



Republika e Kosovës  
Republika Kosova - Republic of Kosovo  
Qeveria - Vlada - Government

Ministria e Shëndetësisë - Ministarstvo Zdravstva - Ministry of Health

**Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike të Kosovës**

Nacionalni Institut za Javno Zdravstvo Kosova - National Institute of Public Health of Kosovo



## I/e nderuar mjek/e familjar/e,

Vitin e kaluar, Kosova u përball me epideminë e parë të fruthit që nga viti 2018 – një rikujtim se sa shpejt mund të rikthehen sëmundjet e parandalueshme, kur shkalla e vaksinimit bie. Si mjek familjar, ju keni një rol qendror në procesin e vaksinimit përmes vlerësimit të shëndetit të fëmijës, adresimit të shqetësimeve të prindërve, identifikimit të kundërrindikacioneve të vërteta dhe udhëzimit të fëmijëve për vaksinim në kohë.

Kur rekomandoni vaksinimin, ju veproni në përputhje me Ligjin për Parandalimin dhe Kontrollin e Sëmundjeve Ngjitëse (08-L-200), si dhe Udhëzimin Administrativ për Imunoprofilaksë dhe Kimioprofilaksë (05/2025). Kjo bazë ligjore obligon të gjithë profesionistët shëndetësorë të rekomandojnë vaksinimin e rregullt – në përjashtim të rasteve kur ekziston një kundërrindikacion i qartë mjekësor.

Përderisa shumica e mjekëve familjarë në Kosovë mbështesin vaksinimin me MMR, vlerësimet e fundit tregojnë se si prindërit, ashtu edhe disa profesionistë shëndetësorë, vazhdojnë të kenë pyetje për ndërlidhjen e mundshme mes vaksinës MMR dhe autizmit.

**Ministria e Shëndetësisë dhe Instituti Kombëtar i Shëndetësisë Publike rishikojnë vazhdimisht dëshmitë shkencore globale<sup>1</sup>, studime të cilat kanë përfshirë miliona fëmijë. Përfundimi është i qartë: vakcina MMR është e sigurt dhe nuk shkakton autizëm.** Kjo është konfirmuar vazhdimisht nga Organizata Botërore e Shëndetësisë (OBSh), Qendra Amerikane për Kontroll dhe Parandalim të Sëmundjeve (CDC), Agjencia Evropiane e Barnave (EMA), dhe dekada të tëra kërkimesh shkencore. Ideja e një lidhjeje mes vaksinës MMR dhe autizmit e ka origjinën te një publikim i vetëm, i cili më vonë u terhoq pasi u vërtetua se ishte mashtrim. Ani pse ky pretendim shkaktoi konfuzion te prindërit dhe profesionistët shëndetësorë në atë kohë, studimet e mëvonshme e kanë hedhur poshtë atë përfundimisht. Përkundrazi, vakcina MMR ka mbrojtur miliona fëmijë në Kosovë dhe në botë, dhe mbetet një nga mjetet më të sigurta dhe më efikase për parandalimin e fruthit. Ministrisë së Shëndetësisë dhe IKShPK janë përgjegjëse për sigurimin e vaksinave cilësore dhe të sigurta. Të gjitha vaksinat në Kosovë kalojnë nëpër një proces rigoroz për të garantuar sigurinë dhe efikasitetin e tyre. Roli juaj është të vlerësoni gjendjen shëndetësore të fëmijës, të qetësoni prindërit përmes këshillave të bazuara në shkencë dhe të bëni udhëzimin e duhur për vaksinim. Ministria ju mbështet plotësisht në këtë mision.

Prindërit mund të shprehin shqetësime lidhur me vaksinën MMR – përfshirë pyetjet për autizmin apo efektet anësore. Këto biseda mund të jenë emocionalisht sfiduese, sidomos kur koha është e kufizuar. Megjithatë, udhëzimi juaj i qartë bën dallim të madh: shumica e prindërve e pranojnë vaksinimin kur ju jepni një rekomandim të fortë profesional.

1 Ndër studimet më relevante është **ai i vitit 2019 i kryer në Danimarkë me mbi 650,000 fëmijë**. Ky studim (kohortë) dëshmoi se nuk ka asnjë rritje të rrezikut për zhvillimin e autizmit te fëmijët e vaksinuar, madje edhe te ata me histori familjare të autizmit. Po ashtu, **një përmbledhje e gjerë e studimeve e vitit 2021**, që përfshiu **13 studime me rreth dy milionë fëmijë**, rikonfirmoi mungesën e çdo lidhjeje mes vaksinës MMR dhe çrregullimeve të spektrit të autizmit. Së fundmi, **analiza e OBSh-së e dhjetorit 2025** riafirmoi se, pas një rishikimi gjithëpërfshirëse të provave, **nuk ekziston asnjë lidhje shkakësore** mes vaksinave dhe autizmit.

