

# أنا حامل..

نصحتني طبيبتي بأخذ تطعيم الإنفلونزا  
حمايةً لطفلي ونفسي،  
وأكدت لي أنه آمن وفعال



بادري بأخذ تطعيم الإنفلونزا



واحمِ طفلك ونفسك



www.moh.gov.sa/flu للمزيد من المعلومات منظمة الصحة العالمية

# هل تعلمي!

- النساء الحوامل من الفئات الأكثر عرضة لمضاعفات خطيرة نتيجة إصابتهم بالإنفلونزا !!
- التطعيم هو أفضل سبل الوقاية من الإنفلونزا للأم وطفلها !!
- الإنفلونزا هي أحد الأمراض التي يمكن الوقاية منها بالتطعيمات حيث التطعيم السنوي يقلل من الإصابة بالإنفلونزا بنسبة قد تصل إلى ٩٠ بالمئة !!
- الإنفلونزا قد تعرض النساء الحوامل وأطفالهن للخطر كإحتمالية الإجهاض أو الولادة المبكرة أو ولادة الطفل بوزن أقل من المتوسط !!
- توصي المنظمات الصحية الدولية ومنظمة الصحة العالمية بأخذ تطعيم الإنفلونزا سنوياً !!

بادري بأخذ تطعيم الإنفلونزا

#وقاية

## كيف تنتقل فيروسات الإنفلونزا؟

تنتقل فيروسات الإنفلونزا بسهولة من شخص إلى آخر عن طريق:

1. الرذاذ المصاحب للسعال والعطس.
2. 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 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 للنساء 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 الاحمرار البسيط في موضع الحقن والذي قد يستمر لمدة ٢٤-٤٨ ساعة على أكثر تقدير.

تطعيم  
الإنفلونزا  
آمن

آمن

## أين يتوفر تطعيم الإنفلونزا؟



يمكنك زيارة أقرب مستشفى أو مركز صحي لأخذ تطعيم الإنفلونزا.

توصي به



للمزيد من المعلومات:

[www.moh.gov.sa/flu](http://www.moh.gov.sa/flu)

800 249 4444

وكالة الصحة العامة - برنامج التخصيم الموسع

f /SaudiMOH

t /SaudiMOH

#وقاية



## ما هي الإنفلونزا؟

الإنفلونزا مرض فيروسي شديد العدوى له أعراض مزعجة منها ارتفاع درجة الحرارة ورجفة وسعال وصداع شديد واحتقان بالحنك وإرهاق شديد و آلام بالعصلات وقد تؤدي إلى مضاعفات أكثر خطورة مثل الالتهاب الرئوي أو السحائي خاصة في الفئات الأكثر عرضة للإنفلونزا وهي:



مرضى  
القلب



مرضى  
الربو



مرضى  
السكري



النساء  
الحوامل



الأطفال أقل  
من ٥ سنوات

الفئات  
الأكثر عرضة  
للإنفلونزا

## ما العلاقة بين الإنفلونزا و الحمل؟

تتعرض النساء الحوامل ( في أي مرحلة من مراحل الحمل ) لخطر مضاعف نتيجة إصابتهم بالإنفلونزا حيث تؤثر الإنفلونزا على الجهاز المناعي للحامل مما يجعلهن أكثر عرضة لمضاعفات الإصابة بالإنفلونزا.

الحامل  
أكثر عرضة  
لمضاعفات  
الإنفلونزا



لذلك تعتبر النساء الحوامل على رأس 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 إرشاد منظمة الصحة العالمية مما يستدعي التطعيم كل عام.