

# الإنفلونزا أكثر خطورة مما تعتقد

ما هو أفضل وقت لاخذ اللقاح ضد الإنفلونزا؟  
سيكون لقاح الإنفلونزا متاحاً في أوائل شهر أكتوبر تقريباً. فإذا كنت حاملاً فيجب أن تحصلي على التحصين قريباً حتى تتم حمايتك أنت وطفلك. إذا أصبحت حاملاً في وقت لاحق من الشتاء، فيجب أن تحصلي على اللقاح بمجرد معرفتك أنك حامل.

لقد تلقيت لقاحاً في الماضي، هل ما زلت بحاجة لهذا اللقاح؟  
نعم. إذا كنت قد تلقيت لقاح الإنفلونزا في الماضي، فلا يزال عليك الحصول على لقاح الإنفلونزا. تستغرق الحماية التي يوفرها لقاح الإنفلونزا الموسم إنفلونزا واحد فقط، لذلك من المهم الحصول على اللقاح في كل موسم للإنفلونزا. اللقاح المتوفر هذا الخريف يحميك من سلالات مختلفة من الأنفلونزا، لذلك حتى لو تم تحصينك في أواخر مارس 2020، فلا تزالين بحاجة إلى اللقاح الجديد.

## كيف أحصل على اللقاح؟

اتصلي بعيادة طبيبك العام وباستطاعة موظفو الاستقبال إخبارك بترتيبات التحصين ضد الإنفلونزا في عيادة الطبيب العام الخاص بك.

## ملخص

- سيساعد لقاح الإنفلونزا على حمايتك أنت وطفلك من تأثير الإنفلونزا.
- يمكن أن تسبب الإنفلونزا مضاعفات خطيرة على النساء الحوامل وأطفالهن.
- ثبت أن اللقاح آمن جداً للحوامل.
- لقاح الأنفلونزا لا يصيبك بالأنفلونزا.

إذا كنت ترغبين في مناقشة هذا الأمر الرجاء التحدث الى الموظف في عيادة ما قبل الولادة أو مع طبيبك العام.

ولمزيد من المعلومات حول لقاح الإنفلونزا، تحدث إلى طبيبك العام، أو ممرضة عيادة الطبيب العام، أو الممرضة الإقليمية أو الصيدلي، أو قم بزيارة المواقع التالية:

[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

[www.pha.site/flu](http://www.pha.site/flu)

[www.nidirect.gov.uk/stay-well](http://www.nidirect.gov.uk/stay-well)

تتوفر الترجمة في اللغات الإقليمية ولغات الأقليات العرقية. لمزيد من التفاصيل قم بزيارة الموقع الإلكتروني

[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)



[www.nidirect.gov.uk/stay-well](http://www.nidirect.gov.uk/stay-well)

**HSC** Public Health Agency

**Public Health Agency**  
12-22 Linenhall Street, Belfast BT2 8BS.  
Tel: 0300 555 0114 (local rate).  
[www.publichealth.hscni.net](http://www.publichealth.hscni.net)

Find us on:





### هل اللقاح آمن لطفلي؟

نعم. لقاح الإنفلونزا مُرخص للاستخدام أثناء الحمل من قبل وكالة الأدوية الأوروبية. هناك الكثير من الأدلة تشير إلى أن لقاحات الإنفلونزا آمنة لك ولطفلك حديث الولادة.

منذ عام 2009، قدمت المملكة المتحدة وعدد كبير من البلدان الأخرى برامج روتينية لتحسين الإنفلونزا للنساء الحوامل. لقد تلقت الملايين من النساء الحوامل لقاح الإنفلونزا الموسمية وتم مراقبة سلامتهن بعناية. ثبت أن هذا اللقاح آمن لك ولطفلك الذي في الرحم.

### هل يوجد من لا يجب تحصينه؟

لا يزال من الممكن إعطاء معظم الأشخاص الذين يعانون من حساسية خطيرة من البيض لقاح الإنفلونزا ولكن عليك مناقشة هذا الأمر مع أي حساسية خطيرة أخرى مع ممرضتك أو طبيبك.

