

CARE



Public Health
England

تطعيم كوفيد-19

الحماية لموظفي العناية الاجتماعية

جميع عمال الرعاية الصحية والاجتماعية
في الخطوط الأمامية سيحصلون على لقاح
فيروس الكورونا والذي سيساعد في حمايتك
ضد مرض فيروس الكورونا.

اللقاح ضد كوفيد-19

احم نفسك.



المحتويات

لماذا من المهم انت تحصل على اللقاح ضد فيروس الكورونا

هل سيحميني اللقاح؟

هل سيحمي اللقاح هؤلاء المقربون لي؟

هل يوجد للقاح أية أعراض جانبية؟

من لا يستطيع ان يأخذ اللقاح؟

حامل أو تعتقدين أنك حامل؟

هل أستطيع العودة للعمل بعد حصولي على اللقاح؟

هل سأصاب بفيروس الكورونا من اللقاح؟

ما أفعل بعد ذلك؟

ما أفعل اذا شعرت بتوعك عندما يحين موعدي التالي؟

بعد حصولي على اللقاح، هل سأحتاج ان اتبع نصائح سيطرة العدوى؟

حصلت على لقاح الإنفلونزا، هل أحتاج للقاح فيروس الكورونا ايضا؟

حصولك على لقاح فيروس الكورونا بأسرع ما يمكنك سيحميك وقد يساعد بحماية عائلتك وهؤلاء المقربون لك.

يجب ان يساعد لقاح فيروس الكورونا على خفض معدلات العدوى الجسيمة وبنقذ الأرواح، وبالتالي سيخفض الضغط على الصحة القومية وخدمات العناية الاجتماعية.

لماذا من المهم ان تحصل على اللقاح ضد فيروس الكورونا

اذا كنت من العاملين بالخط الأمامي في العناية الاجتماعية، فستكون أكثر عرضة للإصابة بفيروس الكورونا في العمل. ويكون عمال العناية الصحية وهؤلاء العاملون في العناية الاجتماعية (بالأخص في دور رعاية المسنين) أكثر عرضة لخطر التعرض المتكرر للعدوى. يمكن ان تكون عدوى فيروس الكورونا خطيرة وتؤدي لتعقيدات طويلة الأجل. وهذه أكثر شيوعا بالموظفين الأكبر سنا او هؤلاء ذوي عوامل الخطر الطبية المزمنة.

يمكنك ان تصاب بفيروس الكورونا دون ان تبدي أعراضا وتنقله لعائلتك وأصدقائك وسكان المنطقة والكثير منهم قد يكونوا بخطر أكثر من فيروس الكورونا. كونك صحيا لا يخفف خطر إصابتك بفيروس الكورونا او بنقله.

مع معدلات الإصابة بفيروس الكورونا المرتفعة من المهم جدا ان تساعد في إيقاف انتشار الفيروس لتجنب الضغط على خدمات الصحة القومية NHS وإبقاء عمالي العناية الصحية والاجتماعية أصحاء.

هل سيحميني اللقاح؟

سيخفض لقاح فيروس الكورونا احتمال تعرضك للإصابة بفيروس الكورونا. مثل كل الأدوية، لا يكون أي لقاح فعالا كليا وقد يتطلب مدة أسبوعين حتى يبني جسمك بعض الوقاية من أول جرعة من التطعيم. قد يصاب بعض الناس بفيروس الكورونا رغم تلقيهم، ولكن سيخفض هذا شدة العدوى.

ح اقل ل ا نأ ن ي ب ت و
ة ي أ ره ظ ت م ل و ل ا ع ف
ي ف ة م ا ل س ف و ا خ م
ن م ر ث ك أ ي ل ع ت ا س ا ر د ل ا
ص خ ش ف ل أ 20



تشمل الأعراض الجانبية الشائعة على:

- الشعور بالألم والطلاوة في الذراع التي تلتقت بها. ويكون هذا أسوأ بعد يوم أو يومين بعد التطعم.
- الشعور بالتعب
- الصداع
- ألم عام أو أعراض شبيهة بالإنفلونزا الخفيفة

مع الشعور بالحرارة ليس غريبا لمدة يومين او ثلاثة، ولكن الحرارة المرتفعة ليست عادية وقد تبين أنك مصاب بفيروس الكورونا او عدوى أخرى (راجع النصيحة في صفحة 6).

يمكنك ان تبلغ عن أعراض اللقاحات الجانبية المشبوعة والأدوية من خلال برنامج البطاقة الصفراء. يمكنك ان تفعل هذا عبر الإنترنت بالبحث عن بطاقة فيروس الكورونا الصفراء او بتنزيل برنامج البطاقة الصفراء.

