erft-Kreis • Tel.: 02271/83-15395**





© Oksana Kuzmina, fotolia.de

کمک های زودهنگام در Rhein-Erft-Kreis

تولد یک کودک زمانی هیجان انگیز از احساسات و آغاز یک زندگی جدید برای تمام خانواده است. اگر یک نوزاد احساس اطمینان و امنیت کند، شانس خوبی برای رشد سالم و شاد خواهد داشت.

ابتدا مهم است یاد بگیریم که کودک چگونه به درستی تغذیه، قنداق، شسته، لباس پوشانده و حمل می شود. علاوه بر این، یک کودک دارای نیاز بزرگ و حیاتی برای توجه و امنیت مطمئن و مؤثر از افراد نزدیک به او است. با توجه به وظایف بسیار یا شرایط اضطراب آور اضافی (مانند مشکلات مالی، بیماری کودکان)، والدین در بعضی مواقع احساس عدم امنیت و تحت فشار بودن می کنند. اغلب اوقات والدین در وضعیت خستگی مطلق به دنبال دریافت کمک هستند. مشاوره و کمک حرفه ای می تواند و باید در اسرع وقت مورد استفاده قرار گیرد.

به اصطلاح "کمک های زودهنگام" می خواهند از خانواده های Rhein-Erft-Kreis در اوایل طراحی مراقبت و ارتباط با کودک حمایت کنند. صرفنظر از این که سوالات کوچک یا بزرگ دارید، یک تیم حرفه ای از پرستاران کودک، ماماها و کارکنان اجتماعی مشتاقانه بصورت تلفنی، در اداره یا بنابه درخواست در منزل از شما حمایت خواهند کرد. خدمات مشاوره داوطلبانه است و به خانواده ها از زمان بارداری و والدین با کودکان کم سن (معمولا تا 3 سالگی) ارائه می گردد.

به طور دقیق، کارکنان "کمک های زودهنگام" در محل وظایف ذیل را انجام می دهند:

- برقراری ارتباط با تمام خانواده های دارای نوزاد (بسته تبریک تولد نوزاد)
- مشاوره برای خانم های باردار، مادران و پدران دارای فرزندان خردسال
- سازماندهی سرویس های مراقبت از کودکان با خانواده های نهمیدی
- سازماندهی خدمات آموزش خانواده و تفريح خانوادگی
- همکاری (شبکه سازی) با موسسات و خدمات مشاوره بارداری، مراقبت های بهداشتی، رفاه کودکان و جوانان و غیره

طرف تماس برای کمک های زود هنگام یا Frühe Hilfen

Bedburg

r.banerjee@bedburg.de تلفن: 0 22 72/40 25 56
l.hamacher@bedburg.de تلفن: 0 22 72/40 25 57
n.lindner@bedburg.de تلفن: 0 22 72/40 25 30

Rani Banerjee
Lydia Hamacher
N. Lindner

Bergheim

fruehe-hilfen@skf-erftkreis.de تلفن: 0 22 71/49 27 17

Familienbüro
Team Frühe Hilfen

Brühl

kschulz@bruehl.de تلفن: 0 22 32/5 04 42 28
gjaskulla@bruehl.de تلفن: 0 22 32/5 04 42 25
napaydin@bruehl.de تلفن: 0 22 32/5 04 42 24
hmattarei@bruehl.de تلفن: 0 22 32/5 04 42 27

Katrin Schulz
Gabriela Jaskulla
Nevin Apaydin
Heike Mattarei

Elsdorf

ypesch@elsdorf.de تلفن: 0 22 74/7 03 39 65
mviehs@elsdorf.de تلفن: 0 22 74/7 03 39 70

Yvonne Pesch
Melanie Viehs

Erftstadt

nicole.dick@erftstadt.de تلفن: 0 22 35/40 95 34
info@eb-erftstadt.de تلفن: 0 22 35/60 92
uta.langner@erftstadt.de تلفن: 0 22 35/40 92 57

Nicole Dick
Inge Hubert-Fiehn
Uta Langner

Frechen

christel.pakossnick@stadt-frechen.de تلفن: 0 22 34/50 12 58
info@fruehe-hilfen-frechen.de تلفن: 0 22 34/18 57 33

Christel Pakoßnick
Koschka Michaut

Hürth

apankow@huerth.de تلفن: 0 22 33/5 33 85

Andrea Pankow

Kerpen

katrin.kaltenberg@stadt-kerpen.de تلفن: 0 22 73/5 82 08
fruehe-hilfen@spz-kerpen.de تلفن: 0 22 37/6 39 01-0

