

التطعيم ضد مرض كوفيد-19 والإنفلونزا: الإجابة على أسئلتك

ستنتشر فيروسات الإنفلونزا وفيروس كوفيد-19 هذا الشتاء. يوفر التطعيم أفضل حماية ممكنة ضد المرضين لك وللأشخاص الذين تهتم بهم وأحبائك. فيما يلي بعض الإجابات على الأسئلة الرئيسية التي طرحت على الممرضين لكلا اللقاحين.

١. كيف يعمل لقاح الأنفلونزا كوفيد-19؟

يعمل لقاح كوفيد-19 والإنفلونزا بنفس الطريقة التي تعمل بها جميع اللقاحات: عن طريق إرسال إشارة إلى جهاز المناعة لديك لتكوين الأجسام المضادة التي تحارب الفيروس. بمجرد أن يعرف جهازك المناعي كيفية محاربة المرض ، يمكنه حمايتك في حالة التعرض للمرض. لا تغير اللقاحات حمضك النووي ولا يحتوي أي لقاح على أي فيروس حي. يعد الحصول على اللقاح طريقة أسرع وأكثر أمانًا وموثوقة لنظام المناعة لديك لتعلم كيفية تكوين الأجسام المضادة اللازمة لحمايتك من المرض ، بدلاً من الإصابة بالمرض أو الفيروس نفسه.

٢. لقد تلقيت لقاحين أو ثلاثة لقاحات كوفيد-19 وتلقيت لقاح الإنفلونزا العام الماضي. لماذا أحتاج إلى المزيد من التطعيمات؟

تقل الحماية التي يوفرها لقاح الإنفلونزا و كوفيد-19 مع مرور الوقت للجميع ، وكلا الفيروسين جيدان في التطور إلى متغيرات جديدة تنتشر بطرق مختلفة. لقد تغلبنا على هذا من خلال مطالبة الأشخاص الأكثر تعرضًا لخطر الإصابة بـ كوفيد-19 أو عدوى الأنفلونزا "بتعزيز" مناعتهم بلقاحات إضافية. بالنسبة لـ كوفيد-19 ، فإن المسار الرئيسي للتطعيمات للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 18 عامًا هو ثلاث جرعات - الأولى والثانية والداعمة. إذا كنت أكبر سنًا أو حاملًا أو لديك حالة صحية تعني أنك أكثر عرضة لخطر الإصابة بعدوى فيروس كورونا ، فسيتم تقديم لقاحات معززة إضافية لـ كوفيد-19 إذا كنت مؤهلاً لتزويدك بأكثر قدر ممكن من الحماية. بالنسبة للإنفلونزا ، يُطلب من الأشخاص الأكثر تعرضًا للخطر الحصول على لقاح الأنفلونزا الموسمية مرة واحدة في السنة. تم تصميم هذا اللقاح السنوي للحماية من أحدث سلالات فيروس الأنفلونزا المتداولة.

٣. اللقاحات لا تعمل. لا يزال الناس يصابون بالإنفلونزا و كوفيد-19 بعد التطعيم.

صحيح أن لقاح الإنفلونزا و كوفيد-19 لن يمنعك من الإصابة بالفيروسات ، خاصة وأن كلاهما جيد جدًا في التطور. ومع ذلك ، فإن التطعيم يقلل بشكل كبير من أن تصبح مريض للغاية أو دخول المستشفى أو الموت من أي من العدوى.

٤. عادت الحياة إلى طبيعتها. لماذا يُطلب مني الحصول على لقاح كوفيد-١٩؟

الآن بعد أن تم رفع قيود كوفيد-١٩ ، قد يبدو أن كوفيد-١٩ قد انتهى. ولكن أحد الأسباب الرئيسية لعودة الحياة إلى طبيعتها في إنجلترا هو أنه تم تطعيم الكثير من الأشخاص ، وخاصة أولئك المعرضين لخطر الإصابة بعدوى كوفيد ، مثل كبار السن والأشخاص الذين يعانون من ظروف صحية دائمة في إنجلترا . المستويات العالية من التطعيم لدينا جعلت متغير اوميكرون ل كوفيد-١٩ ليس خطيرا ، مع أن هذا المتغير نفسه تسبب في وفاة الآلاف بين كبار السن غير المطعمين في بلدان أخرى مثل هونغ كونغ. يجب ألا ننسى كيف كانت جائحة كوفيد-١٩ مدمرة في المملكة المتحدة ، حيث كان هناك ٢٠٣١٥٨ حالة وفاة تتعلق ب كوفيد-١٩ بين مارس ٢٠٢٠ وأغسطس ٢٠٢٢ و ١.٨ مليون شخص أصيبوا ب كوفيد-١٩ طويل الأمد . من مارس ٢٠٢٠ حتى مارس ٢٠٢١ قبل انتشار لقاح كوفيد-١٩ على نطاق واسع ، كانت معدلات الوفيات في المملكة المتحدة أعلى بنسبة 21٪ من متوسط السنوات الخمس السابقة. لا يمكن أن نقف مكتوفي الأيدي ازاء هذا الوباء.

