

以下資料由仁人服務社節錄及翻譯自官方網站，所有內容均以官方網站公布資料為準。

網站鏈接：<https://publichealthinsider.com/2021/06/22/protecting-unvaccinated-children-as-covid-19-restrictions-are-lifted/>

隨著新冠肺炎防疫限制的解除，保護未接種疫苗的兒童

華盛頓州的重新開放，70%的16歲及以上人群開始接種疫苗。

這可能會令一部份人興奮和一部份人緊張，甚至有部份人可能是既興奮又緊張！但是對於有12歲以下兒童但尚未符合接種新冠肺炎疫苗的條件的家人和看護來說，重新開放可能會引起擔憂並引發很多問題：如何最有效地保護我們仍然有感染新冠肺炎風險的孩子。

金縣有超過300,000名兒童沒有受到新冠肺炎感染的保護。我們尚未知道12歲以下兒童何時有資格接種新冠肺炎疫苗。

對於父母、看護和家人，您可以通過以下方式繼續確保12歲以下兒童的安全。

繼續戴口罩

在大多數室內和室外環境中，完全接種疫苗的居民不再需要戴口罩。

但是，口罩仍然是保護兒童的重要方法。由於未接種疫苗的兒童仍然可以將病毒傳染給他人，因此戴口罩也可以保護他人。我們需要繼續互相互依靠來保護我們的社區。在學校和托兒所的室內及室外範圍，所有成年人都應繼續戴口罩。當有大量兒童在場時，還可以考慮在其他公共室內環境中戴上口罩。

- 繼續建立戴口罩的行為。即使您和其他家庭成員完全接種了疫苗，您也可以和大家一起外出時對您的孩子表示支持而配戴口罩。
- 解釋為什麼配戴口罩仍然很重要。
年幼的孩子可能會感到困惑，為什麼他們仍然需要戴口罩，而他們周圍的大孩子和成年人都不再戴口罩。分享情況正在好轉，但在我們等待每個人接種疫苗的時，口罩將繼續保護他們和其他未接種疫苗人士的安全。
- 不是所有的孩子都可以戴口罩。2歲以下的兒童不應戴口罩。2-4歲的兒童有時很難戴口罩，尤其是長時間戴口罩。每個能戴口罩的人都應該保護不能戴口罩的孩子。

如果您符合條件，請接種疫苗

每個12歲及以上的人士都有資格接種新冠肺炎疫苗。如果您符合條件，請接種疫苗並幫助保護您周圍其他不符合條件的人，包括12歲以下的兒童。接種疫苗的人不僅受到保護，而且疫苗可以幫助防止沒有症狀的人將新冠肺炎傳播給他人。

制定家庭計劃

隨著您的家人和年幼的孩子花更多時間與戴和不戴口罩的人群在一起，制定不同聚會或地點的計劃會很有幫助。這可以幫助孩子知道會有什麼的預期。

根據風險評估和健康史，與直系親屬和其他家庭成員公開討論舒適度。

保持一致，以便孩子們知道在不同情況下會有什麼的預期，並且更能夠在既定的日常工作中進行合作。您的計劃可能會隨著時間而改變——與您的孩子討論這些變化並回答他們的問題。

以下是一些家庭計劃示例：

- 與接種過疫苗的家人在室內不需要戴口罩，但兒童和成人在超市買東西等都會戴口罩。
- 與朋友在戶外玩耍時不需要戴口罩，但在人多的公共遊樂場和室內玩耍時仍然需要戴口罩。
- 在室內或室外與一小群的朋友一起，沒有必要戴口罩，包括未接種疫苗的兒童。

盡可能選擇在戶外社交

在室外傳播新冠肺炎的風險遠低於室內。在戶外，即使是微風也能稀釋和驅散病毒粒子。當我們在室內時，需要特別注意進入空間的新鮮空氣量。新鮮空氣的循環對於稀釋可能存在的任何冠狀病毒並防止它在人與人之間傳播十分重要。

當無法外出時，優先考慮良好的通風和社交距離。一些例子可能包括：

- 乘坐公共交通工具時，請坐在敞開的窗戶旁。
- 共用車子時敞開車窗。
- 讓孩子們在共享車輛中分開坐遠一些，並戴上口罩。
- 在建築物中盡可能打開多些窗戶。

根據活動類型和設置評估相關風險

每個人的風險承受能力都不一樣。那些有 12 歲以下兒童的人士在參加與未接種疫苗的人或其他非家人的室內社交活動時，應考慮社區傳播風險和影響，以及保持社交距離和持續使用口罩的可能性和能力。

疫苗接種率低的地區給未接種疫苗的兒童帶來更高的新冠肺炎風險。當您計劃旅行時，請考慮目的地的疫苗接種率，並與孩子一起旅行或如何在旅行中進行隔離做出明智的決定。

儘管新冠肺炎是一種風險，但考慮到兒童的健康，這並不是唯一的風險。許多常規活動和活動的中斷，如到學校上課、體育和社交活動，許多常規活動和活動的中斷會對兒童產生各種負面影響。健康不僅限於身體健康，家人和看護還必須考慮對兒童的心理和行為影響。

許多父母和看護都非常疲倦，因為不斷地權衡新冠肺炎風險需要損耗情緒和身體能量。疫情都耗費我們每一個人很多的精力，特別對家人和看護帶來了獨特的挑戰。然而，記住我們總是圍繞風險做出決定是有幫助的。根據統計數據，許多其他活動和選擇對孩子來說比因新冠肺炎而生病的風險更大。人們對新冠肺炎的認識有所提高。採取預防措施來保護未接種疫苗的兒童和其他人，並做出最適合您家庭獨特情況的選擇，這一點很重要。