Katrin Kaltenberg
Martina Kruse

Pulheim

iwan.peters@pulheim.de تلفن: 0 22 38/80 83 16

Iwan Peters

Stadt Wesseling

dschlosser@wesseling.de تلفن: 0 22 36/70 13 15
skara@wesseling.de تلفن: 0 22 36/70 12 98

Diane Schlosser
Sibel Kara

Gesundheitsamt Rhein-Erft-Kreis

مشاوره بانوان باردار - Bundesstiftung Mutter und Kind (خبریه فدرال مادر و فرزند)

Nora Kuckelkorn

Nora.Kuckelkorn@rhein-erft-kreis.de ,0 22 71/83-15328 :تلفن.

Irina Schemp

Irina.Schemp@rhein-erft-kreis.de ,0 22 71/83-15332 :تلفن.

مشاوره و کمک های عمومی (از نوزادی تا نوجوانی)

Simone Ewertz

Simone.Ewertz@rhein-erft-kreis.de ,0 22 71/83-15399 :تلفن.

Karla Mertes

Karla.Mertes@rhein-erft-kreis.de ,0 22 71/83-15331 :تلفن.



سلامتی بیشتر یک نگرش است تا یک وضعیت

و با زندگی شاد پرورش می یابد.

Thomas von Aquin (1224-1274), متخصص الهیات و فیلسوف ایتالیایی

کودکی (با) بدون تحرک:

چگونه فقدان ورزش در دوران کودکی می تواند بر سلامت در بزرگسالی تأثیر بگذارد.

در 25 سال گذشته، عملکرد حرکتی کودکان و نوجوانان در آلمان، به ویژه در زمینه های استقامت و انعطاف پذیری، به طور قابل توجهی کاهش یافته است. داده های بررسی ورودی های مدرسه در Rhein-Erft-Kreis این روند را تایید می کند.

در حالیکه آمادگی جسمانی خوب در دوران کودکی، برای حفظ سلامتی تا سنین بالا بسیار مهم است. این آمادگی سیستم قلبی عروقی را تقویت می کند، سیستم اسکلتی عضلانی بدن را تثبیت می کند و یک عامل مهم حفاظت در برابر چاقی و اختلالات وضعیتی و متابولیک است.

مهارت های حرکتی خوب در سنین کودکی برای جنبش و رفتارهای بهداشتی در بزرگسالی ضروری می باشد. مهارت های حرکتی خوب در دوران کودکی همچنین تأثیر مثبتی بر توسعه زبان، ادراک، تمرکز، استقامت و رفتار اجتماعی دارد.

متأسفانه، رویه های تحرکی ما به طور مداوم تحت تأثیر تغییرات اجتماعی هستند:

- کوچکتر شدن فضاهای حرکتی در اثر شهرنشینی روزافزون
- استفاده از رسانه ها در حالت نشسته بجای بازی های حرکتی
- رفتن به مدرسه با اتومبیل بجای پیاده راه رفتن
- استفاده از آسانسور بجای پله ها
- استفاده از اتومبیل بجای دوچرخه و غیره



اما کمبود تحرک و عادات تغذیه ای نامناسب به ناچار منجر به اضافه وزن می شوند.

از آنجا که والدین و مراکز مراقبت در طول سال های اول زندگی به طور قابل توجهی فعالیت فیزیکی را شکل می دهند، بایستی نگاه دقیق تری به مهارت های حرکتی کودکان خود داشته باشند. مثال هایی از اقدامات خوب مانند "مهد کودک جنبش" یا "مدارس متحرک" هنوز هم خیلی کم است. یک ساعت ورزش روزانه در مدرسه (به جای سه بار در هفته) سهم بزرگی در بهبود مهارت های حرکتی دانش آموزان و همزمان رفتار اجتماعی و کاری آنها دارد.

والدین، مهد کودک ها و مدارس می توانند با افزایش خدمات خود برای مهارت های حرکتی و هماهنگی بدن، توانایی رشد کودکان و نوجوانان را افزایش دهند. مسئولین مربوطه به طور خاص در باشگاه های ورزشی متعدد در Rhein-Erft-Kreis و همچنین در مرکز فدرال آموزش تندرستی در دسترس هستند.

