

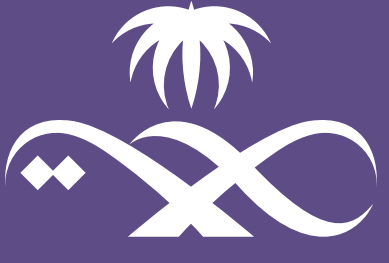
وزارة الصحة
Ministry of Health



اللحظة اللي ما تتمناها

يا لتطعيم تتفاداهم

الدليل التوعوي عن #الإنفلونزا_الموسمية



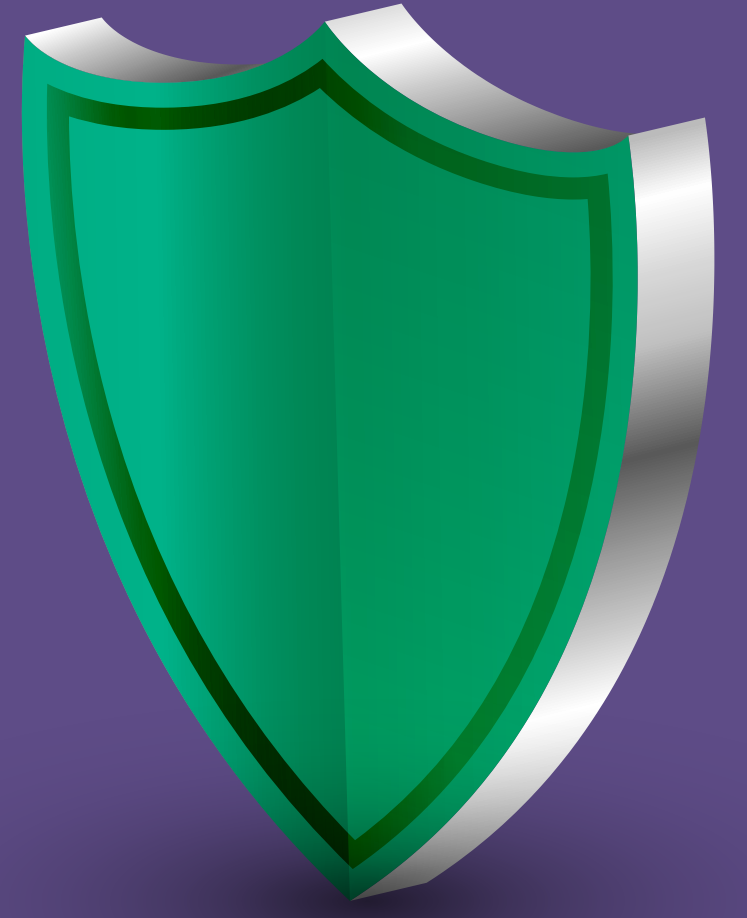
وزارة الصحة
Ministry of Health

الإنفلونزا الموسمية

هي عدوى فيروسية شائعة تنتشر بسهولة بين البشر، تهاجم الجهاز التنفسي حيث يصاب الإنسان بالعدوى عن طريق الأنف والفم وصولاً إلى الرئتين، وتتراوح ما بين إصابة خفيفة وشديدة، وتصيب جميع الفئات العمرية.

أثر اللقاح:

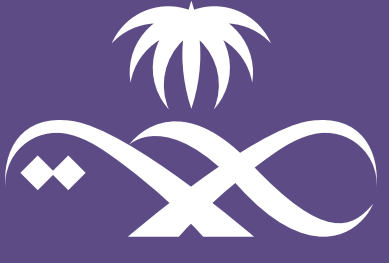
- تبدأ فعالية اللقاح في خلال أسبوعين من تلقيه، وتستمر من 6 - 10 أشهر تقريباً
- تختلف فعالية اللقاح كل موسم ولكن غالباً ما يوفر حماية بنسبة 50-80 %



