



Corona vaccinatie

Omgaan met angst of twijfel

Als professional heeft u een belangrijke rol bij het vaccineren tegen corona. U maakt het verschil door anderen te wijzen op het belang van vaccineren. Deze factsheet helpt u bij het beantwoorden van vragen.

Hoe omgaan met angst of twijfel?

Belangrijk om tijdens de gesprekken met patiënten of bewoners naast de feitelijke argumenten ook de emotionele argumenten aan te bieden. Door vanuit uw eigen ervaring te spreken en te vertellen dat de meeste mensen vertrouwen hebben in het vaccin.

Hoe pakt u zo'n gesprek aan? Drie tips.

1. Ga in dialoog met de patiënt of bewoner.
 - Ga met een open houding het gesprek in. Leg uit dat het mogelijk is om vragen te stellen. Vraag naar iemand zijn/ haar vragen of bezorgdheden.
 - Praat over de mogelijke motivatie om wel te vaccineren.
 - Volg tijdens het gesprek het tempo van de bewoner of de patiënt. Oefen geen druk uit, maar laat het iemand zijn vrije keuze zijn. Hierdoor stellen mensen makkelijker hun mening bij.
2. Praat vanuit uw eigen ervaring:
 - Vertel dat u van dichtbij heeft gezien hoe gevaarlijk het virus is. Niet alleen voor kwetsbare doelgroepen maar ook voor jonge gezonde mensen.
 - Vertel dat u uzelf ook gelijk heeft laten vaccineren en dat u ook uw dierbaren laat vaccineren zodra het mogelijk is.
 - De bijwerkingen van het vaccin zijn minimaal als u kijkt naar de schade die corona kan aanrichten. U kunt last krijgen van pijn in uw arm, roodheid, spierpijn op de plaats van de injectie. Sommigen mensen krijgen koorts, vermoeidheid en misselijkheid. Deze klachten verdwijnen na 48 uur vanzelf. Heftige allergische reacties komen maar heel zelden voor.
3. Maak duidelijk dat de meeste anderen wel vertrouwen hebben in het vaccin:
 - Vertel dat u het iedereen aanraadt om zich te laten vaccineren.

- Vertel dat de meeste mensen zich zo snel mogelijk willen laten vaccineren.
- Leg uit dat als iemand nog twijfels of vragen heeft dan contact kan opnemen met zijn huisarts of met de GGD. Om zo een bewuste keuze te maken.

Veilig en uitgebreid getest

Sommige mensen vragen zich af of de vaccins die zo snel ontwikkeld zijn wel veilig zijn. Heel veel mensen en wetenschappers waren wereldwijd tegelijk bezig met de ontwikkeling van het vaccin. Alle stappen voor de ontwikkeling van een vaccin zijn doorlopen. Er is heel veel onderzoek gedaan. En de resultaten van onderzoek zijn gedeeld met de rest van de wereld. Er is geen stap overgeslagen, het ging alleen wel sneller.

Vaccineren tijdens zwangerschap

Ja het is veilig om je te laten vaccineren tijdens zwangerschap. Hier is ook onderzoek naar gedaan. Als je corona krijgt en je bent zwanger dan word je ernstig ziek van corona en daarom is het zeker belangrijk dat je je laat vaccineren als je zwanger bent.

Meer informatie

Op de website van de rijksoverheid staat veel informatie over omgaan met angst of twijfel:

www.coronavaccinatie.nl
<https://www.rijksoverheid.nl/onderwerpen/corona-virus-vaccinatie/feiten-over-coronavaccinatie>

En gebruik de praatplaat of de keuzehulp coronavaccinatie-keuzehulp.nl