٥. لقد أصبت بعدوى كوفيد-١٩. لماذا أحتاج إلى لقاح؟

إذا كنت مريضًا بفيروس كوفيد-١٩ ، فقد ينتج جهازك المناعي أجسامًا مضادة توفر بعض الحماية. لكن مستوى المناعة الذي تسببه العدوى لا يمكن التنبؤ به. بالنسبة لبعض الناس ، قد يكون مرتفعًا ، بينما يترك البعض الآخر مع القليل من المناعة وقد يصاب بكوفيد مرة أخرى. نوع الاستجابة المناعية التي يقوم بها جسمك بعد تلقي لقاح كوفيد-١٩ أقوى بكثير وأكثر موثوقية من نوع الاستجابة من العدوى فقط . هناك اعتبار آخر وهو أن الحماية التي يوفرها لقاح كوفيد-١٩ أو الحماية التي توفرها العدوى فقط تقل بمرور الوقت ، لذلك من المهم زيادة دفاعات الجسم بجرعات لقاح إضافية.

٦. أنا قلق من أن لقاح كوفيد-١٩ سيؤثر على خصوبتي أو أدائي الجنسي.

هناك معلومات خاطئة تفيد بأن لقاحات كوفيد-١٩ قد تؤثر على خصوبة الأشخاص أو الرغبة الجنسية أو الأداء الجنسي. لن يؤثر لقاح كوفيد-١٩ على قدرتك على الحمل ، ولا يؤثر على جودة الحيوانات المنوية ، ولن يغير الرغبة الجنسية لديك أو قدرتك على الحفاظ على الانتصاب. مثل جميع اللقاحات ، ترسل لقاحات كوفيد-١٩ إشارة إلى جهاز المناعة لديك لتكوين الأجسام المضادة التي تتعرف على الفيروس وتكافحه. لا تحتوي على أي مكونات من شأنها أن تؤثر على خصوبتك أو أدائك الجنسي ، ومكونات اللقاح تغادر جسمك في غضون أيام قليلة.

٧. أنا حامل أو مرضعة. هل سيؤذي لقاح كوفيد-١٩ طفلي ، وكم عدد اللقاحات التي أحتاجها؟

إذا كنت حاملاً ، فمن المهم جداً أن تحصل على جميع لقاحات كوفيد-١٩ الموصى بها أثناء الحمل ، بما في ذلك أي معززات إضافية ، حتى لو كنت لاثقاً صحياً وموأكبا لجميع لقاحات كوفيد-١٩ الأخرى التي يحق لك الحصول عليها. من الآمن الحصول على لقاح كوفيد-١٩ في أي مرحلة من مراحل الحمل. لا يمكن لمكونات اللقاح العبور إلى المشيمة ، بل تترك جسمك بعد بضعة أيام بعد إرسال إشارة إلى جهاز المناعة لديك لتكوين الأجسام المضادة التي تتعرف على الفيروس وتكافحه. كما هو الحال مع جميع اللقاحات ، بما في ذلك الإنفلونزا . أظهرت الدراسات أن الأجسام المضادة الواقية التي تم تطويرها من لقاح كوفيد-١٩ يمكن أن تنتقل من الأم إلى الطفل عبر المشيمة ، وبعد الولادة من خلال حليب الثدي ، مما يساعد في مناعة الطفل في الأشهر القليلة الأولى من حياته.