يمكنك ان تأخذ الجرعة العادية من الباراسيتمول (اتبع النصيحة على التغليف) وترتاح لكي تتعافى. لا تتجاوز الجرعة العادية. وستدوم هذه الأعراض لأقل من أسبوع. اذا بدت أعراضك أنها تزداد سوء، او كنت قلقا، فاتصل مع NHS 111. واذ سعت النصيحة من

هل سيحمي اللقاح هؤلاء المقربون لي؟

الدليل اذا كان لقاح فيروس الكورونا سيخفض احتمالية نقلك للفيروس غير واضح. أغلب اللقاحات خفضت خطر العدوى العام، ولكن بعض الناس الذين تطعموا قد يشعرون بعدوى بلا أعراض او خفيفة وبالتالي قد ينقلون الفيروس. الأرجح ان أي عدوى بشخص متطعم ستكون أقل شدة، وستكون مدة التخلص من الفيروس أقصر. ولذلك نتوقع ان موظفي الصحة والعناية المطعمون سيكونون أقل عرضة لنقل العدوى لأصدقائهم وعائلاتهم وللناس المعرضون الذين يعتنون بهم.

هل يوجد للقاح أية أعراض جانبية؟

مثل كل الأدوية، يمكن ان تسبب اللقاحات أعراضا جانبية. معظمها سيكون خفيفا وقصير الأجل، ولن يتعرض لها الجميع. حتى ولو أهدبت أعراضا بعد أول جرعة، ستحتاج ان تحصل على الجرعة الثانية. مع أنك قد تحصل على بعض الحماية من الجرعة الأولى، حصولك على الجرعة الثانية سيعطيك أفضل حماية ضد الفيروس.

إذا عرفت أنك حاملا بعد حصولك على اللقاح، فلا تقلقي. لا تحتوي اللقاحات على كائنات قادرة على التكاثر في الجسم، ولذلك لن تسبب عدوى فيروس الكورونا في جنينك. وكما فعلنا مع لقاحات أخرى، تؤسس PHE نظام مراقبة لمتابعة النساء اللواتي تم تلقيحهن وهن حوامل. نأمل ان يوفر هذا الطمأنانية المبكرة للنساء مع مرور الوقت.

ويجب على النساء بسن الحمل او الحوامل او تلك اللواتي يعتزمن الحمل او يرضعن ان تقرأ المعلومات المفصلة التالية في

www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-women-of-childbearing-age-currently-pregnant-planning-a-pregnancy-or-breastfeeding

الطبيب او الممرضة، فتأكد ان تقول لهم عن حصولك للقاح (أظهر بطاقة التطعيم) حتى يمكنهم ان يقيموك بشكل صحيح.

من لا يستطيع ان يأخذ اللقاح؟

لا تحتوي اللقاحات على جسيمات حية وبالتالي فهي آمنة للمصابين بأمراض الجهاز المناعي. قد لا يستجيب هؤلاء الناس بشكل جيد للقاح. عددا صغيرا من الناس والمعرضون لخطر كوفيد-19، لا يمكنهم أخذ اللقاح، ويشمل هذا ذوي الحساسيات الشديدة.

حبلي او تعتقد انك حبلي؟

مثل كل الأدوية لم يتم تجربة اللقاحات على النساء الحوامل. ولذلك، ننصح النساء العرضة الأقل للخطر ان ينتظرن حتى يكتمل حملهن قبل ان يحصلن على اللقاح. يرجى التكلم مع رئيسك في العمل عن الوسائل الأخرى لخفض خطر تعرضك لفيروس الكورونا. معظم النساء اللواتي يصبن بفيروس الكورونا اثناء حملهن، لا يعانين نتيجة أسوأ من النساء غير الحوامل وولدن طفلا صحيا. وقد تتغير هذه النصيحة مع توفر معلومات سلامة أكثر عن اللقاحات. اذا كنت حاملا، ولكنك تعتقدين أنك ذات عرضة مرتفعة فقد ترغبين بمناقشة الحصول على اللقاح الآن مع طبيبك او الممرضة.

احتفظ ببطاقتك وتأكد الا تفوت
موعدك المقبل للحصول على
الجرعة الثانية.

Don't forget your
COVID-19 vaccination

NHS

Make sure you keep this record
card in your purse or wallet

For more information on the
COVID-19 vaccination or what
to do after your vaccination,
see www.nhs.uk/covidvaccine

COVID-19 immunisation
Protect yourself.



ما أفعل اذا شعرت بتوعك عندما يحين موعدك التالي؟

اذا شعرت بتوعك، يفضل ان تنتظر
حتى تتعافى قبل ان تحصل على
اللقاح، ولكن يجب ان تحاول ان
تحصل عليه بأقرب فرصة ممكنة.

