This is a transcript of Sonah discussing vaccines including MMRV. (Arabic)

اسمي سونة، وأقطن في وسط مدينة بريستول، تحديداً في حيٍّ يُعرف باسم سانت ويربرغز (St Werburghs)، وأنا أمٌّ لثلاثة أطفال. أشعر بامتنانٍ بالغ لأننا نعيش في بلدٍ تُتاح فيه لقاحاتٌ كلقاح MMRV لأطفالنا بكل يُسر. وبالنسبة لي، فإن ذلك الانزعاج العابر الذي يصاحب لحظة التطعيم، ورؤيتهم في حالةٍ من عدم الراحة، يهون كثيراً أمام يقيني بأنهم باتوا يحظون بحمايةٍ بعيدة المدى من بعض هذه الأمراض.

أشعر وكأنهم يخوضون مرحلة الطفولة محصَّنين بدرعٍ من الحماية، بل بأفضل حمايةٍ يمكن أن ينعموا بها. ولذلك حين حان وقت التطعيم، أعترف بأن مخاوفي الكبرى تمحورت حول طفلي الأول، البكر، إذ لم أكن قد عشتُ تجربةً مماثلة من قبل، وكانت ثمة لحظةٌ تعتصر القلب اعتصاراً. تدخل الإبرة، ثم تأتي لحظة صمتٍ قصيرة، ثم تتقلَّص ملامح وجهه حين يدرك ما حدث، فيستبدُّ به الانفعال والبكاء.

غير أنني تمكَّنتُ من احتضانه وتهدئته، وكان ذلك شعوراً يبعث على الطمأنينة. وحين كنتُ أستحضر المدى البعيد، وأتخيَّل احتمال أن يعاني في المستقبل من ألمٍ أو مرضٍ أشد وطأة بكثير، كان ذلك كفيلاً بأن يُهوِّن عليَّ صعوبة تلك اللحظة العابرة.

ومن الأمور التي وجدتها مُعينةً حقاً في فترة التطعيم، أن تحدَّثتُ إلى أمهاتٍ وآباءٍ آخرين كانوا قد طعَّموا أطفالهم حديثاً؛ فاستطعتُ أن أُكوِّن صورةً أوضح عن مجريات العملية، ومدة الانتظار، وطبيعة المكان والأجواء السائدة فيه.

وأعتقد أن إنصاتي إلى تجاربهم بتفاصيلها قد هيَّأني نفسياً لما سأشعر به أنا حين يأتي دوري. لقد كان التطعيم بلا شكٍّ القرار الصائب لعائلتنا، ومما يبعث على الراحة والاطمئنان أن أعلم أن أطفالي يحظون بقدرٍ من الحماية ضد تلك الأمراض. ومن أكثر ما أعانني هو فرصة الحوار مع أمهاتٍ وآباءٍ آخرين، ومنح نفسي متَّسعاً من الوقت والفكر لتقليب الأمر، حتى أصل في النهاية إلى قراراتٍ مدروسةٍ عن معرفة.

وأرى أن إتاحة فرصٍ أكبر للأمهات والآباء للقيام بذلك ستكون ذات نفعٍ كبير، فثمة قيمةٌ حقيقية في أن يتحاور المرء مع أولياء أمورٍ آخرين يحملون وجهات نظرٍ مغايرة، ولأطفالهم ظروفٌ مختلفة. كما أن وجود وقتٍ ومكانٍ ملائمَين للحديث مع أهل الاختصاص من الكوادر الصحية له أهميته البالغة؛ فهم الخبراء في هذا الشأن. ومع ذلك، لا يكون الإحساس بالحيادية متاحاً دائماً حين تطأ قدماك أروقة هيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS)، إذ تُدرك سلفاً أنهم يرغبون في أن تُطعِّم أطفالك.

أما إجراء تلك الحوارات في مكانٍ آخر، ربما خارج عيادة الطبيب العام، وفي قلب المجتمعات المحلية، فيمكن أن يكون عوناً حقيقياً للناس ودعماً لهم في اتخاذ قراراتٍ مستنيرةٍ تناسبهم وتلائم ظروفهم. ولو أُتيح لي أن أُسدي نصيحتي في شأن التطعيم إلى الأمهات والآباء ومقدّمي الرعاية الجُدد، لقلتُ لهم: ابحثوا عن كل فرصةٍ لجمع ما تحتاجونه من معلومات، ولا سيما إذا داخَلَكم شيءٌ من الحَيرة أو التردُّد.

اقصدوا المصادر الموثوقة والأشخاص الموثوق بهم، وحاوروهم في كل ما يُقلقكم أو يستعصي عليكم فهمه. وأشعر أن في بريستول وعموم منطقة الجنوب الغربي فُرصاً طيبةً حقاً لإجراء مثل هذه الحوارات في الفضاءات المجتمعية؛ فهناك العيادات الصحية المجتمعية، وأماكن من قبيل هذا المكان، يتواجد فيها أطباء وممرضون مستعدُّون عن طيب خاطرٍ للإجابة عن تساؤلاتكم، ومساعدتكم على بلوغ القرار الصحيح.