|  |  |
| --- | --- |
| Translation | English |
| اللقاح أو التطعيم للوقاية من الإصابة بفيروس الكورونا (داء كوفيد 19) | COVID-19 vaccine |
| دليل حول الحصول على جرعة اللقاح الداعمة في فصل الخريف للوقاية من الإصابة بكوفيد 19 | **A guide to the COVID-19 autumn booster** |
| سيُعرَض على الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم 50 عاماً وما فوق، والأشخاص الذين يقيمون في منازل رعاية كبار السن، والأشخاص الذين تتراوح أعمارهم خمس سنوات وما فوق المُصَنَفين ضمن المجموعة المعرضة للإصابة بالمخاطر الصحية، وموظفيّ القطاع الصحي والعمل الاجتماعي ممن هم على تماس مباشر مع الآخرين، الحصولَ على جرعة اللقاح الداعمة في فصل الخريف للوقاية من الإصابة بكوفيد 19 | People aged 50 years and older, residents in care homes for older people, those aged 5 years and over in a clinical risk group and frontline health and social care staff will be offered a booster of coronavirus (COVID-19) vaccine this autumn. |
| من هم الأشخاص الذين سيعرض عليهم الحصول على جرعة اللقاح الداعمة في فصل الخريف؟ تعتبر الإصابة بفيروس الكورونا (كوفيد 19) من الأمراض شديدة الخطورة عندما يصاب بها المسنون والأشخاصُ الذين يعانون من مشاكل صحية كامنة. ومن المتوقع أن ينتشر في فصل الشتاء القادم العديدُ من الأمراض المتعلقة بالجهاز التنفسي، بما في ذلك الإصابة بفيروس الكورونا أو كوفيد 19 والإنفلونزا ضمن مستويات عالية ما قد يزيد الضغط على المستشفيات وخدمات الرعاية الصحية الأخرى. ولهذه الأسباب، فلقد عُرِض على الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم 50 عاماً وما فوق، والأشخاص الذين يقيمون في منازل رعاية كبار السن، والأشخاص الذين تتراوح أعمارهم خمس سنوات وما فوق المُصَنَفين ضمن المجموعة المعرضة للإصابة بالمخاطر الصحية الحصول على جرعة اللقاح الداعمة في فصل الخريف للوقاية من الإصابة بكوفيد 19. ولقد عُرِضَ اللقاح الداعم أيضاً على الموظفين العاملين في تقديم الخدمات الصحية على نحو مباشر للمرضى وكذلك الموظفين العاملين في الرعاية الاجتماعية القائمين على تقديم الرعاية الى الأشخاص الهشين وعائلاتهم والأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي. | **Who is being offered an autumn booster?** COVID-19 is more serious in older people and in people with certain underlying health conditions. This winter it is expected that many respiratory infections, including COVID-19 and flu may be circulating at high levels – this may put increasing pressure on hospitals and other health care services. For these reasons, people aged 50 years and over, those in care homes, and those aged 5 years and over in clinical risk groups are being offered an autumn booster of COVID-19 vaccine. A booster will also be offered to front-line health and social care staff, those who care for vulnerable individuals and families of individuals with weakened immune systems. |
| ولقد عُرِضت جرعة الخريف الداعمة على الأشخاص المعرضين لخطر الإصابة من المضاعفات الناجمة عن كوفيد 19، والذين لم يحصلوا على الجرعة الداعمة لعدة شهور،. ونظراً لاحتمالية ارتفاع عدد الإصابات بمرض كوفيد 19 خلال فصل الشتاء، فسيساعد الحصول على جرعة الخريف الداعمة في تقليل خطورة إمكانية ذهاب الأشخاص المصابين بكوفيد ذ9 الى المستشفيات للحصول على العلاج. | The autumn booster is being offered to those at high risk of the complications of COVID-19 infection, who may have not been boosted for a few months. As the number of COVID-19 infections is likely to increase over the winter, this booster should help to reduce your risk of being admitted to hospital with COVID-19. |