بنابراین بهتر است همیشه در دوران کودکی در حرکت بمانیم تا در نتیجه کمبود تحرک با احتمال بالا روزی به بیماری دچار شویم.

Dr. Karin Moos MPH

مدیر مسئول خدمات بهداشتی درمانی کودکان و نوجوانان

Rhein-Erft-Kreis در مرکز خدمات بهداشتی

Nie mehr ohne mein Familien- Komplett-Paket.



Vom Babytelefon über die Haushaltshilfe bis zu Vorsorgeangeboten für die ganze Familie – immer bestens aufgehoben.



**Jetzt
informieren!**

www.familie.rh.aok.de

Stark für Familien – die AOK Rheinland/Hamburg

Mit unserem Familien-Komplett-Paket bieten wir Ihnen und Ihrer Familie den Schutz und die Sicherheit, die Sie brauchen. Wir begleiten Sie schon vor der Geburt Ihres Kindes und bleiben mit vielen Angeboten für die einzelnen Lebensphasen Ihrer Familie an Ihrer Seite. Einige Angebote haben wir Ihnen einmal aufgelistet. Überzeugen Sie sich selbst.

- **Kostenfreie Familienversicherung**

Bei der AOK Rheinland/Hamburg können Sie Ihre ganze Familie beitragsfrei mitversichern.

- **Baby- und Familienteleson**

Ärzte und medizinische Fachkräfte geben telefonische Auskünfte, egal, ob Sie Fragen zu Kinderkrankheiten haben oder beim Kinder- und Jugendarzt Fragen offengeblieben sind – täglich 24 Stunden, 365 Tage im Jahr. **0800 0 326 326**

- **Arzneimittelberatung**

Die AOK gibt Ihnen Sicherheit im Umgang mit Medikamenten, auch während der Schwangerschaft. **0800 8 265 265**

- **Geburtsvorbereitungskurse**

Die AOK übernimmt die Kosten – auch für den AOK-versicherten Vater.

- **Haushaltshilfe**

Wenn ein Elternteil krank wird, greift Ihnen im Notfall die AOK mit einer Haushaltshilfe unter die Arme.

- **Erinnerungen an U-Untersuchungen**

Früherkennungsuntersuchungen sichern die gesunde, altersgemäße Entwicklung Ihres Kindes. Und damit Sie die Termine nicht versäumen, erinnern wir Sie rechtzeitig daran.

- **Besondere Versorgungsangebote**

Bei Erkrankungen wie Neurodermitis oder ADS/ADHS bieten wir ein besonderes Versorgungsangebot für Kinder und Jugendliche.

Dies sind nur einige unserer Angebote. Die AOK Rheinland/Hamburg unterstützt nicht nur Eltern, sondern engagiert sich ebenfalls in Kitas, Schulen und Vereinen.

Weitere Informationen zu Leistungen, Mitgliedschaft und Services der AOK erhalten Sie unter (02233) 56 – 0.

خدمات بهداشتی کودکان و نوجوانان (KJGD)

در مرکز خدمات بهداشتی Rhein-Erft-Kreis

اهداف KJGD:

- تشخیص اختلالات رشد
- پیشگیری از بیماری ها

وظایف:

- معاینات ورودی های مدرسه برای تمام دانش آموزان
- اجرای پروژه های ارتقاء سلامت
- مشاوره برای والدین، معلمان و مربیان
- تهیه ارزیابی ها و گزارش ها
- غربالگری در مهدکودک ها و غیره

ساعات کاری:

- **Bergheim** تیم
پنجشنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15357 یا 15346
- **Bedburg, Elsdorf** تیم
دوشنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15336 یا 15341
- **Kerpen** تیم
سه شنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15338 یا 15342
- **Pulheim** تیم
چهارشنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15356 یا 15355
- **Wesseling, Brühl** تیم
پنجشنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15346 یا 15357
- **Hürth** تیم
چهارشنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15339 یا 15345
- **Erftstadt** تیم
سه شنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15348 یا 15358
- **Frechen** تیم
دوشنبه، ساعت 12.00-08.00
تلفن: 0 22 71/83-15347



© Oksana Kuzmina, fotolia.de

بهداشت دندان

از ابتدا

در طی اولین سال زندگی در بیشتر کودکان اولین دندان های شیری در حفره دهان سر باز میزنند. با وجود اینکه دندان های شیری بطور دائمی در دهان باقی نمی مانند، آنها بسیار مهم هستند. از جمله برای توسعه زبان کودک، مهارت های حرکتی دهان و خرد کردن کافی غذا. لازم به ذکر است که مینای دندان های شیری بسیار حساس به مواد غذایی و نوشیدنی های اسیدی و شیرینی می باشد. بنابراین سلامت دندان ها به ویژه در آرایش دندان های شیری در سه ستون بسیار مهم زیر است:

”یک دندان تمیز هرگز بیمار نمی شود”، به این دلیل مسواک زدن منظم با خمیر دندان دارای فلوراید از اولین دندان.

