

COVID-19 疫苗：青少年须知

文本

你是否期待回到学校上面授课程？你是否因为隔离而不能进行体育运动或是被迫暂停其他活动？你是否希望和家人及朋友一起外出？接种 COVID-19 疫苗能让我们恢复这一切。

青少年或他们的家长在接种疫苗之前有疑问是正常的。如果你有任何问题，请咨询医生。以下是一些供快速参考的事实：

- COVID-19 疫苗是安全的。
- COVID-19 疫苗在成人及青少年身上都进行过研究，因此我们知道它们有效且安全。
- COVID-19 疫苗是免费的，接种 COVID-19 疫苗无需出示身份证件。
- COVID-19 疫苗不会导致不育。

没有人喜欢打针，但是在接种疫苗时你可以做以下事情来放松！

- 用耳机聆听你最喜欢的音乐。
- 缓慢地进行深呼吸。
- 和辅助人员进行眼神交流。
- 在房间内集中注意力于某件事情，比如尝试阅读海报的小字。
- 分散你自己的注意力，尝试扭动你的大脚趾。

你可能会在接种后的一天左右感觉不适，但是这种不适感通常很轻微。如果您患上 COVID-19 或因接触了 COVID-19 患者而需要隔离，最好离开学校或不要从事其他活动，离开时间为数天或数周。

请记住，如果你未满 18 岁，则需要获得家长或监护人许可才可接种 COVID-19 疫苗。如果你的家长或监护人无法与你同行，请拨打诊所电话询问知情同意过程。

很多地方都提供 COVID-19 疫苗。不是所有的 COVID-19 疫苗都适合 18 岁以下的青少年，因此请在接种前先确认你要去的地方提供你可以接种的疫苗。可以通过 www.vaccines.gov 查找你住地附近的接种点或是依据疫苗类型进行查找。

Minnesota Department of Health
Communications Office
PO Box 64975
St. Paul, MN 55164-0975
651-201-4989
health.communications@state.mn.us
www.health.state.mn.us

8/11/21 (Chinese)

要获取不同格式的此文档，请拨打电话 651-201-4989。