

يتوفر تطعيم الانفلونزا الموسمية في مراكزنا للوقاية من مرض الانفلونزا وامراض الشتاء الاخرى .

من المتوقع هذا العام أن يظهر نوعان جديداً من الإنفلونزا المشمولين ضمن التطعيم، وهكذا فإن هناك احتمالاً بأن يكبر حجم إنتشار المرض بالمقارنة مع العام الماضي.



يتميز فصل الشتاء بازدياد انتشار الأمراض التلوثية في الجهاز التنفسي. معظمها أمراض فيروسية، لكن هناك ازدياد أيضاً في الأمراض البكتيرية، وبشكل خاص نتيجة تعقيدات أمراض فيروسية. هذه الأمراض تصيب جميع الفئات العمرية، لكن هناك حساسية عالية للأمراض بشكل خاص لدى الأطفال والمسنين.

مبادئ الوقاية

يمكن تقليص خطر الإصابة بعدوى الأمراض التلوثية الشتوية وبشكل ملحوظ من خلال التطعيمات (ضد الإنفلونزا) والحفاظ على النظافة الصحية.

نصائح لتقليص خطر التعرض لعدوى الإنفلونزا

من شأن اتخاذ عدة خطوات أساسية أن يساعد على تقليص خطر الإصابة بعدوى الإنفلونزا:

- غسل اليدين
نوصي بغسل اليدين بالماء والصابون في أوقات متقاربة. قبل تناول الطعام، قبل معالجة الطعام، بعد الخروج من المراض، بعد ملامسة إفرازات، بعد السعال والعطس، وبعد ملامسة مناديل ورقية مستعملة. غسل اليدين في أوقات متقاربة يقلص من احتمال نقل العدوى أو الإصابة بالعدوى.
- تغطية الفم والأنف عند السعال والعطس
من المفضل إلا تتم تغطية الفم والأنف بواسطة راحة اليد عند السعال أو العطس، وإنما يجب استعمال منديل ورقي ورميه في سلة المهملات. هكذا يتم تقليص نقل العدوى للآخرين عند ملامسة حاجيات وأغراض مشتركة.
- البقاء في البيت عند الشعور بوعكة صحية
نوصيكم بعدم الخروج من البيت (إلى العمل، إلى التعليم وما شابه) إذا شعرتם ببداية المرض، وأن لا ترسلوا الأولاد المرضى إلى المدرسة، إلى الروضة أو إلى الحضانة. فقط بعد التعافي من المرض والشعور بالصحة والعافية يمكن العودة إلى روتين الحياة في العمل أو في الإطار التعليمي.

تطعيم ضد مرض الإنفلونزا

وزارة الصحة تذكر جميع مواطني الدولة بأنه يمكن تجنب الإصابة بمرض الإنفلونزا من خلال الوقاية، بشرط أن يتم تلقي التطعيم قبل التعرض إلى الإصابة بعدوى المرض بأسبوعين على الأقل. نوصي جميع مواطني الدولة بتلقي التطعيم من سن 6 أشهر فما فوق. كما توجد هناك أيضاً مجموعات عرضة للخطر كما هو مفصل في موقع وزارة الصحة. هذا وقد أصبحت صناديق المرضى مستعدة لتقديم هذا التطعيم. يتم تقديم التطعيم مجاناً في كل فرع من فروع صناديق المرضى. يشمل التطعيم 3 مركبات بموجب أنواع الإنفلونزا المتوقعة خلال فصل الشتاء القريب.

التطعيم موجه ضد ثلاثة مركبات من فيروس الإنفلونزا (اثنان من مجموعة A وواحد من مجموعة B).

فيما يلي تركيبة تطعيم العام الحالي:

- A/California/7/2009 (H1N1)-like
- A/victoria/361/2011 (H3N2)-like
- (الماضي العام تطعيم في شمله يتم لم مركب) B/Massachusetts/2/2012-like (B/Yamagata lineage) virus

كذلك، يوجد تطعيم حي مضعف من 4 أنواع يحوي المركبات الثلاثة التي ذكرت وكذلك النوع: like-60/2008/Brisbane/B (B/Victoria lineage) virus. الأوبئة علم قسم يصدره الذي التطعيمات دليل في مفصلة وهي توصيفاته تختلف الذي (B/Victoria lineage) virus

لماذا من المهم تلقي التطعيم سنوياً؟

التطعيم يمنع الإصابة بعدوى المرض وكذلك حدوث تعقيدات مثل الإلتهاب الرئوي، الرقود في المستشفى والوفيات. نوصي بتلقي التطعيم سنوياً لأن المرض يتغير وفي كل عام يظهر فيروس جديد، يختلف قليلاً عن الفيروس الذي كان في العام الذي سبقه. التطعيم هذا العام (وفي كل عام)، يتم إنتاجه على أساس توقعات منظمة الصحة العالمية التي تحدد ما هي النواع المتوقعة في نفس العام.

