

لقاح الأنفلونزا  
معلومات للنساء الحوامل

نصائح للصحة العامة

لقاح الأنفلونزا

احم نفسك.

واحم الآخرين.

# معلومات للنساء الحوامل 2021-2020

## حول هذه النشرة

تحتوي هذه النشرة على معلومات بخصوص لقاح الأنفلونزا الموسمية. وتخبرك بأهمية التطعيم بلقاح الأنفلونزا إذا كنتِ حاملاً. كما تعطيك هذه النشرة نصائح ومعلومات مهمة مثل موعد أخذ اللقاح وكيفية التطعيم به. 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 يهدد حياة المرأة الحامل. تتضمن أعراض الأنفلونزا الالتهاب الرئوي والتهاب الشعب الهوائية وفي بعض الحالات النادرة يحدث التهاب في خلايا المخ (التهاب الدماغ). تزيد عدوى الأنفلونزا أثناء الحمل من خطر حدوث إجهاض وولادة مبكرة بل وموت الجنين.

## لماذا أحتاج إلى التطعيم بلقاح الأنفلونزا إذا كنت حاملاً أثناء موسم الأنفلونزا؟

إذا كنتِ حاملاً، فأنت أكثر عرضة لخطر الإصابة بمضاعفات شديدة إذا أصبت بالأنفلونزا. يحميك لقاح الأنفلونزا من الإصابة بالأنفلونزا أثناء فترة الحمل، كما سيوفر الحماية لمولودك في الشهور الأولى بعد ولادته. الأطفال الأقل من ستة أشهر هم الأطفال الأكثر عرضة للدخول إلى المستشفى في حالة إصابتهم بالأنفلونزا.

## 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 أيضاً كل عام لتوفر الحماية من السلالات الجديدة المتوقعة من فيروس الأنفلونزا.

## في أي مرحلة من الحمل ينبغي على التطعيم بلقاح الأنفلونزا؟

إذا كنتِ حاملاً أثناء موسم الأنفلونزا، فيجب عليك أخذ لقاح الأنفلونزا. يمكن إعطاء لقاح الأنفلونزا في أي مرحلة من الحمل، ولكن كلما أسرعتِ كان ذلك أفضل.

## لقد كنتِ حاملاً في نهاية موسم الأنفلونزا الماضي وأخذتِ لقاح الأنفلونزا. وأنا مازلتِ حاملاً، هل ينبغي علي أخذ لقاح الأنفلونزا الآن؟

نعم. لقاح الأنفلونزا الخاص بموسم الأنفلونزا هذا مختلف عن لقاح الموسم الماضي، وهذا اللقاح سوف يعطيكِ الآن مناعة (حماية) من سلالات (أنواع) الأنفلونزا المتوقعة لموسم الأنفلونزا هذا.

## كيف يعمل لقاح الأنفلونزا؟

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

## ما المدة التي يحتاجها اللقاح حتى يبدأ تأثيره؟

يبدأ مفعول اللقاح خلال أسبوعين.

## هل التطعيم آمن بالنسبة لي؟

نعم. يعتبر اللقاح آمناً للنساء الحوامل. لقد تم إعطاء لقاحات الأنفلونزا للنساء الحوامل على مدار أكثر من 50 سنة.

## وماذا عن الأشخاص الذين لديهم حساسية من البيض؟

إذا كانت لديك حساسية من البيض، يمكن تطعيمك بلقاح الأنفلونزا. تحدث مع طبيبك (الممارس العام) أو مع الصيدلي.

## 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 باللقاح إذا كنت تتناولين دواءين مما يسمى بالمثبطات الحاجزة (على سبيل المثال دواء إبيليموماب مع دواء نيفولوماب) واللذين يستخدمان لعلاج السرطان.

## متى يجب أن تؤجلي التطعيم بلقاح الأنفلونزا؟

هناك أسباب قليلة للغاية لتستدعي تأجيل التطعيم بلقاح الأنفلونزا. ولكن ينبغي عليك إعادة تحديد موعد للتطعيم إذا كنت مصابة بحمى (ارتفاع درجة الحرارة) أكثر من 38°م.

تحدثي مع طبيبك (الممارس العام) أو مع الصيدلي حول أفضل وقت يمكن اختياره كموعِد جديد.

## هل يمكن لللقاح الأنفلونزا أن يتسبب في الإصابة بالأنفلونزا؟

لا. لا يمكن أن ينقل لك لقاح الأنفلونزا مرض الأنفلونزا.

## ما هي الآثار الجانبية للقاح؟

الآثار الجانبية الشائعة خفيفة. يمكن أن تشمل 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.

## ماذا لو شعرت بعدم الارتياح بعد أخذ اللقاح؟

إذا ارتفعت درجة حرارتك بعد التطعيم فتناولي عقار باراسيتامول. فهو آمن أثناء الحمل، ويساعدك وطفلك على تجنب الحمى.

لا تتناولي الإيبوبروفين أو الأسبرين إلا إذا نصحك الطبيب بذلك.

**تذكري:** إذا شعرت بعدم ارتياح بعد أخذ اللقاح، فقد يكون ذلك لسبب آخر. لا تفترضى أن ذلك بسبب اللقاح.

إذا كانت حرارتك مرتفعة، ابقِي في المنزل واتصلي بطبيبك (الممارس العام) لأخذ المشورة الطبية.

## أين يمكنني التطعيم بلقاح الأنفلونزا؟

يمكن لطبيبك (الممارس العام) أو الصيدلي إعطاءك لقاح الأنفلونزا.

إذا كنت تعمل بقطاع الرعاية الصحية ينبغي أن يوفر لك قسم الصحة المهنية بعملك اللقاح.

## ما هي تكلفة لقاح الأنفلونزا؟

اللقاح واستشارة طبيبك (الممارس العام) أو الصيدلي يقدمان لك مجاناً.

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

## هل زيارة الطبيب (الممارس العام) أو الصيدلي لأخذ لقاح الأنفلونزا تُعد آمنة في ظل وجود جائحة كوفيد 19؟

نعم. الأطباء والصيدلة يتبعون تعليمات إدارة الصحة والسلامة HSE الخاصة بفيروس كوفيد 19 لمنع العدوى والحفاظ على سلامتكم أثناء زيارتهم.

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  
Quadrivalent Influenza Vaccine (split virion, inactivated) أو امسح كود QR ضوئيًا لقراءة نشرة  
معلومات المريض ذات الصلة.

المكتب الوطني للتطعيم

كود الطلب:

سبتمبر 2020