Çdo vizitë mjekësore është një mundësi për të verifikuar statusin e vaksinimit, për të promovuar vaksinimin në kohë dhe për të mbështetur fëmijët që kanë humbur dozat e rregullta.

**Për t'ju asistuar gjatë konsultave me presion kohe, kemi përgatitur një udhëzues të shkurtër prej 8 hapash për bisedat rreth vaksinimit:**

- 1. Uroni mirëseardhjen dhe krijoni besim.** Një pritje e ngrohtë ul ankthin e prindit dhe e bën atë më të hapur ndaj këshillave tuaja.
- 2. Kontrolloni statusin e vaksinimit.** Kërkoni kartelën e vaksinimit të fëmijës pavarësisht arsyes së vizitës, dhe identifikoni nëse fëmija ka marrë të gjitha dozat sipas moshës.
- 3. Trajtojeni vaksinimin si veprim rutinë.** Konsideroni që fëmija do të vaksinohet, përveç nëse ka një kundërintikacion të qartë mjekësor sipas udhëzimeve zyrtare.
- 4. Jepni një rekomandim të fortë.** Shembull: *“Fëmija juaj duhet të marrë vaksinën MMR. Është e rëndësishme që të jetë i mbrojtur, veçanërisht tani që kemi raste të fruthit në vend.”*
- 5. Adresoni shqetësimet me fakte të shkurtra (sidomos për autizmin).** Shembull: *“Studimet me miliona fëmijë dëshmojnë se nuk ka asnjë lidhje mes MMR dhe autizmit. Vaksina është e sigurt dhe rekomandohet fuqishëm nga mjekët në Kosovë dhe në botë.”*
- 6. Sqaroni kundërintikacionet dhe reaksionet e prishme.** Shembull: *“Temperatura e lehtë, kolli, rrjedhja e hundëve apo përdorimi i fundit i antibiotikëve NUK janë arsye për të shtyrë vaksinimin. Skuaja e lehtë apo temperatura pas vaksinës janë normale dhe kalojnë shpejt.”*
- 7.** Udhëzojeni fëmijën te infermierja për vaksinim.
- 8. Përfundojeni vizitën me ton pozitiv.** Informoni prindin për dozat e radhës dhe rikujtojini se vaksinimi mbron fëmijën dhe komunitetin.

Gjithashtu, e dimë se vizitat mjekësore përfshijnë shumë pyetje rreth vaksinës, efekteve anësore dhe kundërintikacioneve. Për të mbështetur gjykimin tuaj profesional, kemi hartuar një listë të kundërintikacioneve për vaksinën MMR, një përmbledhje të pyetjeve më të shpeshta nga prindërit, si dhe një udhëzues që ju ndihmon gjatë bisedave me prindërit që kanë shqetësime apo dyshime rreth vaksinimit. Këto materiale mund t'i gjeni gjithashtu në uebfaqen e IKShPK-së duke përdorur QR kodin më poshtë.

Nëse keni pyetje apo dëshironi të diskutoni raste specifike, mund të kontaktoni profesionistët e IKShPK-së përmes telefonit ose e-mailit më poshtë.

Ju falënderojmë për profesionalizmin dhe përkushtimin tuaj të vazhdueshëm.

**IKShPK**

**Divizioni i Programit të Zgjeruar të Imunizimit**

**Email:** ikshpk@rks-gov.net

**Numri i kontaktit:** +38345480488



# Rekomandimet e Institutit Kombëtar të Shëndetësisë Publike për vaksinimin në kohë me MMR

## Në shumicën e rasteve, vaksinimi MMR mund të kryhet në mënyrë të sigurt.

Vetëm në disa raste jo të shpeshta kërkojnë shtyrje ose konsiderohen kundërintikacione për vaksinimin MMR. Shtyrja e vaksinimit pa një kundërintikacion të vërtetë rrit rrezikun e sëmundjes.



## E sigurt për vaksinim

Këto gjendje nuk kërkojnë shtyrjen e vaksinës MMR dhe vaksinimi mund të kryhet në mënyrë të sigurt. Mund të jepni vaksinën MMR edhe nëse fëmija:

- ↓ ka kollë, ftohje pa temperaturë, diarre të lehtë apo infeksion veshi
- ↓ ka anemi të lehtë
- ↓ ka defekte kongjenitale të zemrës apo sëmundje kronike si diabeti i tipit 1
- ↓ ka pasur reaksione të lehta ose të moderuara ndaj dozës së mëparshme të vaksinës, si ënjtje, skuqje ose dhimbje në vendin e injeksionit
- ↓ ka histori të alergjive ndaj penicilinës
- ↓ është duke u trajtuar me antimikrobikë
- ↓ është ekspozuar ndaj një sëmundjeje infektive
- ↓ ka histori familjare të ndonjë reagimi të padëshiruar pas vaksinimit



