

COVID-19疫苗

我如何與家人談論COVID-19疫苗？



瞭解有關COVID-19疫苗的事實很重要，這樣您就可以有根據地與家人討論他們是否應接種疫苗。我們希望這份資料表可以說明您進行這些對話。

什麼是COVID-19？

- COVID-19是由2019年冠狀病毒引起的傳染病。
- 當感染了病毒的人在另一個人近旁咳嗽、打噴嚏、說話甚至呼吸時，COVID-19都可能傳播。
- 有些人可能感染了該病毒但並不知道，而且仍然會將其傳染給其他人。
- 患有COVID-19的人可能有：
 - 咳嗽
 - 發燒
 - 感到疲倦
 - 味覺和嗅覺有可能受到影響
 - 呼吸困難
 - 腹瀉或嘔吐
 - 發冷
 - 流鼻涕。
- 患有COVID-19的人有些有輕度症狀。有些人可能完全沒有生病。但是有些患有COVID-19的人會重病甚至死亡。

什麼是疫苗？

- 疫苗會讓您的免疫系統產生抗體，幫助您的身體抵抗可能傷害您的病菌。
- 科學家製造疫苗來保護您和其他人免受病菌的侵害，包括各種細菌和病毒，如冠狀病毒。
- 我們已經有了針對其他疾病的疫苗，例如小兒麻痺、流感和麻疹。
- COVID-19疫苗像其他疫苗一樣，可以配合人體的自然防禦機制，從而抵抗COVID-19。

- COVID-19疫苗是通過針頭注射的。
- 科學家和醫療保健提供者認為，如果更多的人接種該疫苗，那麼感染COVID-19的人數就會減少。
- 科學家和醫療保健提供者認為，讓每個人都接種COVID-19疫苗很重要。

COVID-19疫苗如何發揮作用？

- COVID-19疫苗可以訓練您的免疫系統來製造針對冠狀病毒的抗體。如果您在接種疫苗後接觸COVID-19病毒，抗體已經準備好可以幫助抵抗病毒並預防您生病。
- 該疫苗不含COVID-19病毒，因此不會讓您感染COVID-19。相反，疫苗為您的身體提供了產生抗體的配方。
- 您必須接種疫苗**兩次**，才能完全預防COVID-19。給您接種疫苗的人會告訴您何時接種第二劑疫苗。

我真的需要第二劑疫苗嗎？

- 是的。接種兩次劑量的疫苗非常重要。第二劑疫苗會讓免疫系統產生更多的抗體。這將為您的身體提供抵抗病毒的最佳機會。

疫苗安全嗎？我們怎麼知道疫苗是安全的？

- 是的，疫苗是安全的，而且這是我們擊敗COVID-19的主要方法。
- 疫苗不會讓您感染COVID-19。它僅對您的免疫系統有效用，因此，如果您接觸到病毒，您的身體將準備好抵抗該病毒。
- 醫生和科學家已經努力確保疫苗可以安全使用。
- 科學家已經在很多人身上測試了這種疫苗。所有參加測試的人都接受了注射。有些人的針劑裡有疫苗，有些人的針劑裡沒有疫苗。
- 然後，科學家研究了兩組人的情況。
- 幾乎所有接種疫苗的人都沒有生病。許多沒有接種疫苗的人生病了。



疫苗有哪些副作用？

- 常見的副作用包括：
 - 手臂酸痛
 - 打針的部位發紅和腫脹
 - 感到疲倦
 - 頭痛
 - 低燒或發冷
 - 肌肉或關節疼痛。
- 這些副作用通常是輕度或中度的，幾天後會消失。



有誰不應該接種疫苗嗎？

- COVID-19疫苗尚未獲得批准提供給16歲以下的人群。目前正在進行更多測試，以確保對兒童和青少年安全。
- 如果您有任何症狀讓您認為自己可能感染COVID-19，則可能必須先等待之後才能接種疫苗。
- 如果您對以下方面有嚴重的過敏或反應，則不應接種疫苗：
 - 疫苗中的任何成分，包括聚乙二醇（PEG）。PEG是一種常見成分，可見於某些產品，例如藥物、瀉藥和止咳糖漿
 - 您的第一劑COVID-19疫苗。



