



COVID-19-vaccinatie: omgaan met angst of twijfel

Als zorgverlener heb jij een sleutelrol bij de vaccinatie tegen COVID-19. **Door anderen te wijzen op het belang ervan, maak je écht het verschil.** Deze fiche helpt je om vragen te beantwoorden.

**Want het is oké om vragen
te stellen, of om wat angstig
te zijn voor een prik.**



**Alle vaccins zullen de uiterst
strengste goedkeuringsprocedure
hebben doorlopen. De Europese
goedkeuring garandeert dat
het stuk voor stuk veilige en
betrouwbare vaccins zijn.**

▷ VEILIG EN UITGEBREID GETEST

Sommigen vragen zich af of vaccins die zo snel zijn ontwikkeld wel veilig zijn. **Maar voor die snelle ontwikkeling zijn er een aantal logische verklaringen.**

▶ De enorme technologische vooruitgang

Dankzij die enorme vooruitgang heeft men heel snel de genetische samenstelling van het virus kunnen bepalen, waardoor er meteen vaccins konden worden ontwikkeld.

▶ Men moest niet van 0 beginnen

Er waren al twee bekende coronavirussen. Tegen die virussen waren al vaccins in ontwikkeling. Die konden worden aangepast, zodat ze ook konden werken tegen dit nieuwe coronavirus.

▶ Verschillende stappen liepen tegelijkertijd

Zodra het kon werd een volgende stap opgestart, nog voor een eerdere fase helemaal was afgerond. Ook zo is er heel veel tijd bespaard.

▶ Het is een verhaal van voorrang... niet van snelheid

Daardoor zijn er heel wat jaren gewonnen, zonder de kwaliteit van de studies of de veiligheid van de vaccins in het gedrang te brengen. Elk vaccin heeft alle fasen van ontwikkeling en testing doorlopen, net als andere geneesmiddelen of vaccins.

Als zorgverlener kan jij mensen geruststellen en ze overtuigen om zich te laten vaccineren.

▷ HOE OMGAAN MET ANGST OF TWIJFEL?

Belangrijk hierbij is om naast de rationele argumenten ook emotionele argumenten aan te reiken. Door bijvoorbeeld vanuit je eigen ervaring te spreken. En door tegelijk het bewijs aan te reiken dat de meeste mensen vertrouwen hebben in het vaccin.

▷ HOE PAK JE DIT AAN?

1. Ga in dialoog met de patiënt of bewoner:

- ▶ Start met een **open, nieuwsgierige houding**. Vraag wat zijn/haar vragen of bezorgdheden zijn. Maak duidelijk dat het oké is om vragen te stellen.
- ▶ Praat over de **mogelijke motivatie** (waarom zou je het wél doen) en personaliseer die.
- ▶ Volg het tempo van de bewoner of de patiënt: zet dus niet te veel druk, maar **laat de vrije keuze**. Mensen stellen makkelijker hun mening bij als ze niet het gevoel hebben dat ze moeten.

2. Praat vanuit je eigen ervaring:

- ▶ Ik heb **zelf van dichtbij gezien hoe gevaarlijk dit virus is**. Niet enkel voor de meest kwetsbare doelgroepen, maar ook voor jonge gezonde mensen.
- ▶ Ik heb **mezelf dan ook onmiddellijk laten vaccineren**, en zodra het kan laat ik ook **mijn geliefden vaccineren**.
- ▶ Vergeleken met wat het coronavirus aanricht, vind ik de **risico's op nevenwerkingen van het vaccin verwaarloosbaar**. Het gaat vooral om pijn, roodheid, spierstijfheid op de plaats van injectie, en bij sommigen wat koorts, vermoeidheid en misselijkheid. De nevenwerkingen verdwijnen na 48u vanzelf. Meer ernstige neveneffecten zoals heftige allergische reacties komen maar heel zelden voor.

3. Maak duidelijk dat de meeste anderen wel vertrouwen hebben in het vaccin:

- ▶ Ik raad iedereen aan om zich te laten vaccineren.
- ▶ De meeste mensen willen zich zo snel mogelijk laten vaccineren.

