

اللقاحات

انفلونزا الموسمية ووباء انفلونزا H1N1 (انفلونزا الخنازير)

وباء انفلونزا الخنازير (H1N1)	انفلونزا الموسمية	
<p>التهاب في جهاز التنفس يسببه فيروس انفلونزا جديد. انتشر بشكل واسع في أنحاء عديدة من العالم. معظم الأشخاص ليس لديهم مناعة ضده لأنه نوع جديد من الانفلونزا.</p>	<p>التهاب في جهاز التنفس يسببه فيروسات الانفلونزا. لأن فيروسات الانفلونزا الموسمية تتغير كل سنة، يتم تحديث لقاح الأنفلونزا الموسمية لحمايتك من فيروسات الانفلونزا الموسمية الحالية.</p>	<p>ما هو؟</p>
<p>ستكون افضليّة الحصول على لقاح انفلونزا فيروس H1N1 :</p> <ul style="list-style-type: none"> • للنساء الحوامل • للذين يعيشون مع أو يرعون أطفالا تقل أعمارهم عن 6 أشهر • للعاملين في مجال الرعاية الصحية • لأفراد خدمات الطوارئ الطبية • للذين تتراوح أعمارهم بين 6 أشهر و 24 سنة • للذين يعانون من مشاكل صحية مزمنة أو لديهم ضعف في نظام المناعة و الذين تتراوح اعمارهم بين 25 و 64 سنة. 	<p>كل من يريد تجنّب الإصابة بالانفلونزا ينبغي عليه الحصول على لقاح الانفلونزا الموسمية وخاصة:</p> <ul style="list-style-type: none"> • النساء الحوامل • الأولاد الذين يتراوح أعمارهم بين 6 أشهر و 18 عاما • الأشخاص الذين يعيشون مع أو يعتنون بأشخاص معرضين لخطر مضاعفات الانفلونزا، بمن فيهم الأولاد الذين يقل عمرهم عن 5 سنوات او الأشخاص الذين يتجاوز عمرهم 50 عاما • الأشخاص الذين يتجاوز عمرهم 50 عاما • الذين يعانون من أمراض مزمنة مثل الربو أو مرض السكري، أو ضعف في نظام المناعة، أو بعض الاضطرابات التي تسبب مشاكل في البلع • العاملين في مجال الرعاية الصحية • الذين يعيشون في دار لرعاية المسنين أو العاملين في مجال الرعاية المنزلية 	<p>من ينبغي عليه ان يحصل على اللقاح؟</p>
<p>ليس من الضروري الحصول على أي من اللقاحين، لكن اللقاحات هي أفضل طريقة لمنع هذين النوعين من الانفلونزا.</p> <p>يتم اختيار المجموعات التي ينصح بتلقيها اللقاح لأنها أكثر عرضة</p> <ul style="list-style-type: none"> • لمرض الانفلونزا • لنشر عدوى الانفلونزا • للمعاناة من مشاكل صحية خطيرة إذا أصيبت بالانفلونزا. 		
<p>يمكنك الحصول على لقاح ووباء انفلونزا H1N1 ابتداء من أكتوبر 2009.</p>	<p>يجب عليك الحصول على لقاح الانفلونزا الموسمية سنويا خلال موسم الانفلونزا (عادة من سبتمبر الى مايو).</p>	<p>متى ينبغي عليّ التطعيم؟</p>

وباء انفلونزا الخنازير (H1N1)	انفلونزا الموسمية	
<p>يكفي على الأرجح جرعة واحدة من لقاح وباء انفلونزا H1N1 لمعظم البالغين. أما الأطفال سيحتاجون على الأرجح الى جرعتين.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • يكفي بالنسبة لمعظم الأشخاص جرعة واحدة سنويا من لقاح الانفلونزا الموسمية. • يحتاج الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 9 سنوات على جرعتين خلال لقاحهم الأول. 	<p>كم جرعة أحتاجها؟</p>
<p>لقد بيّنت نتائج الدراسات الطبية التي أنجزت مؤخرا أن اللقاح آمن ولا يسبب أية آثار جانبية خطيرة. وبما ان عملية صنع واختبار هذا اللقاح مماثل لعملية صنع واختبار لقاح الانفلونزا الموسمية، فان الخبراء واثقون من أن لقاح وباء انفلونزا H1N1 سيكون آمنا وفعالاً.</p>	<p>ان لقاحات الانفلونزا الموسمية هي آمنة جدا. وقد اعطيت للملايين من الناس وثبت أنها آمنة.</p>	<p>الى اي مدى تعتبر هذه اللقاحات آمنة؟</p>
<p>اللقاح لا يسبب الانفلونزا. هناك العديد من الأسباب التي يمكن ان تؤدي الى الشعور باعراض تشبه اعراض الانفلونزا بعد التلقيح:</p> <ul style="list-style-type: none"> • لقاحات الانفلونزا تتسبب في آثار جانبية خفيفة مثل الحمى. ومع ذلك ، هذه لا تستمر طويلا وأقل خطورة من الانفلونزا. • اذا اصبت بعدوى الانفلونزا قبل ان يبدأ اللقاح عمله. (يستغرق اللقاح إلى اسبوعين لبدأ عمله). • قد تكون مصابا بفيروس انفلونزا من نوع مختلف عن ما تم تطعيمك ضدّه. 		<p>هل ستسبب هذه اللقاحات باصابتي بمرض الانفلونزا؟</p>
<p>القطاع الخاص مثل مكاتب الأطباء والعيادات</p> <ul style="list-style-type: none"> • مراكز البيع مثل الصيدليات • مراكز اللقاح التي تنظمتها عيادات الصحة العامة للأشخاص الذين لا يملكون تأمين صحي <p>اذا لم يكن لديك طبيب او مقدم خدمات للرعاية الصحية المنتظمة، نرجو الاتصال بالخط الساخن لمقاطعة لوس انجلس 2-1-1 أو زيارة موقعنا على www.publichealth.lacounty.gov وذلك للحصول على قائمة مراكز التلقيح المجانية او الشبه المجانية.</p>		<p>أين يمكنني أن أحصل على التطعيم؟</p>
<ul style="list-style-type: none"> • غطي أنفك وفمك بساعدك أو بمنديل عند السعال أو العطس. • اغسل يديك بالماء والصابون كثيرا و / أو استخدم المطهرات. • تجنب لمس عينيك أو أنفك أو فمك لأن الجراثيم تنتشر بهذه الطريقة. • تجنب الاتصال الوثيق مع المرضى. • إذا كنت مريضا، لازم منزلك لمدة 24 ساعة على الأقل بعد إنتهاء الحمى. 		<p>ماذا عليّ أن أفعل لحماية نفسي أكثر؟</p>

لمزيد من المعلومات

مراكز مكافحة الأمراض واتقائها

(800) 232-4636 أو (800) CDC-INFO

www.cdc.gov/h1n1flu

وزارة الصحة العامة في ولاية كاليفورنيا

(888) 865-0564

www.cdph.ca.gov

وزارة الصحة العامة مقاطعة لوس انجلس

خدمات الرعاية الصحية: اطلب 2-1-1

www.publichealth.lacounty.gov/H1N1

تحديث قائمة التعميم: البريد الإلكتروني Listserv@listserv.ph.lacounty.gov

وادخل "الاسم الأول و الأخير" في خانتي الموضوع و محتوى رسالة ال DPHUPDATE