## Vaksinimi mund të shtyhet – vlerëso dhe ndjek udhëzimet

Vaksinimi MMR mund të shtyhet nëse ekzistojnë këto gjendje. Shtyni vaksinimin nëse fëmija:

- ↓ ka marrë ndonjë vaksinë tjetër të gjallë gjatë katër javëve të fundit
- ↓ ka marrë transfuzion gjaku ose produkte të tjera të gjakut në gjashtë muajt e fundit
- ↓ ka tuberkuloz aktiv ose indikacion të bazuar në testin tuberkulinë
- ↓ ka sëmundje të moderuar ose të rëndë akute ose temperaturë të lartë trupore (>38.5°C)



## Nuk duhet të vaksionohet

Këto janë kundërintikacione absolute sipas udhëzimeve zyrtare dhe atyre nga Organizata Botërore e Shëndetësisë. Mos e vaksino fëmijën nëse:

- ↓ ka pasur një reaksion alergjik të rëndë (p.sh., vështirësi në frymëmarrje, humbje të vetëdijes) ndaj një doze më parë të vaksinës ose ndaj ndonjë përbërësi të vaksinës (p.sh., vezë, gelatinë ose neomicinë)
- ↓ ka sistem imunitar të dobësuar rëndë (imunokompromentuar) për shkak të një tumori, kimioterapie, imunodeficiencës kongjenitale, terapive afatgjata immunosupresive ose për shkak të infeksionit HIV
- ↓ është duke marrë radioterapi ose doza të larta të kortikosteroideve, ose ka ndonjë formë tjetër të rëndë të immunosupresionit.

Nëse nuk identifikohen kundërintikacione ose masa paraprake, **vaksinimi MMR mund të kryhet në mënyrë të sigurt sipas kalendarit të rregullt të vaksinimit**. Shtyrja e vaksinimit rrit rrezikun e infeksionit për fëmijën dhe mund të kontribuojë në transmetimin e vazhdueshëm në komunitet.



# Përgjigje në pyetjet më të shpeshta për Fruthin, Parotitin dhe Rubellën, si dhe për vaksinën MMR

## SEKSIONI 1 Fruthi, Parotiti dhe Rubella

### 1.1. Si t'ua shpjegojmë prindërve fruthin, parotitin dhe rubellën?

Fruthi, parotiti dhe rubella janë **sëmundje virale shumë ngjitëse** që mund të shkaktojnë **komplikime serioze, ndonjëherë me ndikim afatgjatë**, veçanërisht tek fëmijët e pavaksinuar dhe gratë shtatzëna.

Pikat kryesore për fruthin, parotitin dhe rubellën që duhet t'i ndani gjithmonë me prindërit:

- **Fruthi, parotiti dhe rubella përhapen shumë lehtë dhe shpejt.** Ato transmetohen përmes kollitjes, teshtitjes ose prekjës së sipërfaqeve të kontaminuara. Për shembull, një person me fruth mund t'i infektojë 9 nga 10 persona afër tij, të cilët janë të pavaksinuar.
- **Fruthi nuk është thjesht një skuqje.** Ai shkakton temperaturë të lartë, kollë, rrjedhje hunde dhe inflamacion të syve. Komplikimet mund të përfshijnë pneumoni, dëmtime të trurit dhe vdekje.
- **Parotiti nuk ka trajtim.** Vetëm vaksinimi e mbron fëmijën tuaj nga infektimi me parotit. Ai shkakton ënjtje të dhimbshme të faqeve dhe nofullës. Komplikime serioze përfshijnë humbje të dëgjimit, probleme të zemrës dhe inflamacion të trurit. Tek meshkujt në disa raste mund të shkaktojë edhe infertilitet.
- **Rubella është veçanërisht e rrezikshme gjatë shtatzënisë.** Infeksioni gjatë tremujorit të parë mund të shkaktojë abort spontan, vdekje të foshnjës gjatë shtatzënisë, ose komplikime të rënda, duke përfshirë probleme të zemrës, syve dhe dëgjimit, si dhe aftësi të kufizuara të përvetshme.

### 1.2. Si mund ta strukturosh një bisedë të shkurtër me prindin:

- Pyesni prindin se çfarë di ose çfarë ka parë deri tani.
- Dëgjoni përvojën ose shqetësimin e tyre.
- Shtoni **disa fakte të shkurtra dhe të qarta** mbi seriozitetin ose përhapjen e sëmundjes.
- Shmangni shpjegime të gjata - përqendrohuni tek faktet e thjeshta.
- **Gjithmonë përmbyllni bisedën me një rekomandim të qartë të Ministrisë së Shëndetësisë, duke theksuar se mënyra më e sigurt dhe më efektive për të mbrojtur fëmijën dhe fëmijët e tjerë është dhënia e vaksinës MMR në kohë dhe kompletimi i të gjitha dozave.**

