



Infofiche: Waarover kan je spreken wanneer je jongeren wil sensibiliseren om zich te laten vaccineren?

Inleiding

Indien u in het onderwijs, de gezondheids- of jeugdzorg werkt, dan krijgt u waarschijnlijk dagelijks te maken met heel wat vragen van jongeren over Covid-19 vaccinatie. Het is begrijpelijk dat jongeren heel wat vragen hebben over dit thema. Sommige jongeren twijfelen aan het nut van vaccinatie bij hun generatie. Bovendien komen jongeren vaker in contact met desinformatie, waardoor het voor hen extra uitdagend is om feiten en fabels te kunnen onderscheiden.

In deze infofiche vindt u een aantal kernboodschappen die u kunnen helpen wanneer u in gesprek gaat met jongeren tussen 12 en 24 jaar. Deze punten richten zich vooral op het nut van vaccinatie bij jongeren. Ook ontkrachten van desinformatie verdient bijzondere aandacht. Hiervoor vindt u onderaan enkele nuttige links die specifiek gericht zijn op dit thema.

Kernboodschappen

- **Leuke dingen doen, zonder gedoe of extra beperkingen** - Als we er samen in slagen om de vaccinatiegraad in Brussel te doen stijgen, dan zullen heel wat dingen veel gemakkelijker verlopen. Zonder gedoe naar de fitness, de sportclub of de bioscoop, normaal naar de les gaan, zonder vaste zitplaatsen of alternerende speeltijden, opnieuw op buitenlandse meerdaagse schooluitstap, vlot op reis gaan of gewoon zonder zorgen afspreken met grootouders en (kwetsbare) familieleden.
- **Bescherm kwetsbare mensen in je omgeving** - Door je te laten vaccineren bescherm je ook de kwetsbare mensen uit jouw familie en omgeving. Denk eraan dat ouderen en personen met gezondheidsproblemen sneller en ernstiger ziek kunnen worden wanneer ze besmet raken met het Covid-19 virus. Misschien ken je wel iemand die kampt met gezondheidsproblemen of lijdt aan een ernstige ziekte. Wanneer jij je zelf laat vaccineren, zorg je ervoor dat net zij beter beschermd zijn tegen Covid.
- **Long Covid voorkomen** - Wanneer je een Covid-infectie oploopt, dan is er een kans dat je long Covid krijgt. Dat is een speciale vorm van de ziekte, die zich voordoet bij ongeveer 10 tot 25% van alle infecties. Ook jonge mensen kunnen long Covid krijgen (volgens een recente Britse studie, tot 12%). Long Covid is een aanhouden van Covid 19-gerelateerde symptomen gedurende meer dan 6 weken, die kunnen verschillen van de aanvankelijke symptomen van de ziekte. In sommige gevallen kan dat tot 6 maanden aanhouden. Het kan gaan over symptomen zoals geur- of smaakverlies, verminderde fysieke conditie of cognitieve stoornissen (moeite met nadenken, concentratie, vergeetachtigheid). Dit kan gevolgen hebben voor de geestelijke gezondheid, maar ook voor het risico om op lange termijn andere ziekten te ontwikkelen. Gevaccineerde personen lopen minder kans besmet te worden en dus minder kans om long Covid te ontwikkelen, en kunnen ook long Covid voorkomen als ze alsnog besmet geraken.
- **Viruscirculatie afremmen** - Vaccinatie zorgt ervoor dat we het virus minder overdragen. Jonge mensen worden gelukkig minder snel ernstig ziek van het Covid-19 virus. Maar helaas kan

iedereen het wel overdragen aan anderen, of je nu ziek bent of niet. Een virus maakt namelijk geen onderscheid. Het wil zich zoveel mogelijk verspreiden. En hoe meer het zich kan verspreiden, hoe sterker het wordt. Zo blijft het ook steeds weer slachtoffers maken en ons dagelijks leven bepalen. Net daarom is viruscirculatie een ernstig probleem, voor iedereen en voor alle landen van de wereld.