لا ينبغي إعطاء لقاح الإنفلونزا لأولئك الذين أصيبوا برد فعل تحسسي لقاح الإنفلونزا في السابق.

### هل يسبب اللقاح أي آثار جانبية للحامل؟

لقاحات الإنفلونزا آمنة جدًا. لا توجد أي آثار جانبية محددة أثناء الحمل. يمكن أن تعاني النساء الحوامل من نفس الآثار الجانبية البسيطة مثل أي شخص آخر. وقد يصاب ببعض الألم في مكان حقن اللقاح. في كثير من الأحيان، يصاب بعض الناس بارتفاع طفيف في درجة الحرارة وألم في العضلات لبضعة أيام بعد التحصين. ردود الفعل الأخرى نادرة جدًا.

لا يمكن لقاح الإنفلونزا أن يصيبك بالإنفلونزا.

### كيف يعمل اللقاح؟

بعد مرور حوالي 10 أيام من حصولك على لقاح الإنفلونزا، يصنع جسمك أجسامًا مضادة لفيروسات اللقاح. تساعد هذه الأجسام المضادة على حمايتك من أي فيروسات مشابهة تتعرضين لها بعد ذلك.

### ما مدى فعالية ذلك؟

تحمي تحصينات الإنفلونزا فقط من الأنفلونزا. إذ أنه يوجد العديد من الفيروسات الأخرى في كل شتاء وتسبب أعراضاً شبيهة لأعراض الأنفلونزا، ولكنها عادة ما لا تكون خطيرة مثل الإنفلونزا. وقد يصاب عدد قليل من الأشخاص بالأنفلونزا حتى لو تم تطعيمهم، لكن من المحتمل أن يكون أقل تأثيراً مما لو لم يتم تحصينهم.

### لماذا من المهم حماية نفسك وطفلك من خلال الحصول على لقاح الإنفلونزا

الإنفلونزا فيروس شديد العدوى يظهر كل عام، عادة في الشتاء. وتشمل الأعراض الحمى والقشعريرة والصداع وآلام العضلات والتهاب الحلق. فعلى الرغم من أنه مرض خفيف بالنسبة لمعظم الناس، إلا أنه يمكن أن يكون خطيرًا للغاية بالنسبة للبعض ويمكن أن يؤدي إلى الالتهاب الرئوي والإدخال إلى المستشفى وحتى الوفاة ولو أنه نادر الحدوث. وتشير الدراسات الأولية إلى وجود خطر متزايد لحدوث المضاعفات والوفاة، بالنسبة لبعض الأشخاص المصابين بفيروس كوفيد 19 وفيروس الإنفلونزا لذلك من المهم أكثر من أي وقت مضى الحصول على اللقاح.

تشير التجربة في المملكة المتحدة ودول أخرى إلى أن النساء الحوامل أكثر عرضة للإصابة بمضاعفات خطيرة، ويتم إدخالهن إلى المستشفى أو، في حالات نادرة، الدخول إلى العناية المركزة وحتى الوفاة نتيجة الإنفلونزا مقارنة بالنساء غير الحوامل.

ويمكن أن تؤدي الإنفلونزا أثناء الحمل أيضًا إلى زيادة خطر حدوث الإجهاض أو الولادة المبكرة أو إنجاب طفل منخفض الوزن.

إن تلقي لقاح الإنفلونزا أثناء الحمل يحميك أنت وطفلك من الإصابة بالأنفلونزا. الأطفال الصغار هم أكثر عرضة للإصابة بالمرض بسبب جهازهم المناعي (المقاومة) الذي لم يتم اكتمال نماءه بشكل كامل وعمرهم أصغر من أن يتم إعطاؤهم لقاح الأنفلونزا. ستستمرين في الحصول على الحماية طوال موسم الإنفلونزا، وبالتالي تقل احتمالية نقل الإنفلونزا إلى طفلك حديث الولادة.

يمكن أن يحميك لقاح الإنفلونزا أنت وطفلك الذي لم يولد بعد من تأثير الإنفلونزا.