## SEKSIONI 2

# Rreth vaksinës MMR, kohës dhe mënyrës së administrimit të saj

### 2.1. Çfarë është vakcina MMR??

**Mund të përdorni këto tre pika të thjeshta për t'iu shpjeguar prindërve se çfarë është vakcina MMR. Ofroni shpjegim të lehtë për t'u kuptuar dhe shmangni termat mjekësorë.**

Pikat kryesore për fruthin, parotitin dhe rubellën që duhet t'i ndani gjithmonë me prindërit:

- Vakcina MMR mbron fëmijët nga **fruthi, parotiti dhe rubella** me një injeksion të vetëm. Këto sëmundje mund të shkaktojnë **sëmundje serioze, komplikime dhe madje edhe vdekje**.
- Vakcina MMR është **mënyra më e sigurt dhe më efektive** për të mbrojtur fëmijët nga këto sëmundje. Ajo përdoret **në mbarë botën prej dekadash**, me miliona fëmijë të vaksinuar në mënyrë të sigurt.
- Shtyrja ose mosdhënia e vaksinës MMR e lë fëmijën **të pambrojtur dhe të cënueshëm** ndaj sëmundjeve serioze. Prandaj, **vaksinimi në kohë është i rëndësishëm**.

### 2.2. Kur duhet të marrë fëmija vaksinën MMR?

- Fëmijët kanë nevojë për dy doza të vaksinës MMR për mbrojtje të plotë.
- Doza e parë: 12-15 muaj
- Doza e dytë: 5-6 vjeç

Vaksinimi në kohë ofron mbrojtjen më të mirë, pasi fëmijët në këtë moshë janë më të rrezikuarit nga këto sëmundje.

### 2.3. Si jepet vakcina MMR?

Vakcina MMR jepet me injeksion në krahun e fëmijës. Duhet dy doza të vaksinës MMR për të siguruar mbrojtjen më të mirë kundër fruthit, parotitit dhe rubellës.

## SEKSIONI 3

# Mitet dhe perceptimet e gabuara

Disa prindër mund të kenë dëgjuar ose lexuar informacione të pasakta për vaksinën MMR. Është e lehtë t'i injorosh këto informacione si mite, por kjo nuk ndihmon që prindërit të kuptojnë pse ajo që ata e besojnë, në fakt është një mit. Si profesionist shëndetësor, ju jeni burimi më i besueshëm i informacionit për prindërit dhe mund t'i ndihmoni ata të ndryshojnë besimin e gabuar duke korrigjuar perceptimin e tyre përmes një përgjigjeje respektuese, e cila është e kuptueshme për një person i cili nuk ka përgatitje mjekësore.

### 3.1. A duhet të vaksinohet fëmijën tim edhe nëse ai/ajo ka kaluar tashmë fruthin, parotitin ose rubellën?

**Po.** Fëmijët duhet të marrin ende vaksinën MMR, edhe nëse kanë kaluar njërin nga këto sëmundje.

- Vakcina MMR mbron nga **tri sëmundje me një injeksion të vetëm**
- Kalimi i një sëmundjeje **nuk mbron** nga dy të tjerat
- Është plotësisht e sigurt të vaksinohet me vaksinën MMR, edhe nëse fëmija e ka kaluar njërin nga këto sëmundje.

### 3.2. A e shkakton vaksina MMR autizmin?

**Jo.** Vaksina MMR **nuk shkakton autizëm.**

Ky shqetësim është studiuar me kujdes për shumë vite. Studime të mëdha dhe të mirë-dizajnuara, të cilat kanë përfshirë miliona fëmijë, kanë treguar në mënyrë të vazhdueshme se **nuk ka lidhje midis vaksinës MMR dhe autizmit.**

Ky pretendim filloi dekada më parë me një raport që më vonë u zbulua të jetë **i rrejshëm dhe i cili më pas u tërhoq.** Që atëherë, dëshmi të forta shkencore kanë konfirmuar se vaksina MMR është e sigurt.

Nëse prindërit kërkojnë prova shtesë, mund të iu referoni studimeve të mëposhtme:

- **Një studim i madh me më shumë se 660,000 fëmijë** të lindur në Danimarkë midis viteve 1999 dhe 2010 nuk gjeti rritje të rrezikut për autizëm pas vaksinimit me MMR, përfshirë fëmijët me faktorë rreziku mjedisor ose familjar për autizëm.
- Ky rezultat u konfirmua më tej nga një **meta-analizë e vitit 2021**, e cila rishikoi studime që përfshinin një mostër të kombinuar prej 1.2 milion fëmijësh dhe arriti në përfundimin se vaksina MMR nuk shkakton autizëm.
- Më së fundi, **analiza e fundit OBSH-së**, e publikuar në dhjetor 2025, konfirmoi përsëri se, bazuar në një rishikim të plotë të evidencës shkencore, **nuk ka lidhje midis vaksinës MMR dhe autizmit.**

### 3.3. A ka vaksina MMR përmbajtje të metaleve, siç janë merkuri ose alumini?

**Jo,** vaksina MMR nuk ka përmbajtje të metaleve si merkuri ose alumini.

Disa vaksina të tjera përdorin kripëra alumini si përforcues, për të ndihmuar përgjigjen imunitare, por vetëm në sasi shumë të vogla, brenda kufijve të cilët konsiderohen të sigurt.