لماذا هناك حاجة لتلقي التطعيم ضد الإنفلونزا هذا العام أيضاً، بالنسبة للأشخاص الذين تلقوا التطعيم في العام الماضي، على الرغم من أن الأنواع المشمولة في تطعيم هذا العام مماثلة للأنواع التي كانت في تطعيم العام الماضي؟

مستوى المضادات ضد أنواع التركيبة يبدأ بالخبرو نحو ستة أشهر بعد تلقي التطعيم، مع اختلاف معين حسب التطعيم والمجموعة العمرية. في جميع المجموعات التي تم فحصها، بعد مضي عام، تبين أن مستوى المضادات لا يوفر الحماية القصوى.

من يتوجب عليه تلقي التطعيم؟

مبدئياً نوصي جميع السكان من سن 6 أشهر فما فوق بتلقي التطعيم. مع ذلك، هناك أهمية بالغة لتطعيم المجموعات التالية:

- المرضى بأمراض متواصلة:
 1. مرض قلب أو أوعية دموية مكتسب أو خلقي، يشمل مرض قلب رئوي
 2. التصلب العصيدي
 3. قصور القلب
 4. سمنة مرضية BMI ، كبير أو يساوي 40
 5. التهاب المسالك الهوائية (الربو)
 6. التهاب القصبات الحاد المزمن
 7. التليف الكيسي
 8. التهاب رئوي مزمن
 9. النفاخ الرئوي
 10. السل
 11. حالات مزمنة بعد اضطرابات تنفسية خلال فترة ولادة المولود
 12. مرض السكري
 13. أمراض أيضية مزمنة أخرى مع ميل معزز لتطويع تلوثات
 14. أمراض مزمنة في الكلى والمسالك البولية
 15. أمراض يرافقتها إضعاف جهاز المناعة بما في ذلك AIDS وأمراض خبيثة
 16. مرضى يتلقون علاجاً يضعف جهاز المناعة
 17. نقص متواصل في الدم
 18. أمراض الكبد
 19. أمراض عصبية
 20. أمراض الدم

- التطعيم حسب السن:
 1. أشخاص بسن 50 سنة فما فوق، وبخاصة بسن 65 فما فوق
 2. أطفال من سن نصف سنة وحتى 6 سنوات وبخاصة حتى سن سنتين.

- النساء الحوامل
- الأشخاص الذين يعيشون في مؤسسة مغلقة فيها خطر معزز للإصابة بعدوى المرض.
- الطاقم الطبي □ عقب كونه في خطر عال للإصابة بالعدوى، وكذلك عقب خطر نقل العدوى إلى مرضاهم.
- أشخاص حيويون بمناصب رئيسية في منظمات مختلفة.

متى يجب تلقي التطعيم؟

من المحيد تلقي التطعيم ضد الإنفلونزا منذ بداية شهر تشرين الأول/أكتوبر، ونوصي جداً ألا يتأخر تلقي التطعيم عن نهاية شهر تشرين الثاني/نوفمبر، بيد أنه يمكن تلقي التطعيم بعد هذا الموعد أيضاً.

ما هي الأعراض الجانبية للتطعيم؟

تطعيم الإنفلونزا يحوي فيروسات مينة أو مُضعفة، ولا يمكنه التسبب بمرض الإنفلونزا. إن ظهور تلوث تنفسي بعيد تلقي التطعيم معناه أنه تم تلقي المركب خلال فترة حضانة فيروس الإنفلونزا، أو أن المرض سببه عامل آخر.

الانعكاسات بعد تلقي تطعيم الإنفلونزا نادرة: أعراض جانبية محلية: احمرار، انتفاخ، حساسية لمدة يوم أو يومين، وتظهر لدى أقل من ثلث متلقي التطعيم. أعراض جانبية عامة: حرارة، آلام عضلات وأعراض جانبية عامة أخرى تظهر بعد 6 □ 12 ساعة من حقن المركب وتستمر لمدة يوم أو يومين. هذه الأعراض نادرة أكثر ومن شأنها أن تظهر بشكل خاص بعد تلقي التطعيم لأول مرة.

Copyright © 2019 AL HAYAT MEDICAL CENTERS. All rights reserved

[Beyond Designs](#) Web Development by: