



## ARABIC – FLU VACCINE INFORMATION FOR PEOPLE AT RISK

### لقاح الأنفلونزا

### معلومات للأشخاص المعرضين للخطر

2023-2022

#### حول هذه النشرة

تحتوي هذه النشرة على معلومات بخصوص لقاح الأنفلونزا الموسمية. وهي تركز على تحديد من الذي ينبغي تطعيمهم باللقاح ومتى وكيف يتم تطعيمهم به بالإضافة إلى معلومات أخرى مفيدة.

نرجو منكم قراءة هذه النشرة بعناية.

#### ما هي الأنفلونزا الموسمية؟

الأنفلونزا هي مرض معد جدا ناتج عن الإصابة بفيروس الأنفلونزا. يصيب الفيروس الشعب الهوائية والرئتين.

وينتشر مرض الأنفلونزا في المجتمع خلال موسم الأنفلونزا. يبدأ موسم الأنفلونزا من بداية أكتوبر ويستمر حتى نهاية إبريل.

#### هل يمكن للأنفلونزا أن تسبب مرضاً خطيراً؟

نعم، يمكن أن تسبب الأنفلونزا مرضاً خطيراً ومضاعفات تهدد حياة المرضى، من ضمنها الالتهاب الرئوي والتهاب الشعب الهوائية، وفي بعض الحالات النادرة يحدث التهاب في خلايا المخ (التهاب الدماغ).

يمكن أن تؤدي الأنفلونزا أيضاً إلى تفاقم المشكلات الصحية المزمنة.

بعض الأشخاص يكون أكثر عرضة لخطر هذه المضاعفات الخطيرة، بما في ذلك الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 سنة أو أكثر، والنساء الحوامل، والأشخاص الذين يعانون من ظروف صحية أخرى كمرض السكري وأمراض الرئة المزمنة.

#### ما هو الفرق بين نزلة البرد و الأنفلونزا؟

عادةً ما تبدأ نزلة البرد تدريجياً بالتهاب الحلق مصحوباً بزكام أو رشح وعادةً ما تكون أعراضها خفيفة. أما أعراض الأنفلونزا فتبدأ بشكل مفاجئ بحمى وآلام في العضلات وصداع وإعياء شديد (إجهاد). وقد يكون من الصعب التفريق بين أعراض الأنفلونزا وأعراض الإصابة بفيروس كوفيد 19.



## ARABIC – FLU VACCINE INFORMATION FOR PEOPLE AT RISK

### ما هو لقاح الأنفلونزا؟

اللقاح هو منتج يساعد الجهاز المناعي للجسم (جهاز المناعة) في محاربة عدوى الأمراض. كل عام تتغير فيروسات الأنفلونزا، لذلك فإن لقاحات الأنفلونزا تتغير هي أيضًا كل عام لتوفر الحماية من السلالات الجديدة المتوقعة من فيروس الأنفلونزا.

### كيف يعمل لقاح الأنفلونزا؟

يساعد لقاح الأنفلونزا نظام المناعة الخاص بك على إنتاج أجسام مضادة (بروتينات لمواجهة العدوى). إذا تعرضت لفيروس الأنفلونزا بعد تطعيمك بلقاح الأنفلونزا، يستطيع اللقاح منع إصابتك بالمرض.

### من الذي يجب تطعيمه بلقاح الأنفلونزا

نوصي بإعطاء لقاح الأنفلونزا للفئات التالية:

- الأشخاص ابتداءً من سن 65 سنة فما فوق
- الأطفال من عمر سنتين إلى 2 إلى 17 سنة (يُرجى قراءة نشرة إدارة الصحة والسلامة HSE الخاصة بلقاح الأنفلونزا للأطفال)
- النساء الحوامل (يُرجى قراءة نشرة إدارة الصحة والسلامة HSE الخاصة بلقاح الأنفلونزا للنساء الحوامل)
- الأشخاص (البالغون والأطفال) الذين لديهم ظروف صحية مزمنة، مثل مرض السكري، وأمراض القلب المزمنة وأمراض الكبد والكلى وأمراض الرئة المزمنة، بما في ذلك الانسداد الرئوي المزمن أو أمراض الجهاز العصبي
- الأشخاص المصابون بالسرطان
- الأشخاص الذين يتلقون علاجًا طويل الأمد بالأسبيرين
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف جهاز المناعة نتيجةً لمرض أو علاج ما
- الأشخاص الذين يعانون من السمنة المفرطة، والذين يزيد مؤشر كتلة جسمهم (BMI) على 40
- الأشخاص المصابون بمتلازمة داون
- المقيمون في دور التمريض وغيرها من منشآت الإقامة الطويلة
- العاملون في الرعاية الصحية
- القائمون بالرعاية
- الأشخاص المتواجدون في منزل واحد مع شخص معرض لخطر الإصابة بالأنفلونزا بسبب حالته الصحية
- الأشخاص المعرضون باستمرار لملامسة الطيور البرية أو الطيور المائية أو الخنازير.