يجب عليك ألا تحضر موعد التطعيم
اذا كنت تعتزل ذاتيا او تنتظر نتيجة
فحص فيروس الكورونا او غير متأكد
اذا كنت سليما وصحيا.

هل أستطيع العودة للعمل بعد حصولي على اللقاح؟

نعم، سيمكنك العودة للعمل ما دمت
لا تشعر بالمرض. اذا كانت ذراعك
مؤلمة، فقد تجد حمل الأشياء الثقيلة
صعبا. اذا شعرت بالتوعك او التعب،
فيجب عليك ان ترتاح وتتجنب
السوافة او استخدام الآلات.

هل سأصاب بفيروس الكورونا من اللقاح؟

لا يمكنك الإصابة بفيروس الكورونا
من اللقاح، ولكن يمكن ان تصاب
بالفيروس ولا تشعر بالأعراض حتى
بعد موعد التطعيم. يرجى الاستمرار
بإجراء فحوص وقاية منتظمة التي
يرتبها رئيسك في العمل. اذا كان
لديك أي من أعراض فيروس الكورونا،
ظل بالبيت وترتب الحصول على
فحص. اذا أردت معلومات إضافية عن
الأعراض، راجع

[www.nhs.uk/conditions/
/coronavirus-COVID-19/symptoms](http://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-COVID-19/symptoms)

ما أفعل بعد ذلك؟

خطط لحضور موعدك الثاني. يجب
ان يكون معك بطاقة مسجل عليها
موعدك المقبل، للحصول على موعد
ضمن 3-12 أسبوعا. من المهم ان
تحصل على الجرعتين من نفس
اللقاح لتعطيك أحسن درجة من
الحماية.

لكي تستمر بحماية نفسك وسكانك وعائلتك وأصدقائك وزملائك، يجب عليك ان تتبع النصيحة العامة في العمل والبيت وعند الخروج:

- ممارسة التباعد الاجتماعي
 - لبس الكمامة
 - غسل اليدين بحذر وتكرار
 - اتباع التوجيهات السارية
- www.gov.uk/coronavirus

بعد ان حصلت على اللقاح، هل علي أن أتبع كل نصائح سيطرة العدوى؟

لا يمكن للقاح ان يصيبك بفيروس الكورونا، وستخفف الجرعتان احتمالية إصابتك بالمرض الشديد. لا يكون اللقاح فعالا كليا وسيحتاج جسمك بضعة أسابيع لبناء الوقاية من اللقاح.

وعليك ان تتبع التوجيهات بمكان العمل بما فيه لبس معدات الوقاية الشخصية الصحيحة والمشاركة بأي برامج وقاية.



يرجى قراءة كتيب معلومات المنتج للمزيد من التفاصيل عن اللقاح، بما فيه الأعراض الجانبية المحتملة بالبحث عن بطاقة فيروس الكورونا الصفراء.

يمكنك ان تبلغ عن أعراض جانبية مشبوهة في نفس الموقع او بتنزيل برنامج البطاقة الصفراء.

coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk



ينتشر كوفيد-19 من خلال القطرات التي تفر من الأنف والفم وخاصة عن التكلم او السعال. يمكن ان تصاب به بلمس عيونك او أنفك او فمك بعد التواصل مع جسم او سطح ملوث.

يجب ان تسجل مع طبيب

لا تحتاج عيادات الأطباء لإثبات هوية او حالة الهجرة من مرضى يرغبون بالتسجيل معهم. يمكنك ان تجد تفاصيل حول التسجيل مع طبيب في www.nhs.uk/using-the-nhs/nhs-services/gps/how-to-register-with-a-gp-practice

حصلت على لقاح الإنفلونزا. هل أحتاج للقاح فيروس الكورونا ايضا؟

لا يحملك لقاح الإنفلونزا من فيروس الكورونا. بما أنك مؤهل للحصول على اللقاحين، يجب عليك ان تحصل عليهما، ولكن بفارق مدة أسبوع على الأقل.

التطعيم ومساعدة حماية هؤلاء الأكثر عرضة.

إذا احتجت لمعلومات إضافية عن لقاح فيروس الكورونا، يرجى زيارة الموقع الإلكتروني: www.nhs.uk/covidvaccination

حقوق الطبع والنشر © لعام 2020 محفوظة لمؤسسة Crown
رقم 2020 (APS) 2M 1p (AP5) COV2020341V2AR
منفذ صحة عامة بإنجلترا رقم: 2020440

يمكنك طلب المزيد من هذه المنشورات المجانية من www.healthpublications.gov.uk