Megjithatë, **vaksina MMR që jepet në Kosovë tash e 50 vite, nuk përmban dhe as nuk ka përmbajtur anjeherë përbërës të bazuar në merkur ose alumin.**

## SEKSIONI 4

## Efektet anësore dhe kontraindikacionet

### 4.1. Cilat janë efektet anësore të mundshme të vaksinës MMR?

Shumica e efekteve anësore të vaksinës MMR **janë të lehta dhe kalojnë shpejtë.**

Efektet më të shpeshta jenë:

- Skuqje dhe dhimbje e lehtë në vendin e injektimit
- Temperaturë e lehtë

Ndihmoni prindin të kuptojë dhe të ndjejë se këto simptoma **janë normale dhe tregojnë që sistemi imunitar po përgjigjet mirë ndaj vaksinës** dhe zakonisht kalojnë brenda pak ditësh. Kujdesi i thjeshtë në shtëpi, si pushimi ose vendosja e një leckë të ftohtë mbi vendin e injektimit, zakonisht është e mjaftueshme.

Reagimet serioze janë shumë të rralla, dhe rreziqet nga fruthi, parotiti dhe rubella janë **shumë më të mëdha** se rreziqet nga vaksina.

Nëse shfaqen simptoma të rënda ose të pazakonta, prindërit duhet të kërkojnë kujdes mjekësor dhe të kontaktojnë ofruesin e tyre shëndetësorë.

## 4.2. Çfarë duhet të bëj nëse fëmija im ka një reaktion ndaj vaksinës?

Disa këshilla se çfarë të bëni nëse fëmija juaj ka një reagim ndaj vaksinës:

- ↓ Siguroni kujdes dhe vëmendje shtesë për fëmijën dhe monitoroni nga afër simptomat e tij.
- ↓ Rrini të qetë, sepse fëmijët ndjejnë emocionet tuaja dhe mund t'i pasqyrojnë ato, përfshirë foshnjat.
- ↓ Jepni shumë lëngje për të pirë nëse fëmija ka temperaturë. Foshnjat mund të kenë nevojë të ushqehen më shpesh me gji.
- ↓ Vendosni një leckë të pastër, të ftohtë ose të lagur mbi në vendin e injektimit.
- ↓ Vishni fëmijën me rroba të lirshme. Mos e mbështillni fort me batanije ose rroba.
- ↓ Jepni ilaç për dhimbje ose temperaturë sipas udhëzimeve të mjekut.
- ↓ Kontaktoni mjekun familjar/pedritrin nëse reagimet nuk largohen pas disa ditësh ose nëse fëmija ka reagime të tjera si temperaturë e lartë, ënjtje ose vështirësi në frymëmarrje, të cilat janë shumë të rralla.
- ↓ Njoftoni mjekun familjar/pediatrin në vizitën e ardhshme nëse fëmija ka pasur një reagim më serioz apo më të gjatë ndaj vaksinës.

## 4.3. Kush nuk duhet të marrë vaksinën MMR?

Vaksina MMR është shumë e sigurt. Megjithatë, ka disa raste kur vaksinimi duhet shtyrë ose nuk duhet të kryhet.

Fëmija **nuk duhet të marrë vaksinën MMR** nëse:

- ↓ Ka pasur një reaktion alergjik të rëndë (p.sh., vështirësi në frymëmarrje, humbje të vetëdijes) ndaj një doze të mëparshme të vaksinës ose ndaj ndonjë përbërësi të saj (si vezët, gelatina ose neomicina).
- ↓ Ka sistem imunitar të dobësuar (imunokompromentuar) për shkak të një tumori, kimioterapie, imundeficiencë kongjenitale ose terapi immunosupresive afatgjate, ose është imunokompromentuar rëndë për shkak të infeksionit me HIV.
- ↓ Fëmija merr radioterapi ose doza të larta të kortikosteroideve, ose ka ndonjë formë tjetër të rëndë të immunosupresionit.
- ↓ Fëmija është i sëmurë dhe ka temperaturë të lartë (më shumë se 38.5°C); vaksinimi duhet të shtyhet, por duhet të kryhet menjëherë pas shërimit.

Gjithashtu, vaksinimi MMR duhet të shtyhet nëse fëmija:

- ↓ Ka pasur transfuzion gjaku ose ka marrë produkte të tjera të gjakut brenda vitit të kaluar
- ↓ Ka tuberkuloz aktiv ose shenja të tuberkulozit të evidentuara me testin e tuberkulinës
- ↓ Ka marrë ndonjë vaksinë tjetër të gjallë në katër javët e fundit
- ↓ Ka një sëmundje akute (me ose pa temperaturë)

Temperatura e lehtë, infeksione të vogla të frymëmarrjes, diarrea, ose sëmundje të tjera të lehta **nuk konsiderohen si kontraindikacione.**



UDHËZUES I SHKURTË

# Komunikimi me prindërit hezitues ndaj vaksinimit

A ju ndodh të ballafaqoheni me biseda sfiduese rreth vaksinimit, edhe kur ndani informacione të sakta dhe të rëndësishme?

