

الحملة الوطنية للوقاية من الأنفلونزا الموسمية

ماشي كالشي عندو مناعة قوية... نديروا التلقيح ضد لا كريب

باش نحميو نفوسنا وحبابنا



احترام مسافة
الأمان



غسل اليدين
باستمرار



استعمال المنديل
الورقي



تغطية الأنف
أثناء العطس أو السعال



ارتداء
الكمامة

صحي
SEHATI



التلقيح ضد الأنفلونزا يحترم
جميع معايير السلامة ويعتبر
من طرف منظمة الصحة العالمية
أحسن وسيلة للوقاية من الأنفلونزا

ينصح بالتلقيح للفئات التالية:

- مهنيي الصحة
- النساء الحوامل
- الأشخاص الذين يعانون من أمراض مزمنة
- الأشخاص المسنون الأكبر من 65 سنة
- الأطفال من 6 أشهر إلى 5 سنوات

6 هل يمكن أن تكون لقاح الأنفلونزا أعراض جانبية؟

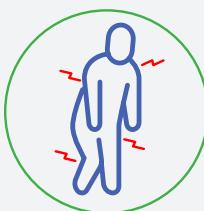
لقاح الأنفلونزا آمن ولا يشكل أي خطر، ومثل أي دواء، قد يتسبب في ظهور بعض الأعراض الجانبية البسيطة والمؤقتة.



حمى خفيفة



ألم في
موقع الحقن



آلام طفيفة
في العضلات



إحمرار في
موقع الحقن

وعموماً، تختفي هذه الأعراض في غضون يومين.

7 لماذا يتوجب على التلقيح كل سنة؟

يتوجب التلقيح ضد الأنفلونزا كل سنة لسبعين :



لأن المناعة التي نكتسبها ضد الأنفلونزا تتضاءل مع مرور الوقت.



لأن الفيروس يخضع للتغيرات من سنة إلى أخرى وبالتالي يتم تعديل مكونات اللقاح حسب أصناف الفيروس الأكثر انتشاراً.



3

ما الذي يتوجب على القيام به إذا أصبت بالأنفلونزا؟

- غسل اليدين بصفة منتظمة
- تغطية الفم في حالة العطس أو السعال بالمرفق أو بمنديل ذي الاستعمال الوحيد
- الخلود للراحة
- تناول أغذية صحية مع الإكثار من السوائل
- استشارة الطبيب في حالة عدم التحسن، خاصة الأشخاص الأكثر عرضة لمضاعفات الأنفلونزا

4

ما هي وسائل الوقاية من الأنفلونزا؟

بعد التلقيح السنوي، أحسن وسيلة للوقاية من الأنفلونزا

5

ما هي الفئات المعنية بالتلقيح ضد الأنفلونزا؟

يمكن أن تصيب الأنفلونزا جميع الفئات، إلا أن بعض الأشخاص هم أكثر عرضة لمضاعفات هذا المرض والتي قد تؤدي في بعض الحالات إلى الوفاة. لذا ينصح بالتلقيح للفئات التالية:



الأطفال من 6 أشهر
إلى 5 سنوات



المSeniors over 65 years old



النساء
الحوامل



مهنيي الصحة

الأشخاص الذين يعانون من الأمراض المزمنة :



أمراض القلب



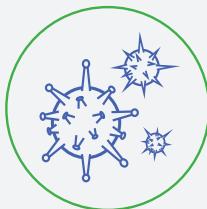
السكري



القصور الكلوي

ما هي الأنفلونزا؟

1



يكون الإنسان المصاب بالأنفلونزا معديا يوما قبل ظهور الأعراض، وتستمر العدوى إلى غاية اليوم السابع.

يمكن للجميع الإصابة بالأنفلونزا وبالتالي نقل الفيروس لآخرين. ولذا تبقى التدابير الوقائية الصحية وكذلك التلقيح أفضل وسيلة للوقاية من مرض الأنفلونزا والحد من خطر انتشاره.

الأنفلونزا مرض فيروسيHad ينتشر بسرعة، يمكن أن يؤدي إلى عواقب خطيرة وأحيانا مميتة لدى الفئات الأكثر عرضة للمضاعفات.



ما هي الأعراض الرئيسية للأنفلونزا؟

2

بعض الأعراض الرئيسية للأنفلونزا تشمل :



صداع

ارتفاع مفاجئ في
درجة حرارة الجسم



آلام في
العضلات

سعال أو آلام
في الحنجرة