

هكذا نحمي أنفسنا.



## لقاح كوفيد-19

## معلومات عامة حول التطعيم ضد كوفيد-

## 19 بلقاح الحمض النووي الريبوزي المرسال mRNA (فايزر/بيونتيك، موديرنا)

## هل اللقاح آمن وفعال؟

أي لقاح يُستخدم في سويسرا يلزم أن يحصل أولاً على ترخيص وتوصية. ولتحقيق هذا يجب أن يفي بمتطلبات عالية من حيث السلامة والفعالية والجودة. قام المعهد السويسري للأدوية Swissmedic بفحص لقاحات الحمض النووي الريبوزي المرسال mRNA ضد كوفيد-19 بدقة وقام بترخيصها. فهي آمنة وفعالة. أخذ عشرات الآلاف من الناس اللقاحات أثناء فترة الدراسات. كما أثبتت اللقاحات أنها آمنة وفعالة لكبار السن ونحو الأمراض المزمنة. منذ أن تم الترخيص للقاح تم إعطاء مئات الملايين من الأشخاص بهذه اللقاحات. يجب أن تفوق فوائد التطعيم المخاطر المرتبطة به بشكل واضح. عندها فقط يوصى بهذا التطعيم ويواصل المتخصصون مراقبة سلامة وفعالية اللقاحات.

## أين يمكنني أخذ اللقاح؟

وضعت الحكومة الاتحادية استراتيجية للتطعيم وتوصيات متعلقة به. الكانتونات هي المسؤولة عن التطعيم. استعلم عن أماكن التطعيم سواء على موقع الإنترنت أو من خلال خط المعلومات الخاص بالكانتون الذي تسكن فيه ([www.bag-coronavirus.ch/kantone](http://www.bag-coronavirus.ch/kantone)). أو اسأل طبيبك أو الصيدلي الذي تتعامل معه.

## لمن يوصى بأخذ التطعيم؟

نوصي بأخذ تطعيم كوفيد-19 بلقاح mRNA لكل شخص بدءاً من سن 12 عام.

تنطبق هذه التوصية بشكل خاص على

- الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بفيروس كورونا (المصابين بأمراض مزمنة، والأشخاص بدءاً من سن 65 عاماً، والنساء الحوامل)؛
- بالإضافة للأشخاص المخالطين لهم في محيطهم الخاص أو المهني.

## من يجب ألا يأخذ اللقاح؟

لا نوصي بتطعيم الأشخاص الآتية ضد كوفيد-19 بلقاح mRNA:

- الأشخاص الذين يعانون من حساسية شديدة مؤكدة تجاه أي من مكونات اللقاحات، وخاصة البولي إيثيلين جلايكول (PEG).
- الأطفال والشباب تحت سن 12 سنة. فحتى الآن لا توجد بيانات كافية عن أخذ اللقاح في هذا العمر.

يرجى مراعاة الآتي: هل تعاني من حمى شديدة؟ هل أنت مريض وتشعر بتوعك؟ في هذه الحالة قم بتأجيل موعد تلقي اللقاح.

هل تنتظر نتيجة اختبار كوفيد-19؟ هل أنت قيد العزل أو الحجر الصحي؟ في هذه الحالة لا تأخذ اللقاح الآن. خذ اللقاح بعد ذلك في أقرب وقت ممكن.

## ماذا علي أن أفعل إذا كنت حاملاً أو كنت أرغب في الحمل؟

هل تخططين للحمل؟ إذن، فلتحصلي على التطعيم في أقرب وقت ممكن.

هل أنت حامل بالفعل ولم تحصلي على التطعيم قبل الحمل؟ في الحالة المثالية ننصح بالحصول على التطعيم بدءاً من الأسبوع الثاني عشر للحمل (أي بدءاً من الثلث الثاني من الحمل). إلا أنه يمكن أيضاً من حيث المبدأ الحصول على التطعيم قبل ذلك.

إذا كنت حاملاً أو تخططين للحمل ولديك استفسارات حول التطعيم فتحدثي إلى طبيبك أو طبيبتك أو القابلة. كما يمكنك أيضاً الحصول على معلومات في الصيدليات ومراكز التطعيم بهذا الخصوص.