یک رژیم غذایی متعادل حاوی مواد خام کافی و آب به عنوان وسیله اصلی رفع تشنگی.
معاینات منظم دندانپزشکی از سال اول زندگی.

موجب می شود که دندان ها تا سنین بالا سالم بمانند. از نظر علمی ثابت شده است که کودکان دارای دندانهای شیری سالم دارای شانس بسیار بالایی برای سلامت دندانها در سالمندی هستند. از آنجایی که دندانهای شیری در اولین ماههای زندگی در دوران بارداری ساخته می شوند، علاوه بر سلامت عمومی کودک، سلامت بعدی دندان ها نیز وابستگی زیادی به عادات غذایی و بهداشت دهان در مادران آنها دارد. علاوه بر این کودکان از والدین خود تقلید می کنند.

بنابراین، باید این را فرصتی دانست تا با رفتار بهداشتی خود کودکان را در سنین کم برای مراقبت از دندان هایشان ترغیب نمود. از آنجا که کودکان اغلب تا زمان شروع به تحصیل به تنهایی قادر به تمیز کردن دندان خود نیستند، توصیه می شود که والدین دوباره دندان های فرزندان خود را تمیز کنند. به این ترتیب مسواک زدن منظم قدم به قدم به عنوان یک معیار بهداشتی اصلی تثبیت و برای کودکان بسیار سریع به روال روزانه تبدیل می شود.

Dr. Pantelis Petrakakis

مدیر خدمات دندانپزشکی در مرکز خدمات بهداشتی Rhein-Erft-Kreis



خدمات دندانپزشکی Rhein-Erft-Kreis در مرکز خدمات بهداشتی

اهداف:

- بهبود و حفاظت از بهداشت دهان و دندان کودکان و نوجوانان در Rhein-Erft-Kreis

وظایف:

- غربالگری در مهدکودک ها و مدارس
- پیشگیری در مهدکودک ها و مدارس (تمرین های مسواک زدن و سخنرانی ها)
- اقدامات استفاده از فلوراید در مدارس
- مشاوره برای والدین، معلمان و مربیان
- تهیه ارزیابی ها و گزارش ها
- اجرای پروژه های بهبود بهداشت دهان و غیره

ساعات کار با قرار قبلی:

- **Brühl, Erftstadt, Wesseling** تیم
تلفن: 15359-0 22 71/83 یا 15366-
- **Bedburg, Elsdorf** تیم
تلفن: 15364-0 22 71/83 یا 15362-
- **Pulheim** تیم
تلفن: 15361-0 22 71/83 یا 15362-
- **Bergheim, Frechen** تیم
تلفن: 15365-0 22 71/83 یا 15363-
- **Hürth** تیم
تلفن: 15361-0 22 71/83 یا 15321-
- **Kerpen** تیم
تلفن: 15364-0 22 71/83 یا 15321-

واکسن ها

مطابق با توصیه های کمیسیون دائمی واکسیناسیون (STIKO 2015)

واکسیناسیون در برابر بیماری های عفونی محافظت می کند و از مؤثرترین و مقرون به صرفه ترین اقدامات پیشگیرانه در پزشکی مدرن است.

فعال سازی سیستم ایمنی بدن در برابر عوامل مهاجم خاص و پیشگیری از بیماری، اهداف فوری واکسیناسیون برای فرد هستند. به طور خاص، واکسیناسیون در موارد ذیل محافظت می کند



- بیماری های شدید عفونی که در آن هیچ روشی برای درمان بیماری وجود ندارد یا بسیار محدود است (مثلا هپاتیت B، فلج اطفال، هاری، دیفتیری، کزاز، هپاتیت A در بزرگسالان)
- عوارض جدی احتمالی در بیماری های عفونی (مانند آنسفالیت سرخک {التهاب مغزی} با نرخ مرگ و میر 20-30%)
- بیماری های عفونی که می توانند در دوران بارداری (مانند سرخچه) و یا زایمان (مانند آبله مرغان) به کودک آسیب جدی وارد کنند.