| ويمكن أن توفر جرعةُ الخريف الداعمة بعضَ الحماية اللازمة من الإصابة بمرض "أوميكرون" Omicron ولكن من الممكن ألا تستمر هذه الحماية لفترة طويلة. | The booster may also provide some protection against milder Omicron infection but such protection does not last for long. |
| وقت الحصول على جرعة الخريف الداعمة سيتم توفير اللقاحات خلال الفترة الواقعة ما بين شهر سبتمبر و شهر ديسمبر ، وسيتم إعطاء اللقاح في بادئ الأمر للأشخاص المعرضين لخطر الإصابة بهذا الفيروس على نحو كبير. ويتوجب عليك الحصول على جرعة الخريف الداعمة بعد مرور 3 أشهر على الأقل من حصولك على أخر جرعة لقاح للوقاية من الإصابة بهذا المرض.  إذا كنت مؤهلاً للحصول على لقاح الإنفلونزا، فقد تتمكن من الحصول على كلا اللقاحين في نفس الوقت، وإذا تعذر القيام بذلك، فيرجى منك الاستمرار بالحصول على اللقاح اللازم ثم ضمان حصولك على اللقاح الآخر عند حلول الموعد لذلك. | **Timing of the autumn booster** Vaccination will be available between September and December, and those at highest risk will be vaccinated first. You should have your autumn booster at least 3 months after your last dose of vaccine.  If you are eligible for a flu vaccine, you may be able to have them at the same time – if not please go ahead anyway, you can catch up with the other vaccine later. |
| أي لقاح سيتم عرضه عليك؟ سيتم إعطاؤك جرعة اللقاح الداعمة من نوع فايزر Pfizerأو موديرنا Moderna. وقد يُعرَض عليك الحصول على جرعة اللقاح الحديثة المؤلفة من مزيج من اللقاحين الداعمين، ويمكن أن يشتمل مزيجُ اللقاح على ما يلي:   * نصف جرعة من اللقاح الأصلي ممزوجاً مع * نصف جرعة من اللقاح المخصصة للوقاية من الإصابة بأحد أشكال مرض أوميكرون   ويساعد كلا اللقاحين الأصلي والممزوج في توفير الحماية الجيدة ضد الإصابة بالمرض، ولكن مزيج اللقاحات يُنتِج مستوياتٍ عاليةً قليلاً من الأجسام المضادة لبعض أشكال أوميكرون. | **Which vaccine will you be offered?**  You will be given a booster dose of a vaccine made by Pfizer or Moderna. You may be offered an updated combination version of these booster vaccines – the combination vaccines include:   * a half-dose of the original vaccine combined with: * a half-dose of a vaccine against the Omicron variant.   Both the original and the combination vaccines boost protection very well, although the combination vaccines produce slightly higher levels of antibody against some strains of Omicron. |
| ونظراً لعدم مقدرتنا على التنبؤ بأشكال فيروس الكورونا التي قد تنتشر الإصابةُ بها خلال فصل الشتاء القادم، فلقد استنتجت اللجنةُ المشتركة للقاحات والتطعيمات JCVI بأنه يمكن استخدام كلا النوعين من اللقاحات عند تطعيم البالغين، وبأنه لا يتوجب على أي شخص تأجيل حصوله على اللقاح لضمان حصوله على مزيج من اللقاحين. وسيُعرض عليك فرصة الحصول على اللقاحات الصحيحة والمناسبة لك عند حلول الوقت المناسب للحصول على اللقاح. | As we cannot predict which variants of the virus of COVID-19 will be circulating this winter, the Joint Committee on Vaccination and Immunisation (JCVI) have concluded that both types of vaccine can be used in adults, and that no one should delay vaccination to receive combination vaccines. So you will be offered the right vaccine for you at the right time. |
| يرجى منك قبول الحصول على اللقاح الذي يتم عرضه عليك بأسرع وقت ممكن –من المهم حصولك على الجرعة الداعمة لبناء وقايتك من الإصابة بالأمراض الخطرة قبل حلول فصل الشتاء. | **Please accept the vaccination that is offered to you as soon as you are able to – it is important to have your booster and build up your protection against severe illness before the winter.** |
