



ALEXANDRIA HEALTH DEPARTMENT

4850 Mark Center Drive, Suite 4206

Alexandria, VA 22311

Phone: 703.746.4988

www.alexandriava.gov/Health

Dear Alexandria Families,

The school year is approaching quickly and now is the time to book appointments for immunizations (vaccines).

Staying current on childhood vaccines is one of the best ways to protect your family. It's also required by schools and day cares in Alexandria. Here are five things to know about childhood vaccines.

1. **They prevent serious diseases.** Vaccines protect your children against a variety of diseases that can affect their brain, heart, liver, lungs, and more.
2. **They teach your child's immune system to fight specific diseases.** Children are exposed to germs every day. Vaccines give your child's body the ability to fight off these dangerous germs.
3. **They are safe and effective.** For decades, childhood vaccinations have proven to be safe and effective. Each year, millions of children in the U.S. get safely vaccinated.
4. **Serious side effects are extremely rare.** The most common reactions are pain, redness, and swelling at the spot where your child got a shot. You can treat side effects easily with a cool, wet washcloth, lots of liquids, and a non-aspirin pain reliever if they have a fever.
5. **They are available through your pediatrician or Alexandria Health Department.** There are no out-of-pocket costs for school-required vaccines. **Pro Tip:** Call soon to avoid scheduling challenges and share your child's records with your school or daycare.

Visit www.alexandriava.gov/Vaccines to see Alexandria Health Department's hours and call 703.746.4888 during business hours to make an appointment. AHD has evening appointments each Monday and will offer evening appointments on August 13, 20, and 27 (Wednesdays) this summer.

Thank you for doing your part to keep your child and others healthy and safe.

Sincerely,

Dr. David Rose

Health Director

Alexandria Health Department



ALEXANDRIA HEALTH DEPARTMENT

4850 Mark Center Drive, Suite 4206

Alexandria, VA 22311

Phone: 703.746.4988

www.alexandriava.gov/Health

Estimadas familias de Alexandria,

El año escolar se acerca rápidamente y ahora es el momento de reservar citas para las inmunizaciones (vacunas).

Mantenerse al día con las vacunas en la infancia es una de las mejores maneras de proteger a su familia. También es requerido por las escuelas y centros de cuidados de niños en Alexandria.

Aquí hay cinco cosas que debe saber sobre las vacunas para niños.

1. **Previenen enfermedades graves.** Las vacunas protegen a sus hijos contra una variedad de enfermedades que pueden afectar su cerebro, corazón, hígado, pulmones y más.
2. **Enseñan al sistema inmunológico de su hijo a combatir enfermedades específicas.** Los niños están expuestos a gérmenes todos los días. Las vacunas le dan al cuerpo de su hijo la capacidad de combatir estos gérmenes peligrosos.
3. **Son seguros y eficaces.** Durante décadas, las vacunas para niños han demostrado ser seguras y eficaces. Cada año, millones de niños en los Estados Unidos se vacunan de forma segura.
4. **Los efectos secundarios graves son muy poco frecuentes.** Las reacciones más comunes son dolor, enrojecimiento e hinchazón en el lugar donde su hijo recibió la inyección. Puede tratar los efectos secundarios fácilmente con un paño fresco y húmedo, mucho líquido y un analgésico que no sea aspirina si tiene fiebre.
5. **Están disponibles a través de su pediatra o en el Departamento de Salud de Alexandria (AHD, por sus siglas en inglés).** No hay gastos adicionales por las vacunas requeridas por la escuela. Consejo: llame pronto para evitar dificultades con la programación de la cita y compartir los registros de su hijo con su escuela o centro de cuidado infantil.

Visite alexandriava.gov/Vaccines para ver los horarios del Departamento de Salud de Alexandria y llame al 703.746.4888 durante el horario laboral para hacer una cita. El AHD tiene citas por la tarde cada lunes y ofrecerá citas por la tarde el 13, 20 y 27 de agosto (miércoles) este verano.

Gracias por colaborar para mantener a su hijo y a otros sanos y seguros.