A marrin këto diskutime nganjëherë më shumë kohë dhe energji sesa mund të ndani realisht gjatë një dite të ngarkuar në institucion?

**Nuk jeni vetëm!**

## Pse pikërisht ky udhëzues?

Shumë profesionistë të kujdesit shëndetësor kanë vështirësi në diskutimin e vaksinimit me prindërit hezitues. Sipas Organizatës Botërore të Shëndetësisë, hezitimi ndaj vaksinimit është ndër kërcënimet kryesore për shëndetin global. Studimet tregojnë se **ofrimi i fakteve ose përpjekja për të bindur prindërit mund të rrisë rezistencën**, edhe kur informacioni është i saktë.

Prindërit janë më të hapur kur marrin **informacion në kohë dhe relevant nga një profesionist të shëndetësor, të ofruara në një mënyrë empatike dhe jo-gjyquese**.

Ky udhëzues prezanton **Këshillimin Motivues** – një teknikë e shkurtër këshillimi dhe komunikimi e bazuar në evidencë që ndihmon në uljen e hezitimit ndaj vaksinimit dhe rritjen e pranueshmërisë së vaksinës, duke ulur njëkohësisht stresin për profesionistin shëndetësor.

## Çfarë është Këshillimi Motivues?

Këshillimi Motivues është një **qasje e përqendruar te pacienti** që i ndihmon prindërit të marrin vendime të informuara përmes:

- Dëgjimit përpara këshillimit
- Respektimit të besimeve ndërkohë që korrigjohen dezinformatat
- Mbështetja e prindërve për të reflektuar dhe vendosur vetë për vaksinimin

IM është një nga pak qasjet e vërtetuara që **rrit pranimin e vaksinave dhe redukton hezitimin**, dhe ajo mund të përdoret edhe në konsultime të shkurtra.

## Tri Parimet Themelore të Këshillimit Motivues

### 1. Partneritet dhe empati (pa gjykim)

Trajtojeni prindin si partner, jo si dikë që duhet t'i thuhet se çfarë të bëjë. Pranimi zvogëlon qëndrimin mbrojtës dhe ndërton besim, duke e bërë në fund të fundit punën tuaj më pak stresuese.

### 2. Angazhim me një qëllim të qartë

Përdorni një bisedë të strukturuar të përqendruar te qëllimi - duke mbështetur vendimmarrjen e informuar – por pa debatuar.

### 3. Përshtatja ndaj shqetësimeve reale të prindit

Identifikoni se çfarë e shqetëson vërtet prindin dhe përgjigjuni konkretisht, në vend që të jepni informacion të përgjithshëm.

## Aftësitë Themelore të Këshillimit Motivues – çfarë të bëni në praktikë

Aftësitë	Objektivat	Shembuj
Pyetje të hapura	Për të nxitur përgjigje dhe për të shmangur dyshimet	Pyetje të hapura: (“Çfarë kuptuat?” / “Çfarë mendoni?”) Pyetje të mbyllura: (“A e kuptuat?” / “A mendoni se është e rëndësishme?”)
Afirmim/Pohim	Të inkurajojë individin dhe të nxjerrë në pah pikat e tij të forta	“Shëndeti dhe siguria e fëmijëve tuaj janë të rëndësishme për ju.” “Ju dini shumë për këtë temë.”
Dëgjim / përmbledhje reflektive	Për të treguar mirëkuptim dhe për t'i lejuar individit që të shtojë hollësi apo të korrigojë atë që sapo ka thënë.	“Keni lexuar artikuj rreth lidhjes midis vaksinave dhe çrregullimeve të tilla si autizmi.” “Ajo që ka më shumë rëndësi për ju është që fëmija juaj të jetë sa më i shëndetshëm.”
Nxit-Ndaj-Nxit	<b>Si të ndani informacione/këshilla me respekt:</b>	
	NXIT = pyet çfarë di prindi dhe kërko leje për të plotësuar njohuritë e tyre	“Çfarë dini për ...?”
	NDAJ = jep informacionin/këshillën mbi temën	“Nëse jeni dakord, unë mund ta shtoj ...”
	NXIT = verifiko se çfarë ka kuptuar prindi/kujdestari dhe çfarë do të bëjë me këtë informacion	“A ka kuptim ky informacion i ri?”