| من هم الأشخاص الذين لا يستطيعون الحصول على جرعة الخريف الداعمة يوجد عددٌ قليلُ من الأشخاص يجب ألا يأخذوا هذه الجرعة الداعمة. إذا كنتَ قد عانيتَ من ردة فعل شديدة بعد حصولك على اللقاح، فيتوجب عليك مناقشة هذا الأمر مع طبيبك. | **Who cannot take up the offer of an autumn booster** There are very few people who should not have this booster. If you have had a severe reaction to a previous dose of the vaccine you should discuss this with your doctor. |
| الآثار الجانبية الآثار الجانبية الشائعة:كما هو الحال مع جرعات اللقاح التي حصلتَ عليها سابقاً، إن الآثار الجانبية الشائعة متشابهة بين كافة اللقاحات أو التطعيمات المقدمة للوقاية من الإصابة بكوفيد19 بما في ذلك الحصول على المزيج من اللقاحات التي ستُستخَدَم خلال فصل الخريف، وتشتمل هذه الآثار الجانبية الشائعة على ما يلي:   * الشعور بالألم والثقل في الذراع الذي يتم حقن اللقاح فيه، ويمكن أن يزداد الشعور بالألم لمدة يوم أو يومين بعد اللقاح * الشعور بالتعب * الصداع * الشعور بالآلام العامة والأعراض المشابهة للإصابة بالإنفلونزا الخفيفة   ويمكنك أن تأخذ قسطاً من الراحة وتتناول الباراسيتمول (مع اتباع التعليمات المتعلقة بتناول الجرعات والموجودة على العبوة) لمساعدتك بالشعور بالتحسن.  وعلى الرغم من إمكانية الإصابة بالحمى أو ارتفاع درجة حرارة الجسم خلال يوم أو يومين من الحصول على اللقاح، إذا أُصِيتَ بأية أعراض أخرى دالة على كوفيد 19 أو إذا استمرت إصابتك بالحمى أو ارتفاع درجة حرارة جسمك لفترة زمنية أطول من المعتاد، فيتوجب عليك البقاء في المنزل والقيام بالفحص. عادة تستمر الأعراضُ الناجمة عن اللقاح لمدة تقل عن أسبوع واحد. إذا ساءت الأعراض التي تشعر بها أو إذا ساورك أي قلق حول هذا الأمر، يرجى منك الاتصال مع الطبيب العام أو الخدمات الطبية المقدمة خارج ساعات العمل الرسمية. ويمكنك أيضاً إبلاغ برنامج البطاقة الصفراء Yellow Card Scheme حول كافة الآثار الجانبية المشتبه بها نتيجة حصولك على اللقاح أو الأدوية. | **Side effects** **Common side effects**: As with your previous doses, the common side effects are the same for all COVID-19 vaccines, including the combination vaccines being used this autumn, and include:   * having a painful, heavy feeling and tenderness in the arm where you had your injection – this tends to be worst around 1 to 2 days after the vaccine * feeling tired * headache * general aches or mild flu-like symptoms   You can rest and take paracetamol (follow the dose advice in the packaging) to help you feel better.  Although a fever can occur within a day or two of vaccination, if you have any other COVID-19 symptoms or your fever lasts longer, stay at home and you may need to have a test. Symptoms following vaccination normally last less than a week. If your symptoms seem to get worse or if you are concerned, contact your GP or Out of Hours service. You can also report suspected side effects of vaccines and medicines through the Yellow Card scheme. |
| الآثار الجانبية الخطيرة: **تم الإبلاغ عن الإصابة بحالات نادرة جدًا من التهاب القلب (تسمى التهاب عضلة القلب أو التهاب التامور) بعد حصول الأشخاص على لقاحي ومودرنا –للوقاية من كوفيد 19**. **ولقد ظهرت هذه الإصابة في أغلب الأحيان عند الرجال الأصغر سنًا وخلال عدة أيام من حصولهم على اللقاح. شعر معظم المصابين بتحسن في حالتهم الصحية وتعافوا سريعًا بعد أخذهم قسط من الراحة والعلاجات البسيطة. ويتوجب عليك طلب الحصول على المشورة الطبية على وجه السرعة من طبيبك أو قسم الطوارئ إذا شعرت بعد حصولك على اللقاح بأي من الأعراض التالية وهي:**   * **ألم في الصدر** * **ضيق في التنفس** * **الشعور بسرعة ضربات القلب أو الخفقان**   **إذا عانيت من الإصابة بأي أثر من الآثار الجانبية الخطيرة بعد حصولك على جرعة اللقاح السابقة، فقد يُوصَى بعدم حصولك أو تأخير حصولك على المزيد من للقاح. ويتوجب عليك مناقشة هذا الأمر مع طبيبك أو المعالِج الأخصائي. يرجى منك الاطلاع على المعلومات الواردة في برنامج البطاقة الصفراء في نهاية النشرة لمعرفة كيفية الإبلاغ عن الإصابة بالآثار الجانبية.