### ما هي لقاحات الأنفلونزا المتاحة لموسم الأنفلونزا الحالي؟



## ARABIC – FLU VACCINE INFORMATION FOR PEOPLE AT RISK

سيقدم برنامج التطعيم ضد الإنفلونزا الموسمية HSE 2023/2022 ثلاثة لقاحات:

- لقاح الإنفلونزا الرباعي (جسيم فيروسي منقسم، غير نشط) من إنتاج شركة سانوفي باستور للأشخاص الذين يعانون من حالات مرضية طويلة الأمد ومن يبلغون من العمر 65 عاماً فما فوق
- لقاح إنفلوفاك تترا Influvac Tetra، من إنتاج شركة مايلان للأشخاص الذين يعانون من حالات مرضية طويلة الأمد ومن يبلغون من العمر 65 عاماً فما فوق
- لقاح الأنفلونزا فلونز تيترا Fluenz Tetra على شكل رذاذ أنف معلق (لقاح حيّ موهّن، أنفي) من إنتاج شركة أسترازينيكا AB للأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 2 إلى 17 عاماً

**لم يحتاج الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عاماً فأكثر الحصول على لقاح الأنفلونزا؟**

الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عاماً فأكثر عرضة للإصابة بأمراض خطيرة أو دخول المستشفى أو الوفاة بسبب الأنفلونزا. لقاح الأنفلونزا هو أفضل حماية من الأنفلونزا.

**لماذا تحتاج المرأة الحامل للقاح الأنفلونزا؟**

إذا كنت حاملاً فأنت أكثر عرضة للإصابة بمضاعفات الأنفلونزا. ويمكن للأنفلونزا أن تؤثر أيضاً على جسمك، على سبيل المثال يمكن أن تسبب الأنفلونزا الإجهاض والولادة المبكرة بل وموت الجنين.

يعمل لقاح الأنفلونزا على حماية النساء الحوامل وأيضاً على حماية المولود في شهوره الأولى.

إذا كنتِ حاملاً فاقري نشرة HSE الخاصة بالأنفلونزا للمرأة الحامل.

**إلى أي مدى يعتبر لقاح الأنفلونزا آمناً؟**

لقاح الأنفلونزا آمن جداً. لقد تم تطعيم ملايين الأشخاص في جميع أنحاء العالم بلقاحات الأنفلونزا على مدار أكثر من 60 سنة.

**ما هي الآثار الجانبية للقاح؟**

الأعراض الجانبية الشائعة خفيفة. بعد التطعيم بلقاح الأنفلونزا قد تظهر عليك بعض الأعراض الجانبية، مثل الشعور بالألم والاحمرار والتورم في موضع حقن اللقاح.

ويمكن أن يحدث أيضاً صداع وآلام في العضلات وشعور بالإعياء. قد تستمر هذه الأعراض لعدة أيام قليلة. تعتبر أعراض الحساسية الشديدة نادرة الحدوث، تحدث أعراض الحساسية الشديدة بنسبة واحد لكل مليون شخص.



## ARABIC – FLU VACCINE INFORMATION FOR PEOPLE AT RISK

هل يمكن للقاح الأنفلونزا أن يتسبب في الإصابة بالأنفلونزا؟  
لا. لا يمكن أن ينقل لك لقاح الأنفلونزا مرض الأنفلونزا.

لماذا أحتاج إلى لقاح الأنفلونزا كل عام؟

كل عام تتغير فيروسات الأنفلونزا المنتشرة، لذلك فإن تركيبة لقاحات الأنفلونزا تتغير هي أيضاً كل عام لتوفر الحماية من السلالات الجديدة المتوقعة من فيروس الأنفلونزا. يحمي لقاح الأنفلونزا من 4 سلالات منتشرة من فيروس الأنفلونزا.

ما المدة التي يحتاجها اللقاح حتى يبدأ تأثيره؟  
يبدأ مفعول اللقاح خلال أسبوعين.