### Pse kjo qasje funksionon me prindërit që hezitojnë të vaksinohen?

Kjo qasje funksionon sepse:

- Krijon një hapësirë të sigurt dhe pa gjykim për shprehjen e shqetësimeve
- Mundëson përgjigje të përshtatura ndaj shqetësimeve konkrete
- Forcon motivimin e brendshëm të prindërve për të vaksinuar fëmijët e tyre
- Mbështet një proces vendimmarrjeje më të menduar dhe më të qëndrueshëm

Këshillimi Motivues nuk i detyron prindërit të bien dakord; ajo i mbështet që të ecin përpara me ritmin e tyre

### Si mund të duket një bisedë me qasjen e Këshillimit Motivues?

Skenari më poshtë ilustron se si mund të zhvillohet një bisedë rreth vaksinimit duke përdorur një qasje tradicionale të bazuar në edukim krahasuar me një qasje të Këshillimit Motivues. Këshillimi Motivues është treguar të jetë më efektive në rritjen e pranimit të vaksinave sesa qasjet tradicionale të edukimit shëndetësor. OBSH-ja rekomandon integrimin e Këshillimit Motivues në trajnimin e profesionistëve shëndetësorë të cilë punojnë në vaksinim, dhe MSh e mbështet këtë rekomandim.

Qasje tradicionale e bazuar në edukim dhe këshillim	Qasja e Këshillimit Motivues
<p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Është e rëndësishme ta vaksinoni fëmijën tuaj. Nëse jo, ju po e vendosni atë në rrezik. A e dini që ende ka raste të fruthit në Kosovë? Kjo sëmundje është shumë e rrezikshme. Fëmija duhet t'i marrë të gjitha vaksinat e parapara, sepse ai tashmë është vonë sipas kalendarit. Mund ta vaksinoni tani, nëse dëshironi.</p> <p><b>Nëna:</b> Nuk po më duket shumë urgjente tani. Autizmi është më i keq se fruthi! Sapo pashë në Facebook që një fëmijë u diagnostikua me autizëm sapo u vaksinua. Vaksina shkakton më shumë probleme sesa që mbron. Për më tepër, është krejtësisht e paarsyeshme t'u jepen kaq shumë vaksina njëkohësisht!</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Studimet kanë treguar se nuk ka asnjë lidhje mes autizmit dhe vaksinës kundër fruthit. Vaksina është e sigurt, ju siguroj. Duhet të jeni e kujdesshme me informacionin që e hasni në internet. Dhënia e disa vaksinave në të njëjtën kohë është e sigurt. Duhet ta vaksinoni tani.</p> <p><b>Nëna:</b> Unë kam dëgjuar diçka tjetër, siç e thashë, dhe jo vetëm nga interneti. Kam lexuar shumë, dhe unë jam prindi i tij, mund të bëj çfarë të dua.</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Po, keni të drejtë, por po e vendosni fëmijën tuaj dhe fëmijë të tjerë që nuk mund të vaksinohen në rrezik. Rreziqet nga sëmundjet janë shumë më të larta sesa rreziqet nga vaksinat. Unë po marr këtë kohë për të biseduar me ju, sepse kjo është shumë e rëndësishme.</p> <p><b>Nëna:</b> Është e lehtë për ju! Po nëse i shkakton autizëm? Unë jam e shqetësuar për rrezikun e vaksinave, por ju nuk duket se po i merrni parasysh të gjitha gjërat sa i përket shëndetit të fëmijës tim.</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Sigurisht që jam! Dhe jam e shqetësuar edhe për faktin që ai mund të sëmuret nga sëmundje që mund të parandalohen me vaksina.</p> <p><b>Nëna:</b> Mendoj se nuk po e kuptojmë njëri-tjetrin. Të lëmë këtë për një ditë tjetër.</p>	<p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Çfarë mendoni për përparësitë e vaksinimit? (Pyetje e hapur)</p> <p><b>Nëna:</b> E di që vaksinat i mbrojnë fëmijët nga disa sëmundje që sot pothuajse nuk i shohim më. Fëmija im i ka marrë të gjitha vaksinat e para, por jam e shqetësuar se vaksina e fruthit mund të shkaktojë autizëm. Për vaksinat e tjera kam më pak dyshime, por gjithsesi po hezitoh.</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Siç thatë edhe ju, vaksinat i kanë reduktuar sëmundjet në një masë të tillë sa sot ato janë shumë më pak të shpeshta. Pikërisht për këtë arsye e keni vaksinuar fëmijën tuaj kur ishte foshnjë. Nëse ju kam kuptuar saktë, përveç vaksinës së fruthit, vaksinat e tjera ju duken të sigurta. (Përmbledhje; reflektim kompleks)</p> <p><b>Nëna:</b> Po, e di që është mirë të parandalohen këto infeksione. Por për fruthin kam ende dilema. Kam lexuar shumë artikuj. Shumë prindër janë të shqetësuar për lidhjen mes vaksinës së fruthit dhe autizmit.</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Pra, për ju është e rëndësishme ta mbron fëmijën nga sëmundjet kur vaksinat janë të sigurta, por jeni e shqetësuar nga ajo që keni dëgjuar për autizmin dhe vaksinën e fruthit. (Përmbledhje) Shoh që jeni informuar shumë dhe keni bërë kërkime për këtë temë. (Pohim/afirmim) Nëse jeni dakord, mund t'ju jap disa informacione shtesë nga studimet mbi autizmin dhe vaksinën e fruthit. (Nxitje)</p> <p><b>Nëna:</b> Po, patjetër! Dua ta di saktësisht si është e vërteta.</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Në fakt, keni të drejtë. Një studim kishte hedhur hipotezën për një lidhje mes vaksinës së fruthit dhe autizmit, por më vonë u vërtetua se ai studim ishte mashtrues dhe autori humbi licencën mjekësore. Të gjitha informacione që sot i dëgjojmë për vaksinën MMR dhe autizmin burojnë nga ky studim i vërtetuar si mashtrues. Më shumë se 500 studime të tjera në mbarë botën kanë treguar se nuk ka asnjë lidhje mes vaksinës dhe autizmit. Shkalla e autizmit është e njëjtë tek fëmijët e vaksinuar dhe ata të pavaksinuar. (Ndarje e informacionit) Çfarë mendoni për këtë? (Nxitje – hapi i fundit i Nxit-Ndaj-Nxit)</p> <p><b>Nëna:</b> Pra, nuk jam e çmendur që jam shqetësuar për këtë?</p> <p><b>Profesionisti shëndetësor:</b> Aspak. Duke u bazuar në atë studim që, siç e përmenda, më vonë u vlerësua si i pavërtetë, shqetësimi juaj është i kuptueshëm. (Afirmim) Por më pas, ky studim u kundërshtua nga kërkime serioze dhe sot e dimë se vaksinat nuk shkaktojnë autizëm.</p> <p><b>Nëna:</b> Faleminderit që morët kohë për t'i kuptuar shqetësimet e mia. Tani gjërat më duken pak më të qarta.</p>
<p><b>Çfarë ndodhi këtu?</b></p> <p>Punonjësi shëndetësor mori rolin e “ekspertit” dhe u përpoq ta bindte prindin duke e korrigjuar dhe duke dhënë argumente. Në vend që fillimisht të dëgjonte, ai u fokusua te t'i tregonte prindit se çfarë ishte e saktë. Edhe pse informacioni i dhënë ishte faktikisht i drejtë, kjo qasje shkaktoi rezistencë – prindi u ndje i shtyrë, u bë mbrojtës dhe filloi të kundërshtonte. Si rezultat, biseda u shndërrua në përballje në vend të bashkëpunimit, duke e bërë më të vështirë afrimin drejt pranimit të vaksinimit.</p>	<p><b>Çfarë ndodhi këtu?</b></p> <p>Këshillimi Motivues i ofroi nënës një hapësirë të sigurt dhe pa gjykim për të folur hapur për shqetësimet dhe ndjenjat e saj të përziera. Duke përdorur qasjen Nxit-Ndaj-Nxit, profesionisti shëndetësor fillimisht dëgjoi, më pas ndau informacion vetëm kur nëna ishte gati, dhe në fund verifikoi si e kuptoi atë informacion. Kjo e bëri informacionin të ndihjoi i përshtatshëm dhe respektues, duke e bërë nënën më të hapur për ta pranuar.</p>

