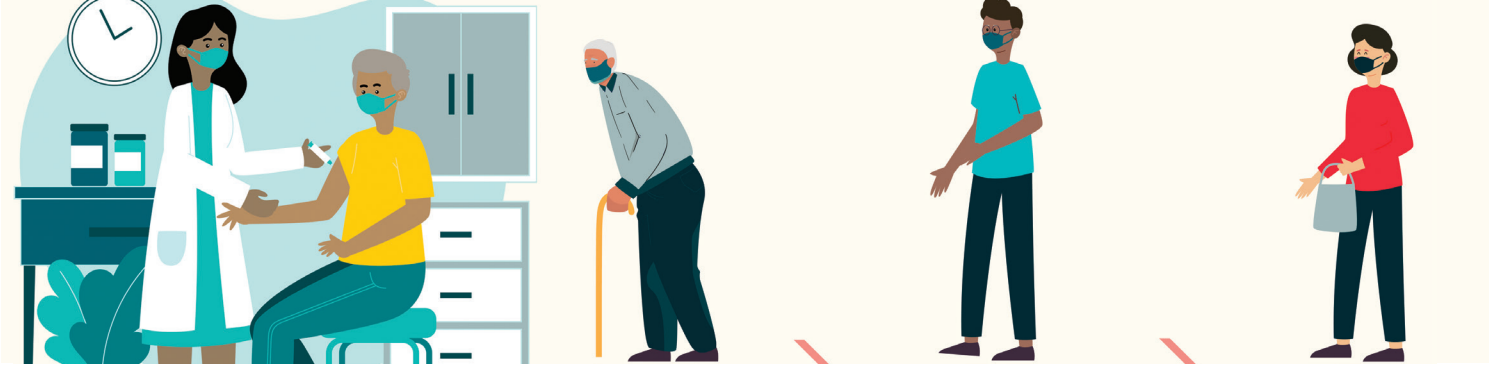


تم تطعيمك بلقاح كوفيد-19. فماذا بعد؟

100242 العربية

يُعتبر تلقي اللقاح المضاد لكوفيد-19 خطوة هامة في سبيل حماية نفسك والآخرين. والآن بعد أن تلقيت اللقاح، ما الشيء الذي لا تزال بحاجة إلى معرفته؟



ما الذي يقوم به اللقاح لحمايتك

تعمل جميع لقاحات كوفيد-19 على تعليم جسمك كيفية التعرف على فيروس كورونا الذي يسبب كوفيد-19 ومن ثم مكافحته.

لا يزال الخبراء من الأطباء يعملون على معرفة مدة حماية اللقاحات للأفراد. كما يحاول الخبراء من الأطباء كذلك معرفة ما إذا كان الأفراد الذين تلقوا اللقاح لا يزال بإمكانهم على نشر الفيروس بين الآخرين حتى لو لم يشعروا بالمرض. ولسوف يتوصل الخبراء من الأطباء إلى المزيد من المعرفة كلما زاد عدد الأفراد الذين تلقوا اللقاح.

ستحتاج للحصول على جرعتين من لقاحات فايزر ومودرنا

يجب الحصول على الجرعة الثانية من نفس ذات العلامة التجارية لمنتج الجرعة الأولى.

تعتمد المدة ما بين تلقي الجرعة الأولى والثانية من اللقاح على نوع اللقاح الذي تتلقاه:

- بالنسبة للقاح **فايزر-جيبونتك** – تكون الجرعة الثانية بعد 3 أسابيع على الأقل (21 يوم) من تلقي الجرعة الأولى
 - بالنسبة للقاح **مودرنا** - تكون الجرعة الثانية بعد شهر (أو 28 يوم) من تلقي الجرعة الأولى
- يجب تلقي الجرعة الثانية في أقرب موعد محدد موصى به للجرعة الثانية بقدر الإمكان. وإذا اضطرت للحصول على الجرعة الثانية في وقت متأخر عن الوقت الموصى به، فلا بأس بذلك. فقط احصل عليها في أقرب وقت ممكن. ولست بحاجة للبدء من جديد.
- الجرعة الثانية مهمة للغاية: فهي تزيد من حمايتك ضد كوفيد-19 ولا تعتبر محصناً بشكل كامل إلا بعد أسبوعين من الجرعة الثانية.**



ستحتاج للحصول على جرعة واحدة من لقاح جونسون آند جونسون

سيكون جسمك مستعداً لحمايتك بعد أسبوعين من حصولك على جرعة واحدة فقط من لقاح جونسون آند جونسون.