علاوه بر حفاظت از فرد در برابر بیماری های پاتوژن که از انسان به انسان منتقل می شود، بسیاری از واکسن ها اثر دیگری نیز دارند: آنها موجب حفاظت جمعی از جمعیت، به اصطلاح ایمنی دسته جمعی (ایمنی گله ای) می شوند. این مانع از وقوع همه گیری ها (اپیدمی) می شود. مخصوصا افرادی محافظت می شوند که نمی توانند به دلایل پزشکی واکسینه شوند.

عوارض جانبی جدی و عوارض واکسن بسیار نادر هستند. آنها عمدتا بر اساس واکنش های حساسیتی هستند که می توانند توسط مواد همراه واکسن ایجاد شوند. قبل از واکسیناسیون، پزشک واکسیناسیون باید توضیحات لازم را به فرد گیرنده واکسن یا سرپرست او در باره بیماری که قرار است واکسن از آن جلوگیری کند بدهد. واکسیناسیون در گواهی واکسیناسیون ثبت می گردد (§ 22 IfSG).

سرخک

سرخک یک بیماری بسیار مسری است: تب اولیه، ورم ملتحمه، در روز 3-7. اگرانترم سرخک (تکه های پوستی قهوه ای و صورتی) ابتدا در صورت و پشت گوش ها، عوارض: التهاب گوش میانی، پنومونی، در 0.1% موارد التهاب مغز (اختلالات هشیاری تا کما، آسیب های باقی مانده به سیستم عصبی مرکزی).

اوریون

30 تا 40 درصد از همه عفونت های وایروس اوریون بدون علائم هستند. معمولاً همراه با التهاب غدد بزاقی توام با تب است. عوارض: مننژیت با ناشنوایی دائمی، التهاب بیضه (ارچیت)، که در بعضی موارد منجر به عقیمی می شود.

سرخجه

تتها 50% از مبتلایان به سرخجه، یک جوش کوچک پوستی دارند که در صورت شروع می شود، در سراسر بدن گسترش می یابد و با افزایش کم دمای بدن (تب خفیف) همراه است. عفونت در دوران بارداری (به ویژه در 8 هفته اول) در 90% از موارد به صدمه به جنین (ناشنوایی، نابینایی، نقص قلبی) یا سقط جنین منجر می شود.

سن واکسناسیون MMR به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
60 از	18 از	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
	Sd	N				G2	G1				

فقط سرخک

توضیحات:

G= واکسناسیون پایه (درتا 4 واکس یناسیون بخشی)

A= تجدید واکسناسیون

S= واکسناسیون استاندارد

N= واکسناسیون جبرانی (واکسناسیون پایه تمام واکسناسیون های انجام نشده یا تکمیل سری های واکسناسیون)

a= در صورت استفاده از یک واکسن ساده این دوز می تواند حذف شود

b= اولین واکسناسیون بایست از سن 6 هفته انجام گیرد، برحسب واکسن مصرفی 2 تا 3 دوز به فاصله حداقل 4 هفته مورد نیاز است

c= واکسناسیون تک با واکسن پلی ساکارید

d= یکبار واکسناسیون برای تمام افراد متولد 1970 به بعد ≤ 18 ساله با وضعیت واکسناسیون نامشخص، بدون واکسناسیون یا فقط با یک واکسناسیون در کودکی با یک واکسن MMR

e= واکسناسیون استاندارد برای دختران و پسران در سن 9-13 یا 9-14 (برحسب واکسن مورد استفاده) با

2 دوز به فاصله 6 ماه، در واکسناسیون جبرانی و تکمیل سری واکسن از سن < 13 یا < 14 یا با فاصله واکسناسیون > 6 ماه بین 1. و 2. دوز یک 3. دوز مورد نیاز است (به اطلاعات علمی توجه شود).

f= تجدید Td هر 10 سال. واکسناسیون Td نوبت بعد یکبار به صورت Tdap یا در صورت نیاز به صورت واکسناسیون ترکیبی Tdap-IPV.

g= نوزادان نارس یک دوز اضافی واکسن در سن 3 ماهگی، یعنی در مجموع 4 دوز دریافت می کنند.

