

# تبدأ محاربة الأنفلونزا بك

## معلومات عن لقاح الإنفلونزا

يتم إعطاء لقاحات الإنفلونزا كل عام للحماية من سلالات الفيروس الأكثر شيوعاً.

يمكن أن تتغير السلالات من سنة إلى أخرى، لذا قد يتم تحديث اللقاحات من موسم إلى آخر، لذلك من المهم أن يتم التطعيم كل عام.

سيستخدم اللقاح المستخدم على سنك. يمكن لمزود التطعيم أن يخبرك باللقاح الذي سيستخدمه لك ألتطعيم طفلك.

جميع اللقاحات الممولة من برنامج التطعيم الوطني والمتاحة للاستخدام هي رباعية التكافؤ (أربع سلالات - اثنتان من الإنفلونزا أ واثنتان من الإنفلونزا ب) وهي خالية من المطاط.

## سلامة لقاح الإنفلونزا

لقاح الإنفلونزا متواجد منذ عدة عقود وله سجل سلامة رائع. تشمل الآثار الجانبية الشائعة للقاح الإنفلونزا ألماً خفيفاً أو احمراراً أو تورماً في موضع إعطاء اللقاح. عادة ما تستمر هذه الآثار الجانبية لبضعة أيام وتختفي دون أي علاج.

في حين أن بعض التأثيرات قد تبدو مثل الإنفلونزا، لا يحتوي أي من لقاحات الإنفلونزا المتوفرة في أستراليا على فيروسات الإنفلونزا الحية، لذا لا يمكن أن تسبب الإنفلونزا.

يمكن للأشخاص الذين يعانون من حساسية البيض (بما في ذلك تاريخ الحساسية المفرطة) تلقي لقاح الإنفلونزا NIP بأمان. إذا كنت تعاني من حساسية البيض، فيرجى مناقشة هذا الأمر مع مقدم التطعيم الخاص بك. الآثار الجانبية الخطيرة، مثل رد الفعل التحسسي الشديداً، نادرة للغاية.

## متى تتلقى لقاح الإنفلونزا

يجب أن تتلقى التطعيم كل عام من منتصف أيلول فصاعداً لتتم حمايتك قبل موسم الإنفلونزا، والذي عادة ما يكون من يونيو إلى سبتمبر في معظم أنحاء أستراليا. ومع ذلك، لم يفت الأوان بعد على التطعيم لأن الإنفلونزا يمكن أن تنتشر على مدار السنة.

إذا كنت قلقاً من لقاح الإنفلونزا في المواسم الأخيرة في أواخر العام الماضي أو أوائل هذا العام، فلا يزال يتعين عليك تلقي لقاح الموسم الجديد هذا العام عندئذ يصبح متاحاً.

يمكن إعطاء لقاحات الإنفلونزا في نفس اليوم مع لقاحات COVID-19 ومعظم اللقاحات الأخرى.

## من يجب أن يتلقى لقاح الإنفلونزا؟

يوصى بأن يتلقى كل شخص يبلغ من العمر ستة أشهر أو أكثر لقاح الإنفلونزا (الإنفلونزا) كل عام لإحتمال إصابتهم بالإنفلونزا. فحسب يمكن أن يساعد أيضاً في حمايتهم من ذلك.

## التطعيم ضد الإنفلونزا مهم بشكل خاص للبعض

يوصى بشدة بلقاح الإنفلونزا وهو مجاني في إطار برنامج التحصين الوطني للأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة بمضاعفات الإنفلونزا، بما في ذلك:

• الأشخاص بعمر 65 سنة وما فوق

• النساء الحوامل

(في أي مرحلة من مراحل الحمل)

• السكان الأصليون وسكان جزر مضيق توريس

الذين تبلغ أعمارهم 6 أشهر وما فوق

• الأطفال من 6 أشهر إلى أقل من 5 سنوات

• الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 6 أشهر وأكثر ويعانون

من حالات طبية معينة.

قد تقدم بعض الولايات والأقاليم لقاحات مجانية لمجموعات أخرى. تحدث إلى مقدم التطعيم الخاص بك أو تفضل بزيارة موقع وزارة الصحة في الولاية أو الإقليم للمزيد من المعلومات.

إذا لم تكن مؤهلاً لتلقي لقاح مجاني، يمكنك شراء اللقاح. تحدث إلى مقدمي التطعيم المحليين لمعرفة التكلفة.

## معلومات عن الإنفلونزا

الإنفلونزا هي عدوى فيروسية شائعة تصيب الأشخاص من جميع الأعمار.

في حين أنه يمكن أن يكون مرضاً خفيفاً بالنسبة للبعض، إلا أنه يمكن أن يسبب أيضاً مرضاً خطيراً جداً للأشخاص الأصحاء. يمكن أن يؤدي إلى دخول المستشفى ويمكن أن يسبب الوفاة.

التطعيم هو الطريق الأكثر أماناً لحماية نفسك والآخرين من الإنفلونزا.