## كيف يتم أخذ اللقاح؟

ستأخذ حقنة في أعلى الذراع.

## كم مرة يجب أن أتلقى فيها اللقاح؟

على وجه العموم، ستحتاج إلى جرعتين من اللقاح. يمكنك أخذ الجرعة الثانية من اللقاح بعد نحو أربعة أسابيع من أخذ الجرعة الأولى.

من المهم أن تعرف ذلك: قم بأخذ جرعتي اللقاح. عندها فقط تكون محصناً قدر الإمكان. إذا أصبت بالفعل وبشكل مؤكد بعدوى فيروس كورونا فستحتاج إلى جرعة واحدة فقط من لقاح mRNA.

## كيف يحميني اللقاح؟

يقوم جسمك بتطوير أجسام مضادة تحميك من فيروس كوفيد-19. يستغرق هذا نحو أسبوع أو أسبوعين بعد الجرعة الثانية من اللقاح. يعمل اللقاح على تقوية جهاز المناعة لديك. ويساعد جسمك على مقاومة الفيروس. يقلل التطعيم بشكل كبير من خطر الإصابة بمرض كوفيد-19. وفقاً للدراسات الأخيرة، فإن لقاحات mRNA تحمي أيضاً من متغيرات الفيروسات المعروفة سابقاً.

من المهم أن تعرف ذلك: لا يمثل اللقاح حماية مطلقة من الإصابة. بعض الأشخاص قد يصابون بمرض كوفيد-19 بالرغم من أخذ اللقاح. ولكن مع التطعيم أنت محمي إلى حد بعيد من الإصابة الشديدة بالمرض.

قم بإجراء الاختبار على الفور إذا كنت تعاني من أعراض كوفيد-19.

تجد هنا المزيد من المعلومات التفصيلية عن كيفية عمل اللقاح:

[www.bag-coronavirus.ch/mrna](http://www.bag-coronavirus.ch/mrna)

## هكذا نحمي أنفسنا.



## إلى متى يحميني اللقاح؟

في الوقت الحالي يبحث الخبراء المتخصصون المدة التي يشكل فيها اللقاح حماية من الإصابة. حسب الإصدار الحالي من البحث، من المتوقع أن تستمر الحماية من الإصابة الشديدة لمدة اثني عشر شهراً على الأقل. لا يوجد حالياً أي دليل على أن الحماية من تطور المرض الخطير يتناقص بعد ذلك، ولكن قد يكون من الضروري أخذ جرعة أخرى من اللقاح لاحقاً.

## هل يمكن أن أصاب بمرض كوفيد-19 بسبب أخذ اللقاح؟

لا. لن تصاب بمرض كوفيد-19 بسبب اللقاح. لا توجد فيروسات كورونا في اللقاحات.

## هل ينبغي أن أحصل على اللقاح إذا سبقت إصابتي بفيروس كورونا؟

يعتبر اللقاح مفيداً أيضاً إذا أصبت بعدوى فيروس كورونا في السابق. وبصفة عامة ستكون محمياً من الإصابة بعدوى جديدة لفترة من الوقت بعد الإصابة بالمرض. لكن من غير المعروف طول هذه الفترة. إلا أن هناك إشارات تدل على أن الأشخاص الذين تم تطعيمهم يتمتعون بحماية أفضل من الأشخاص الذين تعافوا بعد الإصابة. لذلك ننصح بتلقي التطعيم حتى تكون محمياً من الإصابة على المدى الطويل. احرص قدر الإمكان على التطعيم في غضون ثلاثة أشهر من الإصابة. بعد أربعة أسابيع من الإصابة المؤكدة بفيروس كورونا، تكفي جرعة واحدة من اللقاح. يمكن الاستغناء عن جرعة اللقاح الثانية. تنطبق الاستثناءات على الأشخاص المعرضين للخطر بشكل خاص؛ استفسر لدى طبيبك أو طبيبك.

