

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 voor lange tijd 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:

[GroterWorden.nl | Vaccinatie 9-jarigen - YouTube](#)

- Je krijgt 2 prikken tegelijk in je bovenarm, waardoor je er maar één voelt.
- Voor iedereen voelt het krijgen van een prik anders. De een geeft een drukkend gevoel aan, de ander voelt het tintelen, kriebelen of voelt dat het een beetje warm wordt.
- Makkelijke kleding helpt, hierdoor kan de prik snel in een blote bovenarm worden gegeven en ben je snel klaar!
- Neem gerust een filmpje/game op telefoon of tablet 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 mag je naast de medewerkers op een stoel gaan zitten. 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 filmpje of muziek kan helpen om je af te leiden van de prik.
- Samen met de medewerkers tel je tot 10 en dan is het klaar.

Na de prik

- De plek van de prik kan wat rood worden of een beetje hard aanvoelen. Je kunt ook spierpijn krijgen. Dat is na een dag weer over.
- Na de prik mag je gewoon bewegen, spelen en sporten. Hoe meer je je armen beweegt, hoe minder pijn je krijgt.

Heb je na het lezen van de folder toch nog vragen, dan kan je samen met je ouder(-s), contact opnemen met de afdeling Jeugdgezondheidszorg van GGD Kennemerland. Dit kan op werkdagen van 8.30-12.30 en 13.00 - 17.00 uur via 023 7891777 of door een mail te sturen met je vraag naar frontofficejgz@vrk.nl.