الأعراض الجانبية قصيرة المدى

قد يعاني العديد من الأشخاص من آثار جانبية بعد تلقي لقاح كوفيد-19. هذه الأعراض الجانبية لا علاقة لها بكوفيد-19. ولا تحتوي اللقاحات على فيروسات حية ولا يمكن أن تنتسب في الإصابة بالمرض.

الأعراض الجانبية للقاح هي علامة على أن جسمك يقوم بما يفترض به القيام به: بناء الحماية ضد المرض. وقد لا يعاني البعض من أعراض جانبية، ولكن مع ذلك يظل اللقاح يعمل في بناء الحماية داخل أجسادهم.

يمكن أن تشمل الأعراض الجانبية الشائعة ما يلي:

- الألم أو احمرار موضع حقن اللقاح
- الصداع
- الشعور بالإرهاق
- ارتفاع درجة الحرارة (الحمى)

عادة ما تختفي هذه الأعراض من تلقاء نفسها في غضون أيام قليلة. وإذا لم يحدث ذلك، فُرجى الاتصال بطبيبك أو بالعيادة. وإذا لم يكن لديك طبيب، فُرجى الاتصال بالرقم 211 للمساعدة في إيجاد طبيب مناسب.

يجب تلقي الجرعة الثانية من لقاحات فايزر ومودرنا حتى مع الشعور بوجود أعراض جانبية من جراء تلقي الجرعة الأولى — ما لم يخبرك طبيبك أو جهة تقديم اللقاحات بغير ذلك. ومن الممكن الشعور بالأعراض الجانبية بشكل أكثر وضوحاً بعد تلقي الجرعة الثانية بالنسبة للعديد من الأشخاص. على الرغم من أن بعض الآثار الجانبية قد لا تكون سهلة للغاية، إلا أنها لا تدوم طويلاً وهي تستحق العناء في سبيل حمايتك من الإصابة بكوفيد-19.

علاج الآثار الجانبية

لتقليل الألم وعدم الراحة في المكان الذي حصلت فيه على الحقنة، يُرجى وضع قطعة قماش نظيفة وباردة ومبللة على المنطقة. واستخدم ذراعك أو حركه إذا ما كنت تشعر بالألم به.

للحد من الشعور بعدم الراحة نتيجة ارتفاع درجة الحرارة، يُنصح بتناول الكثير من السوائل. يُنصح بارتداء ملابس خفيفة.

الأدوية التي تُصرف دون وصفة طبية

لا تتناول الأدوية الخافضة للحرارة قبل الموعد المحدد. انتظر لترى إذا كنت بحاجة إليه لتقليل الأعراض الجانبية.

يمكنك تناول الأدوية التي تُصرف دون وصفة طبية، مثل إيبوبروفين (أدفيل)، أو أسيتامينوفين (تيلينول)، أو الأسبرين، أو مضادات الهيستامين، وإذا كنت تعاني من الشعور بالألم أو عدم الراحة بعد تلقي اللقاح. يمكنك تناول هذه الأدوية فقط إذا لم يكن هناك أي أسباب طبية تحول دون تناولك لهذه الأدوية بشكل طبيعي. وإذا كانت لديك أسئلة، فُرجى التحدث إلى طبيبك أو العاملين في العيادة.