** | **Serious side effects**: Cases of inflammation of the heart (called myocarditis or pericarditis) have been reported very rarely after both the Pfizer and Moderna COVID-19 vaccines. These cases have been seen mostly in younger men and within several days of vaccination. Most of the people affected have felt better and recovered quickly following rest and simple treatments. You should seek medical advice urgently from your doctor or Emergency Department if, after vaccination, you experience:   * chest pain * shortness of breath * feelings of having a fast-beating, fluttering or pounding heart   If you had serious side effects after any previous dose you may be advised to avoid or delay further vaccination. You should discuss this with your doctor or specialist. Please see the information on the Yellow Card scheme at the end of the leaflet to see how to report side effects. |
| هل من الممكن الإصابة بكوفيد 19 بعد الحصول على اللقاح؟ الجرعة الداعمة من اللقاح لمكافحة الإصابة بفيروس تساعد في تقليل فرص الإصابة بالتوعك الصحي الشديد الناجم عن كوفيد 19 خلال فصل الشتاء القادم. وقد يستغرق جسمك بضعة أيام لبناء الحماية الإضافية الناجمة عن حصوله على جرعة اللقاح الداعم. وكما هو الحال بالنسبة الى جميع الأدوية، لا يوجد لقاح فعال تمامًا – وقد يُصاب بعضُ الأشخاص بكوفيد 19 على الرغم من حصولهم على اللقاح، ولكن من المتوقع أن تكون إصابتهم أقل شدةً نتيجة لذلك. | **Can you still catch COVID-19 after having the vaccine?** The COVID-19 booster will reduce the chance of you becoming severely unwell from COVID-19 this winter. It may take a few days for your body to build up some extra protection from the booster. Like all medicines, no vaccine is completely effective – some people may still get COVID-19 despite having a vaccination, but any infection should be less severe. |
| في حالة عدم حصولك على كافة اللقاحات في حالة عدم حصولك على أول جرعتين من اللقاح (أو الجرعة الثالثة المخصصة للأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي)، فيتوجب عليك الحصول على هذه الجرعات في أقرب وقت ممكن. وإذا كنت مؤهلاً للحصول على جرعة الخريف الداعمة ،ولكنك تعتقد بأنك لم تحصل على الجرعة الداعمة السابقة لهذا اللقاح، يجب أن تذهب للحصول على هذه الجرعة. لن تحتاج لجرعة إضافية بسبب عدم حصولك على الجرعات الفائتة. | **If you have not had all your vaccinations** If you have not yet had either of your first 2 doses of the vaccine (or a third dose for those with a weakened immune system) you should have them as soon as possible. If you are eligible for the autumn booster but think you have missed a previous booster you should still go ahead – you will not need another dose. |
| إذا حصلت على نتيجة الاختبار الإيجابية التي تؤكد إصابتك بكوفيد 19 ، متى يمكنك الحصول على جرعة الخريف الداعمة؟ إذا كنت تشعر بالتوعك الصحي، انتظر إلى حين تَحسُن حالتك الصحية لتتمكن من الحصول على اللقاح. وإذا حصلت على نتيجة الاختبار التي تؤكد إصابتك بفيروس الكورونا فيتوجب عليك الانتظار لمدة 4 أسابيع قبل حصولك على جرعة الخريف الداعمة. لا تحتاج الحضور إلى مركز التلقيح أو التطعيم إذا كنت تعزل نفسك أو إذا كنت تنتظر حصولك على نتيجة اختبار كوفيد 19. | **If you have a COVID-19 positive result, when can you have your autumn booster?** If you are unwell, wait until you have recovered to have your vaccine. If you have had confirmed COVID-19 you should ideally wait 4 weeks before having your autumn booster. You should not attend for vaccination if you are self-isolating or waiting for a COVID-19 test. |