## أين تتلقى لقاح الإنفلونزا

يمكنك حجز موعد لتلقي لقاح مجموعة من الخدمات الصحية بغير ذلك:

- طبيب محلي / عيادة ممارسة عام
- عيادات تحسين المجلس المحلي (متوفرة في بعض الولايات والأقاليم)
- مراكز صحة المجتمع
- الخدمات الصحية للسكان الأصليين
- الصيدليات المشاركة.

لن يكون لدى جميع مقدمي التطعيم هؤلاء لقاحات برنامج التحصين الوطني المجاني. تحقق مع مقدم التطعيم المفضل لديك لتعرف:

- عن اللقاحات المحددة التي يمكنهم تقديمها
- متى ستكون متاحة؛ و
- متى يمكنك الحجز لتلقي اللقاح
- إذا كانت هناك استشارة أو رسوم إدارية لتلقي اللقاحات المجانية.

## الأطفال أقل من 5 سنوات

يتعرض الأطفال الرضع والأطفال الذين تقل أعمارهم عن 5 سنوات لخطر الإصابة بمضاعفات ودخول المستشفى من الإنفلونزا. حتى الأطفال الأصحاء يمكن أن يمرضوا بشدة من الإنفلونزا.

يمكن أن يتلطفك لقاح الإنفلونزا منفصلاً أو في نفس موعد التطعيمات الروتينية الأخرى.

يحتاج الأطفال الذين تقل أعمارهم عن 9 سنوات الذين يتلقون لقاح الإنفلونزا لأول مرة إلى جرعتين، بفواصل 4 أسابيع. هذا يقوي الاستجابة المناعية لجميع حالات اللقاح.

## الأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عاماً وأكثر

يُعد التطعيم مهماً بشكل خاص للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 65 عاماً وأكثر لأنهم معرضون بشكل كبير لخطر الإصابة بمضاعفات الإنفلونزا. جميع البالغين الذين تزيد أعمارهم عن 65 عاماً مؤهلون لتلقي لقاح مجاني للإنفلونزا مصمماً خصيصاً لتعزيز الاستجابة المناعية لتوفير حماية أفضل.

## سجل التحصين الأسترالي

يُطلب من مقدم التطعيم الإبلاغ عن جميع لقاحات الإنفلونزا إلى السجل. يتضمن ذلك بعض المعلومات الشخصية مثل اسمك وتاريخ ميلادك وتفاصيل الاتصال ورقم بطاقة Medicare الخاصة بك.

## السكان الأصليون وسكان جزر مضيق توريس

السكان الأصليين وسكان جزر مضيق توريس أكثر عرضة للإصابة بمرض بشدة والذهاب إلى المستشفى من الإنفلونزا. لحماية مجتمعك، يمكن لأي شخص يبلغ من العمر 6 أشهر وطفول تليها تلقي لقاح الإنفلونزا مجاناً كل عام.

## النساء الحوامل

الإنفلونزا مرض خطير يصيب النساء الحوامل وأطفالهن. يوصى بلقاح الإنفلونزا وهو آمن ومجاني لكل حمل ويمكن إعطاؤه في أي مرحلة أثناء الحمل. يمكن أيضاً إعطاؤه بأمراض أثناء الرضاعة الطبيعية.

تؤدي التغييرات في وظائف المناعة والقلب والرئة أثناء الحمل إلى جعل النساء الحوامل أكثر عرضة للإصابة بأمراض خطيرة ومضاعفات الإنفلونزا.

عن طريق التطعيم أثناء الحمل، فإنك تنقلين الأجسام المضادة الواقية إلى طفلك عبر المشيمة. هذا يحميهم في الأشهر القليلة الأولى من عمرهم عندما يكونوا أكثر عرضة للخطر ويكونون ضعفاء جداً لتلقي التطعيم.

توصى النساء الحوامل اللواتي حصلن على لقاح الإنفلونزا العام الماضي في وقت مبكر من الحمل، بتلقي لقاح الإنفلونزا الحالي إن كان متاحاً قبل ولادة طفلهن.

إذا تلقيت اللقاح قبل الحمل، يجب إعادة التطعيم أثناء الحمل لحماية طفلك الذي يولد بعد.

يمكن إعطاء لقاح الإنفلونزا في نفس الوقت مع لقاح السعال الديكي و/أو لقاح COVID-19.

## الأشخاص الذين يعانون من حالات طبية معينة

لقاح الإنفلونزا مجاني للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 6 أشهر فما فوق مع الحالات التالية التي تزيد من خطر الإصابة بالإنفلونزا الشديدة ومضاعفاتها:

### أمراض القلب

• أمراض الجهاز التنفسي المزمنة

• الحالات العصبية المزمنة

• الحالات التي تسبب ضعف المناعة

• مرض السكري واضطرابات أخرى بخصوص حرق الدهون

### أمراض الكلى

اضطرابات الدم

• الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ستة أشهر إلى 10 سنوات

الذين يتلقون علاجاً بالأسبرين أو غيره من الأدوية.

تحدث إلى مقدم التطعيم الخاص بك عن تاريخك الطبي واسأل عما إذا كنت في خطر.