هل يحميني لقاح الأنفلونزا من فيروس كوفيد 19؟

لا. لقاح الأنفلونزا لا يحمي من فيروس كوفيد 19. من المهم أخذ لقاح الأنفلونزا ولقاح كوفيد 19 معاً. وذلك لأن الأنفلونزا وكوفيد 19 يسببهما فيروسان مختلفان.

بإمكان الإنفلونزا وكوفيد 19 أن يسببا إعياء شديداً، وإذا تعرضت للإصابة بهما، فقد تحتاج إلى دخول المستشفى. قد يكون من الصعب التفريق بين أعراض الأنفلونزا وأعراض الإصابة بفيروس كوفيد 19.

وفي حالة حصولك على لقاح كوفيد 19، فلا يزال يتعين عليك الحصول على لقاح الإنفلونزا. يمكنك الحصول على لقاح كوفيد 19 في نفس توقيت حصولك على لقاح الأنفلونزا إذا قدم إليك.

من الذي ينبغي عدم تطعيمه بلقاح الأنفلونزا؟

ينبغي عليك عدم التطعيم بلقاح الأنفلونزا إذا ظهرت عليك أعراض حساسية شديدة (حساسية مفرطة) لجرعة سابقة من لقاح الأنفلونزا أو لأي من مكوناته.

ينبغي عليك عدم التطعيم بلقاح الأنفلونزا إذا كنت تتناول دواءين مما يسمى بالمثبطات الحاجزة (على سبيل المثال دواء إبيليموماب مع دواء نيفولوماب) واللذين يستخدمان لعلاج السرطان.

يجب ألا تتلقى أي لقاح ضد الإنفلونزا إذا كنت تعاني من مرض نقص العدلات الحاد (مستويات منخفضة من أحد أنواع خلايا الدم البيضاء)، باستثناء أولئك الذين يعانون من نقص العدلات المناعي الذاتي الأولي.

وماذا عن الأشخاص الذين لديهم حساسية من البيض؟



## ARABIC – FLU VACCINE INFORMATION FOR PEOPLE AT RISK

يمكن لمعظم الأشخاص المصابين بحساسية البيض الحصول على لقاح الإنفلونزا. تحدث مع طبيبك (الممارس العام) أو مع الصيدلي.

### متى يجب أن تؤجل التطعيم بلقاح الأنفلونزا؟

هناك أسباب قليلة للغاية تستدعي تأجيل التطعيم بلقاح الأنفلونزا.

قد تضطر إلى تأجيل التطعيم بلقاح الأنفلونزا إذا كنت مريضًا – ودرجة حرارتك أكثر من 38°م – إلى أن تتحسن.

### أين يمكنني أخذ لقاح الأنفلونزا إذا لم أكن ضمن الفئات الموصى لها باللقاح؟

يمكن لطبيبك (الممارس العام) أو الصيدلي إعطاءك لقاح الأنفلونزا. إذا كنت تعمل بقطاع الرعاية الصحية، ينبغي أن يوفر لك مكان عملك اللقاح.

### ما هي تكلفة لقاح الأنفلونزا؟

إذا كنت من الفئات الموصى لها بلقاح الأنفلونزا، فإن اللقاح واستشارة طبيبك (الممارس العام) أو الصيدلي يقدمان لك مجانًا.

من فضلك احجز موعدًا مع طبيبك (الممارس العام) أو الصيدلي الآن.

### نصيحة: لقاح المكورات الرئوية

إذا كان عمرك 65 سنة أو أكثر أو لديك ظروف صحية مزمنة، فإنه يتعين عليك أن تسأل طبيبك (الممارس العام) أو الصيدلي عن لقاح المكورات الرئوية الذي يحمي من الإصابة بعدوى مرض الالتهاب الرئوي. في المعتاد لا تحتاج لأخذ لقاح المكورات الرئوية إلا مرة واحدة. يمكن إعطاءك هذا اللقاح في نفس اليوم مع لقاح الأنفلونزا.

لمعرفة المزيد من المعلومات انظر: [www.hse.ie/flu](http://www.hse.ie/flu)

يمكنك أيضًا العثور على رابط لنشرة معلومات المرضى بخصوص اللقاح على [www.hpra.ie](http://www.hpra.ie). ابحث عن لقاح

الإنفلونزا الرباعي أو إنفلوفاك تترا Influvac Tetra.

المكتب القومي للصحة والسلامة [www.hse.ie/flu](http://www.hse.ie/flu)

كود الطلب: HNI00719

أغسطس 2022