التطعيم هو أفضل طريقة للوقاية من الإنفلونزا الموسمية



عشرون
بصحة
@LiveWellMOH



وزارة الصحة
Ministry of Health

أعراض ومضاعفات الإصابة بالإنفلونزا الموسمية

أعراضها:



الشعور بالضعف
والتعب



آلام بالعضلات
والجسم



ارتفاع مفاجيء في
درجة الحرارة



صداع



الرجفة



التهاب بالحلق



سيلان الأنف



سعال جاف

مضاعفاتها:

يتعافى معظم الأشخاص خلال بضعة أيام إلى أقل من أسبوعين، ولكن بعض الفئات قد يصابون بمضاعفات شديدة مثل:



التهاب الأذن



التهاب الشعب
الهوائية



التهاب الرئتين



الوفاة



تسمم الدم



التهاب الجيوب
الأنفية



وزارة الصحة
Ministry of Health

من هم الأكثر حاجة لتطعيم الإنفلونزا



مرضى السمنة



المصابون بأمراض
مزمنة



البالغون من العمر
50 عام فأكثر



العاملون في القطاع
الصحي



المصابون بنقص
المناعة



الأطفال دون عمر
5 سنوات



الدوامل

إذا كنت من هذه الفئات أو تعرف أحد منها
فاحرص على تذكيرهم وأخذ تطعيم الإنفلونزا

طرق العدوى

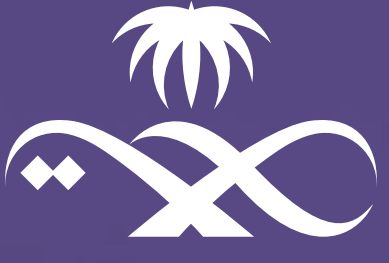


لمس الأسطح
الملوثة



الرذاذ المتطاير من المصاب
عند السعال أو العطاس

عشرة
بصحة
@LiveWellMOH



وزارة الصحة
Ministry of Health

طرق الوقاية



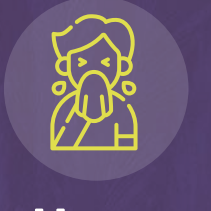
التهووية الجيدة
للأماكن المغلقة



غسل اليدين
جيداً



أخذ لقاح الإنفلونزا
سنوياً



تجنب الاتصال الوثيق
المباشر بالمصابين



تجنب الأماكن
المزدحمة



تجنب لمس العين
أو الفم مباشرة

نصائح عند الإصابة بالإنفلونزا

البقاء بالمنزل وأخذ قسط وافر من الراحة



تجنب الإتصال الوثيق بمن حولك



شرب الكثير من الماء والسوائل لتجنب الجفاف



أخذ مسكن للألم وخافض الحرارة طبقاً لوصف



الطبيب

غسل اليدين بشكل متكرر لتجنب نقل العدوى



تطهير الأسطح التي يتم لمسها بشكل متكرر





مرضى الربو

من الفئات الأكثر عرضة للتأثر بمضاعفات الإنفلونزا الموسمية وإن كانت بسيطة الشدة لأن الفيروس قد يسبب تهيج الشعب الهوائية ويحفز أزمات الربو.

بادر بأخذ اللقاح واحجز عبر تطبيق صحتي



من هم الممارسين الصحيين

المعالجين



الممرضين



الأطباء



حراس الأمن



الفنيين



لماذا ننصح الممارسين الصحيين بأخذ تطعيمة الإنفلونزا الموسمية؟

يحمي من انتقال العدوى إلى المرضى.

يقلل فرص العدوى بين الممارسين.

يقلل من التغيب عن العمل.