- **Ongelijkheid tegengaan** - Een zo gelijk en uitgebreid mogelijke vaccinatiegraad verbetert de algemene gezondheid van de bevolking en gaat sociale en economische ongelijkheden tegen. Vaccinatie verbetert de collectieve gezondheid (dat is de gezondheid van de hele bevolking) en voorkomt de tragische gevolgen van een pandemie (waaronder sterfte door ziekte of de sociaal-psychologische gevolgen van opsluiting). Daarom is het een daad van solidariteit. Totdat de vaccinatiegraad in alle delen van de bevolking voldoende is, moeten we vaccinatie combineren met andere maatregelen (masker, afstand houden, ventilatie).
- **Toegang tot medische zorg verzekeren** - Wanneer er heel veel Covid-patiënten zijn, dan heeft dit een grote impact op onze gezondheidszorg. Ziekenhuizen kunnen vol geraken. Wanneer dat gebeurt, is er een probleem voor de hele samenleving. Want uiteraard is er niet alleen Covid om te genezen. Alle zieke mensen hebben recht op medische behandeling. En uitgestelde zorg maakt extra doden. Er werken bovendien duizenden mensen in de Belgische gezondheidszorg. Sinds het begin van de pandemie werken zij extra hard om alle zieke mensen zo goed mogelijk te verzorgen. Ze werken zelfs zo hard, dat sommigen het niet meer kunnen volhouden. Dat maakt het probleem alleen maar groter, want zo zijn er minder mensen om de zieken te verzorgen. Vaccinatie is dus ook belangrijk om ervoor te zorgen dat iedereen die het nodig heeft medische verzorging kan krijgen.
- **Immunitet door vaccinatie versus immunitet door infectie** - Wanneer je al besmet bent geweest met Covid-19, dan heb je een natuurlijke immunitet opgebouwd. Bij sommige ziektes kan je de bacterie of het virus ook effectief zijn werk laten doen. Zoals bij windpokken: veel mensen krijgen dat als kind en zijn er dan immuun voor. Maar bij corona is dat moeilijker. Het zou nog jaren duren om natuurlijke groepsimmunitet op te bouwen, er zouden nog veel mensen sterven en bovendien kunnen virusmutaties dit proces nog verlengen. En het gaat om een nieuw virus, waardoor we nog niet alles weten over de natuurlijke immunitet. Aan de andere kant weten we wel meer over immunitet door vaccinatie. Het lijkt stabiel in de tijd, minder beïnvloed door varianten en zeer effectief in de bescherming tegen ernstige vormen van de ziekte. Het is ook belangrijk te onthouden dat deze twee immuniteten hetzelfde mechanisme hebben en complementair zijn, zij versterken elkaar. Het immuunsysteem werkt niet volgens een "aan/uit" model, het is iets dat je traint. Elke training verhoogt de kwaliteit.

Nuttige links

- Een handige leermodule ontwikkeld om te helpen met een gesprek met vaccintwifelaars. Je kan ze in 15 tot 20 minuten doorlopen: <https://www.huisvoorgezondheid.be/nieuws/bruzel/hoegajaommetvaccinatietwifelaars/>
- Een korte video van prof.dr. Petra Schelstraete, gericht naar 12 tot 15-jarigen: <https://www.youtube.com/watch?v=TsXhsMLHqpg>
- <https://www.laatievaccineren.be/campagne-covid-19-vaccinatie>
- <https://coronavirus.brussels/>
- Inspiratiegids doelgroep jongeren (wordt regelmatig geüpdatet): <https://logobrugge-oostende.be/sites/default/files/domain%20editor/Melissa/Inspiratiegids%20jongeren%20Vlaams%2020072021.pdf>
- Om feiten en fictie te onderscheiden/fake news te ontcrachten: <https://www.gezondheidenwetenschap.be/> en <https://coronavirus.brussels/nl/faq-covid-2/covid-fake-news>
- Meertalig campagnemateriaal: <https://www.info-coronavirus.be/en/campagne/>

Enkele uitgelichte filmpjes

- Antwerpse jonge huisarts Drifa Al Marchohi “waarom ook jonge en gezonde mensen zich beter laten vaccineren”: [Ook jonge en gezonde mensen laten zich beter vaccineren - YouTube](#)
- Dr. Emmanuel André (in het Nederlands ondertiteld): [Vaccinatie Covid : Emmanuel André, microbioloog aan de KU Leuven - YouTube](#)
- Prof Schelstraete: [Waarom worden 12-15-jarigen nu pas gevaccineerd? En is het Pfizer-vaccin daarbij veilig? - YouTube](#)
- Prof. Petra Schelstraete, gericht naar 12 tot 15-jarigen: [Wat zijn de mogelijke bijwerkingen van COVID-19-vaccinatie bij 12-15-jarigen? - YouTube](#)
- Prof. Petra Schelstraete, gericht naar 12 tot 15-jarigen: [Hoe veilig is het Pfizer-vaccin voor 12-15-jarigen en hoe gebeurt dat in andere landen? - YouTube](#)
- Gericht op jongeren: [Pfizer-vaccin Unboxing video: Wat is een mRNA-vaccin? - YouTube](#)
- [AstraZeneca-vaccin Unboxing Video: Krijg je bloedklonters van vaccins? - YouTube](#)
- Over het belang van toegang tot gezondheidszorg, ook voor jongeren : <https://www.hln.be/binnenland/thibo-20-zag-zijn-levertransplantatie-uitgesteld-hierdoor-kreeg-ik-meerdere-complicaties-van-mijn-ziekte~aba444bf/>

Meer videomateriaal

- Het [YouTube kanaal van coronavirus.brussels](#)
- Het [YouTube kanaal van WatWat](#)
- Het [YouTube kanaal van het Agentschap Zog en Gezondheid](#)
- Het [YouTube kanaal van l'Agence pour une Vie de Qualité](#)