السيدات الحوامل قد يتعرضن لمخاطر أكبر في حالة الإصابة بالحمى ويتوجب عليهن استخدام التيلينول لعلاج ارتفاع درجة الحرارة. وُرجى التحدث إلى طبيبك أو العاملين في العيادة إذا كانت لديك أسئلة.

مشاكل نادرة، ولكنها خطيرة

في حالات نادرة، أصيب بعض الأشخاص برد فعل تحسسي شديد في غضون 15 إلى 30 دقيقة من تلقي اللقاح. وفي هذه الحالة يتلقى كل هؤلاء الأشخاص المساعدة الطبية على الفور. وفي حالة ظهور رد فعلي تحسسي شديد، يجب التحدث إلى الطبيب قبل تلقي الجرعة الثانية.

هناك حالات اضطراب نادرة جداً ولكنها خطيرة تتمثل في تخثر للدم قد تكون مرتبطة بالحصول على لقاح جونسون آند جونسون. وبعد إجراء المزيد من الدراسات، قرر مسؤولو الصحة على مستوى الدولة والولاية أن لقاح جونسون آند جونسون آمن للاستخدام.

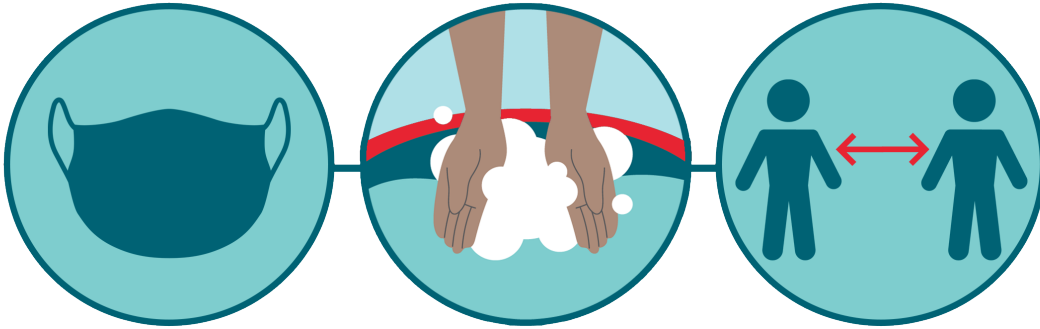


احرص على حماية نفسك، وحماية الآخرين

- بعد إتمام تطعيمك يستغرق الأمر أسبوعين لبناء أكبر قدر من الحماية لنفسك.
 - سيستغرق الأمر بعض الوقت قبل أن يتمكن كل من يريد تلقي اللقاح من الحصول عليه.
 - بعض الأفراد لم يحصلوا على اللقاح بعد. وحتى وقتنا هذا، لا يوجد لقاح مضاد لمرض كوفيد-19 يمكن إعطاؤه للأطفال والمراهقين الذين تقل أعمارهم عن 12 سنة.
- كما أن بعض الأفراد لن يتمكنوا أبدًا من الحصول على اللقاح نظرًا لحالتهم الصحية أو لإصابتهم بالحساسية من اللقاح. لا نعرف مدى قدرة اللقاحات الحالية على حمايتنا ضد التحورات الجديدة للفيروس.

في أثناء محاولتنا الحثيثة لبناء نظام حماية للمجتمع ككل، ما زلنا في حاجة إلى رعاية عائلاتنا، وأصدقائنا، وجيراننا الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالمرض الشديد:

- يُنصح بارتداء كمامة الوجه عند تواجده مع أشخاص آخرين
- اغسل يديك بكثرة أو استخدم مطهر كحولي لليدين.
- حافظ على التباعد (اترك مسافة 6 أقدام بينك وبين الآخرين)
- احرص على أن تكون التجمعات قصيرة وفي أماكن مفتوحة إن أمكن
- التزم بالبقاء في المنزل في حالة شعورك بالمرض وناقش مع طبيبك حول إمكانية إجراء اختبار كوفيد-19.



يمكنكم البحث عن «COVID-19» أو «كوفيد-19» على موقع المقاطعة لديك للحصول على معلومات محلية.