| للحصول على المزيد من المعلومات يمكنك قراءة النشرات التالية المتعلقة بكوفيد 19 في الموقع الإلكتروني العائد لوكالة الصحة العامة PHA: www.pha.site/covid19infomaterials   * كوفيد 19: الأمور المتوقع حدوثها بعد اللقاح * كوفيد 19: الدليل المتعلق ببرنامج اللقاحات * هل أنت حامل؟ خذي لقاحك ضد كوفيد 19 * لقاحات كوفيد 19: دليل للأشخاص الذين يعانون من الضعف في أجهزتهم المناعية.   يتوجب على الأشخاص الذين يعيشون في المملكة المتحدة ويحصلون على اللقاحات من أنواع فايزر وموديرنا قراءة نشرات المعلومات المتعلقة بهذه المنتجات للحصول على المزيد من التفاصيل حول اللقاح الذي يتم الحصول عليه والآثار الجانبية المتعلقة بهذا اللقاح.  وقد ينصح الطبيبُ عدداً قليلاً جداً من الأشخاص بالحصول على منتجات اللقاحات أو التطعيمات المختلفة.  وللحصول على المزيد من المعلومات حول كيفية الحصول على جرعة الخريف الداعمة ،يرجى منك زيارة الموقع الإلكتروني nidirect.gov.uk/covid-vaccine  ويمكنك الإبلاغ عن الإصابة بالآثار الجانبية المشتبه بها عن طريق زيارتك الموقع الإلكتروني العائد لبرنامج البطاقة الصفراء أو عن طريق الاتصال على رقم الهاتف0800 731 6789 (ساعات العمل الرسمية من الساعة 9 صباحاً إلى الساعة 5 عصراً من أيام الاثنين الى أيام الجمعة) أو عن طريق تنزيل تطبيق برنامج البطاقة الصفراء: www.mhra.gov.uk/yellowcard  المعلومات الواردة في هذه النشرة معلومات صحيحة في الوقت الذي تم نشرها فيه. وللحصول على أحدث نسخة من هذه النشرة، أو للحصول عليها بأشكال مختلفة، يرجى منك زيارة الموقع الإلكتروني العائد لوكالة الصحة العامة PHA لهذه الأغراض: www.publichealth.hscni.net | **Further information** You can read the following COVID-19 information leaflets on the PHA website www.pha.site/covid19infomaterials   * COVID-19 What to expect after vaccination * COVID-19 A guide to the programme * Pregnant? Have your COVID-19 vaccinations * COVID-19 vaccinations – a guide for people with a weakened immune system   Read the product information leaflets for UK recipients of the Pfizer and Moderna vaccines for more details on your vaccine, including possible side effects.  For a very small number of people another vaccine product may be advised by your doctor.  For more information on how to get your autumn booster, visit nidirect.gov.uk/covid-vaccine  You can report suspected side effects on the Yellow Card website or by calling 0800 731 6789 (9am to 5pm Monday to Friday) or by downloading the Yellow Card app: [www.mhra.gov.uk/yellowcard](http://www.mhra.gov.uk/yellowcard)  Information correct at time of publication. For the latest version of this leaflet and alternative formats visit the PHA website www.publichealth.hscni.net |
| تاريخ قيام وكالة الصحة العامة بطباعة هذه النشرة: شهر سبتمبر 2022  حقوق الطبع عائدة إلى التاج البريطاني لعام 2022. هذا المنشور مُقتَبَس من وكالة الأمن الصحي في المملكة المتحدة، ويتم استخدامها بموجب الرخصة المتعلقة بالحكومة المفتوحة V 3.0 | Published September 2022 by the Public Health Agency.  © Crown copyright 2022. This publication is adapted from information originally developed by the UK Health Security Agency and is used under the Open Government Licence v 3.0 |