کزاز (Tetanus-T)

عفونت زخم (حتی بعد از جراحی های کوچک) با ورود باکتری کلسترییدیوم تتانی که در همه جا یافت میشود. در نتیجه آن سلول های عصبی هدایت کننده عضلات آسیب می بینند و این باعث پیدایش انواع فلج و گرفتگی عضلات می شوند.

دیفتری (D/d)

عفونت بسیار مسری و تاکنون کشنده راه های تنفسی فوقانی که بوسیله کورنی باکتری دیفتری بوجود می آید. مشکلات بلع و تنگی نفس به دلیل تورم شدید مخاط، تب، حال تهوع. از سن 5 یا 6 سالگی در تجدید واکسن و برای واکسیناسیون پایه از واکسن دارای سم دیفتری (توکسوئید) تقلیل یافته (d) استفاده می شود.

سیاه سرفه (Pertussis – aP/ap)

بیماری عفونی مسری و طولانی که توسط باکتری بوردتلا پرتوسیس ایجاد می گردد. در ابتدا با علائم شبه آنفولانزا همراه با سرفه و تب خفیف. تبدیل به حمله های سرفه شدید (همچنین سرفه های منقطع همراه با کشش هنگام دم). شدت دوره در دوران نوزادی (تنگی نفس)-واکسیناسیون پایه در اولین فرصت ممکن. قبل از تولد نوزاد باید وضعیت واکسیناسیون اعضای خانواده کنترل شود.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
Af, در صورت لزوم N						N	G4	G3	G2	G1	

واکسیناسیون ترکیبی (T; D/d; aP/ap)

b (Hib) Haemophilus influenza Typ b آنفولانزا هموفیلیوس نوع b

شدیدترین عفونت های باکتریایی را ایجاد می کنند: سینوزیت، برونشیت حاد، ذات الریه. عوارض: التهاب حنجره با خطر خفگی، مننژیت چرکی (امکان مرگ و میر)، بهبود ناهنجاری با آسیب دائمی (اختلال شنوایی، اختلالات بینایی یا اختلالات روانی). واکسن برای تمام نوزادان یا کودکان تا 4 سال توصیه می شود.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
						N	G4	G3	G2a	G1	

فلج اطفال (پولیومیلیت)

عفونت بسیار مسری، معمولاً با علائم نامحسوس (عفونت خفیف آنفلوانزا با اسهال). در 2% از مبتلایان، ویروس فلج اطفال (پولیو) سیستم عصبی مرکزی را با مننژیت و فلج آلوده می‌کند. فلج دائمی عضلات بصورت یکطرفه ایجاد می‌شود و اغلب عضلات پاء، دست، شکم یا چشم را درگیر می‌کند.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
در صورت نیاز N		A1		N		N	G4	G3	G2 ^a	G1	

هیپاتیت B (HB)

هیپاتیت به علت عفونت ویروس هیپاتیت B (بهبودی در 90% موارد در عرض 6 ماه). بسیار مسری، در صورت انتقال از طریق مایعات بدن. از سوی دیگر، عفونت در اوایل کودکی در 90% و در افراد دارای سیستم ایمنی ضعیف در 30-90% موارد بصورت مزمن طی می‌شود. عوارض هیپاتیت B مزمن: سروز کبدی، کارسینوم سلول های کبد یا هپاتوسلولار

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
		N				N	G4	G3	G2a	G1	

توضیحات:

G = واکسیناسیون پایه (در 4 تا 4 واکسیناسیون بختی)

A = تجدید واکسیناسیون

S = واکسیناسیون استاندارد

N = واکسیناسیون جبرانی (واکسیناسیون پایه تمام واکسیناسیون های انجام نشده یا تکمیل سری های واکسیناسیون)

a = در صورت استفاده از یک واکسن ساده این دوز می تواند حذف شود

b = اولین واکسیناسیون بایست از سن 6 هفته انجام گیرد، برحسب واکسن مصرفی 2 تا 3 دوز به فاصله حداقل 4 هفته مورد نیاز است

c = واکسیناسیون تک با واکسن پلی ساکارید

d = یکبار واکسیناسیون برای تمام افراد متولد 1970 به بعد که 18 ساله با وضعیت واکسیناسیون نامشخص، بدون واکسیناسیون یا فقط با یک واکسیناسیون در کودکی با یک واکسن MMR

e = واکسیناسیون استاندارد برای دختران و پسران در سن 9-13 یا 14-9 (برحسب واکسن مورد استفاده) با 2 دوز به فاصله 6 ماه، در واکسیناسیون جبرانی و تکمیل سری واکسن از سن 13 یا 14 یا با فاصله واکسیناسیون > 6 ماه بین 1. و 2. دوز یک 3. دوز مورد نیاز است (به اطلاعات علمی توجه شود).

f = تجدید Td هر 10 سال. واکسیناسیون Td نوبت بعد یکبار به صورت Tdap یا در صورت نیاز به صورت واکسیناسیون ترکیبی Tdap-IPV.

g = نوزادان نارس یک دوز اضافی واکسن در سن 3 ماهگی، یعنی در مجموع 4 دوز دریافت می کنند.

