

Alle kinderen in Nederland krijgen vanuit het Rijksvaccinatieprogramma gratis vaccinaties (prikken) aangeboden om je te beschermen tegen een aantal ernstige (kinder)ziekten, zoals mazelen, rode hond en kinkhoest.

Als je 9 jaar bent, is het tijd voor twee prikken, die je langdurig beschermen tegen Difterie, Tetanus, Polio en Bof, Mazelen en Rode hond.

Wat kan ik verwachten?

- Als je (bijna) 9 jaar bent, ontvang je een uitnodiging om in een nabijgelegen sporthal of buurthuis de prikken te komen halen.
Wil je weten wat je te wachten staat, check dan het onderstaande filmpje:

[Filmpje Vaccineren 9 jarigen](#)

- In het filmpje is te zien dat je 2 prikken tegelijk in je bovenarm krijgt, waardoor je er maar één voelt.
- Het krijgen van een prik zal een beetje pijn doen, maar de pijn zal snel verdwijnen.
- Makkelijke kleding helpt, hierdoor kan de prik snel in een blote bovenarm worden gegeven en ben je snel klaar!
- Neem gerust een knuffel of iets anders mee om je af te leiden tijdens het prikken, veel kinderen vinden dat fijn!

Tijdens de prik

- Voor het krijgen van de prik word je gevraagd te gaan zitten op een stoel, tussen 2 medewerkers die de prik gaan geven. Als je het fijn vindt dan mag je ook op schoot van je vader/moeder/opa/oma.
- Ontspannen armen zorgen ervoor dat de prik snel en gemakkelijk gegeven kan worden.

- Een knuffel of filmpje kan helpen om je af te leiden van de prik.
- Samen met de medewerker tel je tot 10 en dan is het klaar.

Na de prik

- Soms kan het voorkomen dat de dag na de prik de plek wat rood en warm aanvoelt, dit zal binnen een paar dagen verdwijnen.
- Na de prik mag je gewoon bewegen, spelen en sporten. Hoe meer je je armen beweegt, hoe minder pijn je krijgt.

Mocht je na het lezen van de folder toch nog meer willen weten, dan kan je samen met je ouder(s), contact opnemen met de afdeling Jeugdgezondheidszorg van GGD Kennemerland op werkdagen van 8.30-12.30 en 13.00 - 17.00 uur via telefoonnummer 023 7891777 of een mailtje sturen met je vraag naar frontofficejgz@vrk.nl