٨. أنا قلق بشأن الآثار الجانبية للقاحات الإنفلونزا وفيروس كوفيد-١٩. ماذا علي أن أتوقع؟

الآثار الجانبية الشائعة أقل خطورة بكثير من الإصابة بفيروس كورونا أو الأنفلونزا أو المضاعفات المرتبطة بكل فيروس ، وعادة ما تختفي في غضون أيام قليلة. إذا بدا أن الآثار الجانبية الخاصة بك تزداد سوءاً أو إذا كنت قلقاً ، فاتصل أو أضغط على NHS 111 . إذا كنت تسعى للحصول على المشورة من أخصائي صحي ، فتأكد من إخبارهم بالتطعيم حتى يتمكنوا من تقييمك بشكل صحيح.

كل شخص مختلف ، لذلك فإن الآثار الجانبية التي قد تواجهها ستعتمد على اللقاح الذي تتلقاه ، سواء كانت جرعتك الأولى أو الثانية أو أنت كفرد. تشمل الآثار الجانبية الشائعة ما يلي:

- الشعور بألم وثقل وطراوة في الذراع حيث أخذت الحقنة
- صداع أو وجع عضلي
- قشعريرة
- الغثيان أو القيء
- إسهال
- الشعور بالتعب
- الحمى (درجة حرارة أعلى من 37.8 درجة مئوية)
- ألم المفاصل

قد تكون لديك أيضًا أعراض شبيهة بأعراض الأنفلونزا مع نوبات من الارتعاش لمدة يوم أو يومين. هناك أشياء بسيطة يمكنك القيام بها لتخفيف الأعراض ، مثل تناول مسكنات الألم مثل الباراسيتامول. بعد أخذ لقاح كوفيد-19 ، قد يعاني بعض الأشخاص من تغيرات في الدورة الشهرية. عادة ما تكون هذه التغييرات صغيرة مقارنة بالتغيرات التي تحدث بشكل طبيعي أثناء الدورة الشهرية ، وتنتهي بسرعة. من المهم ملاحظة أنه بغض النظر عما إذا كنت تعاني من آثار جانبية أم لا ، فستظل تستفيد من حماية اللقاحات. حتى إذا كنت تعاني من آثار جانبية بعد لقاح كوفيد-19 ، فإننا ننصحك بالحصول على جميع الجرعات الموصى بها. ستمنحك الدورة الكاملة الموصى بها لك وللآخرين أفضل حماية ضد الفيروس.

9. إذا تلقيت التطعيم ضد الإنفلونزا و كوفيد-19 في نفس الوقت ، فهل ستزداد الآثار الجانبية سوءًا؟

إذا كان يحق لك الحصول على كل من الإنفلونزا ولقاح كوفيد-19 المعزز ، فقد يتم تقديم التطعيمات لك في نفس الوقت (سيتم إعطاؤك بأذرع مختلفة). لا تكون الآثار الجانبية أسوأ عندما تأخذ تطعيم الأنفلونزا ولقاح كوفيد-19 في نفس الوقت ، ويفضل العديد من الأشخاص تلقي التطعيمات معًا للحد من الوقت الذي قد يتعرضون فيه لأي آثار جانبية.

١٠. تم تطوير لقاح كوفيد-١٩ بسرعة كبيرة. كيف أعرف أنها آمنة؟

مرت جميع لقاحات كوفيد-١٩ المستخدمة في المملكة المتحدة بنفس المراحل الثلاث من التجارب السريرية التي يمر بها كل لقاح. تم اختبارها على عشرات الآلاف من الأشخاص حول العالم ولتسريع تطوير لقاحات كوفيد-١٩ ، تم تنظيم المراحل التجريبية الثلاث لتتداخل. كما بدأ إنتاج اللقاحات الواعدة قبل انتهاء التجارب ، مما ساعد على تسريع وقت التسليم. لم يتم اختصار أو إهمال أي مرحلة من مراحل تجربة اللقاحات و تم التأكد من استيفائها لمعايير صارمة للسلامة والفعالية. وقد تم تطعيم المليارات من الأشخاص ضد كوفيد-١٩ إلى الآن.