## **Si t'i përdorni aftësitë e Këshillimit Motivues në konsultime të shkurta me prindër hezitues?**

### **1. Puzoni dëshirën për t'i bindur**

- ↘ Mos e filloni me korrigjime ose bindje. Rezistenca është një sinjal për të dëgjuar.

### **2. Bëni fillimisht një pyetje të hapur**

- ↘ “Çfarë ju shqetëson më shumë rreth kësaj vaksine?”

### **3. Reflektoni përpara se të përgjigjeni**

- ↘ Tregoni që e kuptuat përpara se të ndani informacion.
- ↘ “Ju jeni të shqetësuar për sigurinë, veçanërisht për efektet afatgjata.”

### **4. Afirmoni (vlerësoni) qëllimin e prindit**

- ↘ “Ju dëshironi të bëni më të mirën për fëmijën tuaj.”

### **5. Ndani informacionin me leje (shkurtimisht)**

- ↘ “A do të ishte në rregull nëse ndaj me ju atë që dimë rreth kësaj?”

### **6. Mbajeni informacionin e synuar dhe të shkurtër**

- ↘ Adresoni vetëm shqetësimin që ata ngritën, jo çdo gjë menjëherë.

### **7. Kontrolloni kuptueshmërinë, jo dakordësinë**

- ↘ “Si përshtatet kjo me atë që keni dëgjuar?”

### **8. Lini derën e hapur**

- ↘ Nëse prindi nuk është gati: “Mund të flasim më shumë për këtë herën tjetër.”