Atentamente,

Dr. David Rose

Director de Salud

Departamento de Salud de Alexandria



ALEXANDRIA HEALTH DEPARTMENT

4850 Mark Center Drive, Suite 4206

Alexandria, VA 22311

Phone: 703.746.4988

www.alexandriava.gov/Health

ውድ የAlexandria ቤተሰቦች፣

የትምህርት ዓመቱ በፍጥነት እየደረሰ ነው እናም በሽታ የመከላከል አቅምን ለማዳበር (የክትባቶች) ቀጠሮ ለመያዝ ጊዜው አሁን ነው።

በሕፃናት ክትባቶች ላይ ወቅታዊ ሆኖ መቆየት ቤተሰብዎን ለመጠበቅ ከሁሉ የተሻለው መንገድ ነው። በተጨማሪም በአሌክሳንድሪያ ውስጥ በሚገኙ ትምህርት ቤቶች እና የህጻናት መቆያ አገልግሎት ሰጪዎች ግዴታ ይጠየቃል። ስለ ሕፃናት ክትባት ማወቅ ያለብዎት አምስት ነገሮች እነሆ።

1. **ከባድ በሽታዎችን ይከላከላሉ።** ክትባቶች የልጆችዎን አንጎል፣ ልብ፣ ጉበት፣ ሳንባዎች እና ሌሎችን ሊጎዱ ከሚችሉ የተለያዩ በሽታዎች ይጠብቃሉ።
2. **የልጅዎን በሽታ የመከላከል ሥርዓት የተወሰኑ በሽታዎችን እንዲከላከል ያስተምራሉ።** ልጆች በየቀኑ ለጀርሞች የተጋለጡ ናቸው። ክትባቶች የልጅዎን አካል እነዚህን አደገኛ ጀርሞች የመዋጋት አቅም ይሰጡታል።
3. **ደኅንነታቸው የተጠበቀ እና ውጤታማ ናቸው።** ለበርካታ አስርት ዓመታት፣ የሕፃናት ክትባቶች ደኅንነታቸው የተጠበቀ እና ውጤታማ መሆናቸው ተረጋግጧል። በእያንዳንዱ ዓመት፣ በአሜሪካ ውስጥ የሚገኙ በሚሊዮኖች የሚቆጠሩ ሕፃናት ደኅንነቱ በተጠበቀ ሁኔታ ክትባት ይሰጣቸዋል።
4. **ከባድ የጎንዮሽ ጉዳዮች በጣም አልፎ አልፎ የሚከሰቱ ናቸው።** በጣም የተለመዱ የጎንዮሽ ውጤቶች ሕመም፣ መቅላት፣ እና ልጅዎ መርፌ በተወጋበት ቦታ ላይ እብጠት ናቸው። የጎንዮሽ ጉዳዮችን ቀዝቃዛ፣ እርጥብ በሆኑ የማጠቢያ ልብሶች በማበስ፣ ብዙ ፈሳሾችን እና አስጥሪን ያልሆነ የህመም ማስታገሻን በመጠቀም በቀላሉ ማዳን ይችላሉ።
5. **በሕፃናት ሐኪምዎ ወይም በAlexandria Health Department (አሌክሳንድሪያ ጤና ቢሮ) በኩል ይገኛሉ።** ለትምህርት ቤት አስፈላጊ ለሆኑ ክትባቶች ከኪስ የሚወጡ ወጪዎች የሉም። ጠቃሚ ምክር፡- የቀጠሮ መያዝ ችግሮችን ለማስወገድ ቶሎ ይደውሉ እና የልጅዎን ማስረጃዎች ለትምህርት ቤትዎ ወይም ለቀን እንክብካቤ ሰጪዎ/ህጻናት ማቆያዎ ያጋሩ።