## هل توجد آثار جانبية؟

مع كل جرعة من اللقاح قد تظهر آثار جانبية. إلا أنها تكون في أغلب الأحيان خفيفة إلى معتدلة وتختفي بسرعة. من النادر جداً حدوث آثار جانبية شديدة. عانى بعض الأشخاص من رد فعل تحسسي شديد بعد التطعيم ضد كوفيد-19 بلقاح mRNA. في حالات نادرة جداً تمت ملاحظة التهابات في عضلة القلب أو التامور (غشاء القلب) خلال 14 يوماً من التطعيم، حيث كانت خفيفة في أغلب الحالات وكان من الممكن علاجها بشكل جيد. حتى الآن تم تقييم هذا بأنه من المحتمل أن يكون مرتبطاً بالتطعيم. تحدث هذه الالتهابات في حالة الإصابة بعدوى فيروس كورونا بشكل أكثر من حدوثها بعد التطعيم. باستثناء هذا حتى الآن لا توجد حالات لافتة للانتباه لآثار جانبية خطيرة. من المتوقع حدوث مثل هذه الآثار الجانبية، في غضون بضعة أشهر من أخذ اللقاح. يراقب الخبراء المتخصصون الإشارات المحتملة لذلك عن كثب.

## ما هي الآثار الجانبية المحتملة؟

- موضع الزراع الذي تم أخذ الحقنة فيه يتعرض للاحمرار أو الألم أو التورم.
- الصداع
- الشعور بالإعياء
- آلام في العضلات والمفاصل
- أعراض عامة مثل القشعريرة أو الشعور بالحمى أو الحمى الخفيفة

تظهر هذه الآثار الجانبية في المعتاد بعد أخذ اللقاح. تشير هذه الأعراض إلى أن الجسم بدأ في تكوين الحماية ضد المرض. لذلك فهي تمثل علامة جيدة طالما كانت بدرجة معتدلة. في حالة رد الفعل التحسسي، يحدث، على سبيل المثال، تورم أو احمرار شديد أو حكة أو ضيق في التنفس بعد أخذ اللقاح مباشرة. الأعراض المعتادة لالتهاب عضلة القلب هي ألم في الصدر، وضيق في التنفس، وخفقان القلب. توجه إلى طبيبك أو طبيبك على الفور في حالة حدوث مثل هذه الأعراض.

## إلى متى يمكن أن تستمر الآثار الجانبية؟

تختفي الآثار الجانبية في المعتاد بعد بضعة أيام. هل لا يزال لديك آثار جانبية بعد مرور أسبوع؟ هل تزداد سوءاً؟ أو هل أنت قلق؟ عندئذ تحدث مع طبيبك أو طبيبك.

## أخذت اللقاح. هل يمكن أن تسبب في عدوى أشخاص آخرين بفيروس كورونا؟

بعد التطعيم الكامل تقل فرص إصابتك بفيروس كورونا بشكل كبير، وبالتالي يقل خطر انتقال العدوى. ولكن لا يتيح التطعيم حماية بنسبة مائة بالمائة. يرجى مراعاة الآتي: واصل الالتزام بقواعد النظافة والسلوك الوقائي وارتداء الكمامة حيثما يلزم ذلك. لكن: في حالة تطعيمك بالجرعات الكاملة وفي المقابلات الخاصة مع أشخاص حصلوا على الجرعات الكاملة للتطعيم يمكنك التخلي عن الالتزام بمسافة الأمان. لا يجب عليك الخضوع إلى الحجر الصحي في حالة كنت على اتصال وثيق بشخص كانت نتيجة اختبار إيجابية. بالإضافة إلى ذلك لا يجب عليك الالتزام بالإجراءات الخاصة بالدخول إلى سويسرا<sup>1</sup>.

## من سيدفع تكلفة اللقاح؟

اللقاح مجاني بالنسبة لك. يدفع التأمين الصحي جزء من تكلفة التطعيم، وتغطي الدولة والكانتونات باقي التكلفة.

## هل أخذ اللقاح اختياري؟

نعم. أخذ اللقاحات اختياري في سويسرا. لا يوجد إلزام بأخذ اللقاح.

## أين أجد مزيداً من المعلومات؟

تجد مزيد من المعلومات حول لقاح كوفيد-19 على موقع الإنترنت الخاص بالمكتب الاتحادي للصحة:

[www.foph-coronavirus.ch/vaccination](http://www.foph-coronavirus.ch/vaccination)

أو اسأل طبيبك أو طبيبك. أو في الصيدلية.

<sup>1</sup> الدخول إلى سويسرا - باللغة الإنجليزية (admin.ch)

