

أنا لذي مرض مزمن ..

نصحتني طبيبي بأخذ تطعيم
الإنفلونزا، وأكد لي أنه آمن وفعال



قلب



ربو



سكري

بادر بأخذ تطعيم الإنفلونزا



وزارة الصحة

Ministry of Health

واحم نفسك وعائلتك

نوصي به



منظمة الصحة العالمية

للمزيد من المعلومات: www.moh.gov.sa/flu



ما هي الإنفلونزا؟

الإنفلونزا مرض فيروسي شديد العدوى له أعراض مزعجة منها ارتفاع درجة الحرارة ورجفة و سعال شديد و صداع و احتقان بالحلق و إرهاق شديد وآلام بالعضلات و قد تؤدي إلى مضاعفات أكثر خطورة مثل الالتهاب الرئوي أو السحائي خاصة مع الفئات الأكثر عرضة للإنفلونزا وهي:



النساء
الحوامل



مرضى
القلب



مرضى
الربو



مرضى
السكري

الفئات
الأكثر عرضة
للإنفلونزا

ما العلاقة بين الإنفلونزا والأمراض المزمنة؟

يتعرض المصابون بالأمراض المزمنة مثل السكري وأمراض الصدر (الربو) وأمراض القلب لخطر مضاعف نتيجة إصابتهم بالإنفلونزا حيث تؤثر تلك الأمراض على الجهاز المناعي مما يجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالإنفلونزا ومضاعفاتها.

ذوي
الأمراض
المزمنة أكثر
عرضة لمضاعفات
الإنفلونزا

كما يمكن للإنفلونزا أن تزيد من حدة الأمراض المزمنة. فمثلاً يمكن أن تصيب مريض السكري باختلال مستوى السكر في الدم كما يمكن أن تؤدي إلى تفاقم نوبات الربو لدى الذين يعانون من أمراض صدرية مزمنة.

لذلك يعتبر المصابون بالأمراض المزمنة ضمن قائمة المعرضين لخطر الإنفلونزا.

كيف يمكن الوقاية من الإنفلونزا؟

إن أفضل وسيلة للوقاية من الإنفلونزا هي التطعيم ضدها حيث أنه يقلل من الإصابة بالإنفلونزا بنسبة قد تصل إلى ٩٠ بالمئة.



تطعيم
الإنفلونزا
حماية

وبما أن فيروسات الإنفلونزا متجددة فإن التطعيم يتغير كل عام تحت إشراف منظمة الصحة العالمية مما يستدعي التطعيم كل عام.

كيف تنتقل فيروسات الإنفلونزا؟

- ١- الرذاذ المصاحب للسعال والعطس
- ٢- لمس الأسطح الملوثة بفيروسات الإنفلونزا ومن ثم لمس العينين أو الأنف أو الفم

كما يمكن للشخص المصاب أن ينقل العدوى للمحيطين به قبل يوم من ظهور الأعراض عليه وحتى خمسة أيام بعد ظهور المرض ولذلك فإن الشخص المصاب بإمكانه أن ينقل العدوى للآخرين قبل أن يعرف بأنه مصاب.

هل تطعيم الإنفلونزا آمن؟

أثبتت الأبحاث العلمية أن تطعيم الإنفلونزا من التطعيمات الآمنة لذوي الأمراض المزمنة حيث يحتوي التطعيم على جزيئات الفيروس وهي غير معدية فلا يمكن أن تسبب المرض. وقد وجد أن أكثر الأعراض الجانبية التي تصاحب التطعيم أحياناً هي الإحمرار البسيط في موضع الحقن والذي قد يستمر لمدة ٢٤ - ٤٨ ساعة على أكثر تقدير.

**تطعيم
الإنفلونزا
آمن**



أين يتوفر تطعيم الإنفلونزا؟



يمكنك زيارة أقرب المستشفيات الحكومية أو المراكز الصحية الأولية التابعة لوزارة الصحة لأخذ تطعيم الإنفلونزا **مجاًناً**

توصي به



للمزيد من المعلومات:



www.moh.gov.sa/flu

وكالة الصحة العامة - برنامج التحصين الموسع

هل تعلم!

المصابون بالأمراض المزمنة من الفئات الأكثر عرضة لمضاعفات خطيرة نتيجة إصابتهم بالإنفلونزا!

التطعيم هو أفضل سبل الوقاية من الإنفلونزا!

الإنفلونزا هي أحد الأمراض التي يمكن الوقاية منها بالتطعيمات حيث التطعيم السنوي يقلل من الإصابة بالإنفلونزا بنسبة قد تصل إلى ٩٠ بالمئة!

توصي المنظمات الصحية الدولية ومنظمة الصحة العالمية بأخذ تطعيم الإنفلونزا!

بادر بأخذ تطعيم الإنفلونزا