የAlexandria Health Department (አሌክሳንድሪያ ጤና ቢሮ) የሥራ ሰዓታትን ለመመልከት

www.alexandriava.gov/Vaccinesን ይጎብኙ እና ቀጠሮ ለማስያዝ በሥራ ሰዓታት ወደ 703.746.4888

ይደውሉ። AHD (የአሌክሳንድሪያ ጤና ቢሮ) በእያንዳንዱ ሰኞ ምሽት ላይ ቀጠሮዎች አሉት እናም በዚህ በጋ እ.ኤ.አ አገስት 13፣ 20 እና 27 (ረቡዕ) ምሽት ላይ ቀጠሮዎችን ያቀርባል።

የልጅዎን እና የሌሎችን ጤና እና ደኅንነታቸውን ለመጠበቅ የበኩልዎትን አስተዋጽኦ ስላደረጉ እናመሰግናለን።

ከአክብሮት ጋር፣

ዶክተር David Rose

የጤና ዳይሬክተር

Alexandria Health Department (የአሌክሳንድሪያ ጤና ቢሮ)



ALEXANDRIA HEALTH DEPARTMENT

4850 Mark Center Drive, Suite 4206

Alexandria, VA 22311

Phone: 703.746.4988

www.alexandriava.gov/Health

خانواده های گرامی الکساندریا،

سال تعلیمی به زودی آغاز میشود و اکنون زمان مناسب برای گرفتن نوبت واکسین (تزریق واکسین ها) فرا رسیده است.

به موقع گرفتن واکسین های دوران کودکی یکی از بهترین راه ها برای محافظت از خانواده تان میباشد. این کار همچنان از سوی مکاتب و کودکان های الکساندریا الزامی میباشد. در اینجا پنج نکته مهم درباره واکسین های دوران کودکی آورده شده است.

1. این واکسین ها از بروز بیماری های جدی جلوگیری میکنند. واکسین ها از کودکان شما در برابر انواع بیماری هایی محافظت میکنند که میتوانند مغز، قلب، جگر، ششها و سایر اندام های بدن را آسیب برسانند.
 2. واکسین ها سیستم معافیتی کودک شما را برای شناسایی و مقابله با بیماری های خاص تربیه و آماده میسازند. کودکان به صورت روزمره با میکروب ها تماس دارند. واکسین ها توانایی مقابله با این میکروب های خطرناک را به بدن کودک شما میدهند.
 3. این واکسین ها مصنوعی و مؤثر هستند. برای دهه ها، واکسین های دوران کودکی ثابت کرده اند که هم مصنوعی و هم مؤثر هستند. هر سال، میلیون ها کودک در ایالات متحده به صورت ایمن واکسینه میشوند.
 4. عوارض جانبی جدی آن بسیار نادر هستند. شایعترین واکنش ها شامل درد، سرخی و تورم در محل تزریق واکسین کودک شما میباشد. میتوانید عوارض جانبی را به راحتی با استفاده از یک دستمال خنک و مرطوب، مصرف مایعات فراوان، و در صورت تب، داروی ضد درد غیرآسپرینی درمان کنید.
 5. این واکسین ها از طریق دکتور کودکان شما یا اداره صحت الکساندریا در دسترس هستند. برای واکسین های الزامی مکتب، هیچ هزینه ای از والدین گرفته نمیشود. نکته ای مهم: برای جلوگیری از مشکلات در تعیین وقت، هرچه زودتر تماس بگیرید و سوابق واکسیناسیون فرزندتان را با مکتب یا کودکان خود به اشتراک بگذارید.
- برای دیدن ساعات کاری اداره صحت الکساندریا به آدرس www.alexandriava.gov/Vaccines مراجعه کنید و در ساعات اداری با شماره ۷۰۳.۷۴۶.۴۸۸۸ تماس بگیرید تا وقت ملاقات بگیرید. اداره صحت الکساندریا هر دوشنبه شب وقت های ملاقات دارد و در تابستان امسال، در تاریخ های ۱۳، ۲۰ و ۲۷ اگست (چهارشنبه ها) نیز وقت های ملاقات شبانه ارائه خواهد داد.
- از شما سپاسگزاریم که در حفظ صحت و مصونیت کودک تان و سایر افراد نقش خود را ایفا مینمایید.

با احترام،

دکتر دیوید روز

مدیر صحت

اداره صحت الکساندریا