أسئلة شائعة حول

الإنفلونزا الموسمية

ما الفرق بين الإنفلونزا ونزلات البرد؟

الإنفلونزا ونزلات البرد كلاهما من أمراض الجهاز التنفسي لكن سببها فيروسات مختلفة

بشكل عام تعتبر الإنفلونزا أشد من نزلات البرد وتكون أعراضها أكثر حدة وتبدأ بشكل مفاجيء أشهر أعراضها ارتفاع مفاجيء في درجة الحرارة وآلام بالجسم والتهاب الحلق والسعال الجاف.

تلقيت لقاح الإنفلونزا للعام السابق هل من الضروري تلقيه كل عام؟

نعم ينبغي تلقي لقاح الإنفلونزا كل عام وذلك لأن:

✓ فيروسات الإنفلونزا تتغير باستمرار وبالتالي يتم تحديث مكونات لقاح الإنفلونزا كل عام بما يوفر حماية من فيروسات الإنفلونزا الأكثر انتشاراً في هذا الموسم.

✓ الحماية التي يوفرها اللقاح تتراوح من 6-10 أشهر تقريباً.



وزارة الصحة
Ministry of Health

أسئلة شائعة حول

الإنفلونزا الموسمية



أنا شخص بصحة جيدة والحمد لله ولا أعاني من أي مشاكل صحية... لماذا يجب علي تلقي لقاح الإنفلونزا؟

الحقيقة أن الإنفلونزا مرض معدٍ من الممكن أن يصيب الرئتين أو يؤدي إلى مضاعفات خطيرة حتى عند الأصحاء .



ما هي الفئات الأكثر عرضة لحدوث المضاعفات عند الإصابة بالإنفلونزا؟



الأطفال دون عمر 5 سنوات



البالغون 50 عامًا من العمر فأكثر



الحوامل

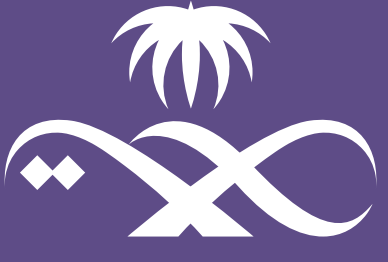


من يعانون من نقص المناعة



من يعانون حالات طبية مزمنة (مثل الربو أو السكري أو أمراض القلب).





وزارة الصحة
Ministry of Health

أسئلة شائعة حول

الإنفلونزا الموسمية



إذا كان من الممكن أن أصاب بالإنفلونزا حتى بعد تلقي اللقاح فلم على تلقيه؟

✓ اللقاح يجعل الأعراض خفيفة في حال التعرض للعدوى ويقلل من المضاعفات الشديدة

✓ كما يقلل الحاجة لزيارة الطوارئ بنسبة تصل إلى 60%



لماذا تعد الحوامل من الفئات الموصى لها بشدة تلقي لقاح الإنفلونزا الموسمية؟

لأنها أكثر عرضة للتعرض بالمستشفى وحدوث المضاعفات (مثل الولادة المبكرة) عند إصابتها بالإنفلونزا بسبب التغيرات الطبيعية التي تحدث لها في الجهاز المناعي أثناء الحمل.



أسئلة شائعة حول

الإنفلونزا الموسمية



ما فائدة لقاح الإنفلونزا للحامل؟

لقاح الإنفلونزا يوفر حماية للأم والرضيع:

يقلل مضاعفات الإنفلونزا الشديدة والتنويم
بنسبة تصل إلى 60%



لأم

يُعزز من مناعته لمقاومة الإنفلونزا في الأشهر
الأولى من عمره



للرضيع



عند إصابتي بالإنفلونزا هل هناك ضرورة لأخذ مضاد
حيوي؟

الإنفلونزا عدوى فيروسية لا يتم علاجها بالمضاد الحيوي ولكن
يمكن أن يتم وصفها في حالة وجود مضاعفات بكتيرية
للإنفلونزا مثل الالتهاب الرئوي البكتيري.

تعرف أكثر عن الإنفلونزا الموسمية



بادر بأخذ اللقاح واحجز عبر تطبيق صحتي