آبله مرغان (واریسلا)

عفونت ویروسی در سن پیش دبستانی با قابلیت سرایت بالا، ضایعات پوستی نوام با خارش ("آسمان پرستاره" با جوش، تاول، پوسته در مراحل مختلف رشد) و تب (به ندرت بالاتر از 39 درجه سانتیگراد) است. در بزرگسالان مننژیت و عفونت های کبدی، در زنان باردار پنومونی و در موارد نادر، حتی سقط جنین ممکن است رخ دهد.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
N						G2	G1				

آنفلوآنزای "واقعی" (آنفلوآنزای ویروسی)

ویروس های آنفلوآنزا باعث عفونت حاد راه های تنفسی (احساس ناخوشی ناگهانی، تب بالا، سردرد، بدن درد) و ضعف دفاعی بدن منجر به عفونت های ثانویه (التهاب ریه و عضلات قلب) می شود. بخصوص برای افراد سالمند این عفونت می تواند مرگبار باشد. توصیه واکسیناسیون برای افراد بالای 60 سال، زنان باردار (از ماه 4 ام)، مشاغل خاص و همه گروه های سنی پرخطر دارای بیماری های زمینه ای.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
S											

سالانه

ویروس های پاپیلوما ی انسانی (HPV)

ویروس های پاپیلوما باعث افزایش خطر ابتلا به سرطان گردن رحم در زنان جوان زیر 30 سال می شود. عفونت در اثر مقاربت جنسی محافظت نشده یا تماس پوستی بوجود می آید. از آنجا که این واکسن در برابر HPV 16 و HPV 18 محافظت می کند، اما نه در برابر همه انواع HPV های انکوژن، اقدامات تشخیصی سرطان گردن رحم باید همچنان انجام شود.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
		Ne	G2e	G1e							

پنوموکوک ها⁹

باکتری های پنوموکوک عفونت های شدید مانند عفونت ریه و مننژیت یا گوش میانی را، به خصوص در نوزادان، کودکان نوپا و سالمندان بوجود می آورند. در 2 تا 10 درصد افراد مبتلا روند بیماری مرگبار است، حدودا در 15 درصد مبتلایان آسیب های دائمی بوجود می آید.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
Sc						N	G3	G2		G1	

مننگوکوک ها (سروگروپ C)

باکتری های مننگوکوک نیز بیماری های شدید بوجود می آورند: مننژیت با تب بالا، سردرد شدید، سفتی گردن (مرگ 3%) یا مسمومیت خونی. غالبا کودکان و نوجوانان تحت تاثیر قرار می گیرند. عوارض: ناشنوایی، اختلالات رشدی، اختلالات روانی. واکسن های موجود در برابر همه انواع مننگوکوک محافظت نمی کنند. در آلمان، سروتیپ B اغلب اتفاق می افتد، که علیه آن، متاسفانه هیچ واکسنی تاکنون وجود ندارد.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
						G1 از 12. ماه					

واکسن خوراکی روتا ویروس برای تمام نوزادان (واکسیناسیون RV)

عفونت های روتا ویروس شایع ترین علت عفونت های دستگاه گوارش در کودکان زیر 5 سال و شدیدتر از بیماری های اسهالی ناشی از عوامل دیگر هستند. عفونت های اولیه عمدتا بین سن 6 ماه تا 2 سال، همچنین در نوزادان و شیرخواران زیر 6 ماه رخ می دهد. علائم این بیماری شامل اسهال خفیف تا بیماری های شدید می باشد. برای علت بیماری درمانی وجود ندارد. کمبود مایع، در صورت عدم درمان به موقع، می تواند منجر به مرگ شود.

سن به											
سال های کامل						ماه های کامل					هفته
از 60	از 18	17-15	14-9	6-5	4-2	23-15	14-11	4	3	2	6
								(G3)		G2	G1b