١١. لست في خطر للإصابة بـ كوفيد-١٩ أو الأنفلونزا. لماذا يجب أن أتلقى التطعيم؟

في حين أنه من الصحيح أن معظم الأشخاص الذين يصابون بعدوى كوفيد-١٩ أو الأنفلونزا قادرون على التعافي ، فإن كلا الفيروسين لا يمكن التنبؤ بهما في كيفية تأثيرهما على الأشخاص وحتى الشباب الأصحاء يمكن أن يمرضوا جدًا أو يموتون من كلا الفيروسين. يصاب بعض الأشخاص أيضًا بمضاعفات خطيرة من كوفيد-١٩. يعيش ٢ مليون شخص في المملكة المتحدة مع عدوى كوفيد-١٩ طويلة الأمد، حيث لا تزال أعراض كوفيد-١٩ موجودة بعد أكثر من أربعة أسابيع من الإصابة ، نظرًا لأن المرض يمكن أن يتلف الرئتين والقلب والدماغ ، وقد يتسبب أيضًا في مشاكل صحية طويلة المدى لا يزال الخبراء يعملون على فهمها. هناك سبب آخر مهم للحصول على اللقاحين وهو أنهما يحميان من حولك. حتى وإن لم تتأثر وتمرض بشكل ملحوظ عند إصابتك بالأنفلونزا أو كوفيد-١٩ ، يمكنك نقل الفيروسات إلى شخص آخر قد يكون أكثر تضررا.

١٢. هل أحتاج إلى كل من لقاح الإنفلونزا ولقاح كوفيد-١٩؟

نعم. إذا كان يحق لك الحصول على لقاح الإنفلونزا ، فمن المهم الحصول عليه بالإضافة إلى أي لقاحات كوفيد-١٩ التي يتم تقديمها لك. يوفر لقاحا الإنفلونزا و كوفيد-١٩ الحماية من مرضين مختلفين يمكن أن يصبحوا خطيرين للغاية ، خاصة للأشخاص المعرضين لخطر أكبر.

١٣. هل تحتوي اللقاحات على لحم الخنزير؟

لا يوجد محتوى من أصل حيواني في تطعيم كوفيد-١٩ وقد أوصى المجلس الطبي الإسلامي البريطاني والمجلس الإسلامي لبريطانيا العظمى بأن ينتهز المجتمع المسلم الفرصة لتلقي لقاحات كوفيد-١٩ عند تقديمها ، وقالوا بان ذلك يتماشى مع الشريعة الإسلامية. . لقاح الإنفلونزا عن طريق الحقن الذي تقدمه NHS للبالغين لا يحتوي على عناصر جيلاتين لحم الخنزير. ولكن يحتوي لقاح الأنفلونزا للأطفال عن طريق الأنف على كميات ضئيلة من جيلاتين لحم الخنزير. لذلك يمكن للوالدين أو الاوصياء على أطفال الذين لديهم اعتراضات دينية على لقاح الأنفلونزا عن طريق الانف أن يطلبوا لقاح الإنفلونزا عن طريق الحقن لأطفالهم.

١٤. أنا قلق من أخذ الحقنة وليس اللقاح. هل هناك دعم متاح؟

يخشى الكثير من الناس الحقن إلى حد ما. إنه أمر طبيعي تمامًا والقائمون بالتطعيم لدينا معتادون عليه - من فضلك لا تشعر بالحرج. إذا كنت قلقًا بشأن حقنك ، فأخبر شخصًا عندما تصل لتلقي التطعيم. إنهم مدربون على مساعدة الأشخاص القلقين أو المتخوفين أو المتوترين ويمكنهم تزويدك بدعم إضافي. يقول معظم الأشخاص الذين يتوترون عند أخذ حقنة اللقاح إنهم لم يشعروا بالحقنة.

١٥. ماذا لو انتابني الذعر أو أصبت بالإغماء عند تلقي التطعيم؟

من فضلك لا تشعر بالقلق أو الإحراج. حيث أن الإصابة بالذعر أو الإغماء شائعة، ويتم تدريب القائمين بالتطعيم لدينا على دعم الأشخاص الذين يحتاجون إلى مساعدة إضافية عند تلقي اللقاحات. إذا كنت قلقًا بشأن الحصول على لقاحك أو وأغمي عليك أو شعرت بالقلق عند أخذ حقنة في السابق، فيرجى إخبار شخص ما في العيادة عند وصولك للحصول على التطعيم.

لمزيد من المعلومات حول كوفيد-١٩ والتطعيم ضد الإنفلونزا ، بما في ذلك الأهلية وكيفية ذلك
www.grabajab.net حصل على اللقاحات الموسمية التي يحق لك الحصول عليها ، يرجى زيارة