為什麼對患有精神疾病和/或成癮的人來說接種疫苗很重要？

- 這次疫情對每個人都非常困難，尤其是患有精神疾病的人以及有毒品或酒精問題的人。
- 患有嚴重精神疾病的人更容易感染COVID-19並產生重症。
- 吸毒的人或有毒癮的人，也更容易感染COVID-19並產生重症。
- 疫苗可以保護接種者，並保護他們周圍的人。
- 贊成並接種疫苗的人越多，我們的生活就能越早恢復正常。
- 沒有接種疫苗的人仍會擔心感染COVID-19，並傳染給他人。即使在疫情結束後，他們不像接種了疫苗的人覺得那麼自由。



我如何與家人開啟討論接種疫苗的話題？

- 以輕鬆、關心和開放的態度開始對話，以保持你們之間的信任。
- 認真傾聽並認可他們的問題、擔憂和憂慮。
- 鼓勵他們與醫生或護理團隊交談，以解答他們的問題並解決他們的疑慮。
- 如果他們願意，和他們一起赴約，幫助他們與醫生談論疫苗，這樣會有所幫助。
- 向他們保證，如果您知道會疫苗傷害他們，就不會鼓勵他們接種。
- 提醒他們，您是關心他們和他們的健康。
- 提醒他們，如果更多的人接種了疫苗，生活會更快恢復正常。
- 提及您也會在輪到自己的時候立即接種疫苗。



如果我的家人對接種感到焦慮或偏執該怎麼辦？

- 讓他們敞開談論有關疫苗的焦慮和偏執，並傾聽他們的意見。
- 告訴他們，有焦慮是正常的。如果他們擔心疫苗的研發速度，可以提醒他們該技術是先進的，而且是全世界性的共同努力。
- 鼓勵他們與醫生或護理團隊交談，尋求專業和醫學上的答案，並詢問他們是否希望您的陪同支持。
- 提醒他們網路上有很多錯誤資料，並非所有資源都是可信的。引導幫助他們找到可靠的資料來源。
- 可考慮與他們分享其他由CAMH提供的COVID-19疫苗資訊單。資訊單可以在這裡找到：www.camh.ca/covid19
- 不要頻繁提起這個話題。給他們一些空間來閱讀您給他們的東西，或者考慮醫生告訴他們的內容。

如果我的家人有過敏反應會怎樣？

- 人們很少會因為COVID-19疫苗發生過敏反應。
- 接種疫苗後，您的家人將會等候一段時間，醫生和護士將觀察是否有任何過敏反應。
- 如果您的家人出現紅疹、呼吸困難或面部、舌頭和喉嚨腫脹，請撥打911。

那麼我家人的藥物呢？疫苗會影響這些藥物嗎？

- 大多數服藥的人不必擔心他們的藥物會與疫苗混合。儘管如此，他們應該向醫生或藥劑師提出這個問題。
- 如果他們服用抗凝劑（血液稀釋劑），他們應該告訴給他們注射疫苗的人，以便讓他們可以儘量減少打針可能引起的瘀傷。

如果我的家人不想接種疫苗怎麼辦？他們有什麼權利？

- 在安大略省接種COVID-19疫苗是自願的。他們可以與醫生、護理團隊成員、家人和他們信任的其他人討論接種疫苗是否適合。
- 他們在接種疫苗之前，將需要簽署一份表格，表明他們瞭解自己要接種疫苗並且已經同意接種。他們在接種疫苗之前可以隨時改變主意。他們還可以要求更多資訊。

如果我的家人有代行決策者（SDM），該怎麼辦？

- 如果他們有代行決策者，那麼將由這個人替他們做出此決定。代行決策者將需要考慮他們過去對於接種疫苗表達過的一切意見。如果他們從未對這次的疫苗，或是對一般接種疫苗沒有表達過任何想法，那麼代行決策者將根據疫苗是否符合他們的最佳利益來決定是否接種。
- 在接種疫苗之前，代行決策者將代表他們簽署表格。
- 如果他們想要更多瞭解自己有什麼權利，請鼓勵他們與醫生討論。

