

## تطعيم النساء الحوامل ضد أنفلوانزا H1N1 (أنفلوانزا الخنازير)

أنا حامل. هل يجب أن أحصل على تطعيم أنفلوانزا H1N1؟  
نعم. تطعيم الأنفلوانزا هو الطريقة المثلى لحمايتك وحماية طفلك من الأنفلوانزا. يجب أن يحصل النساء الحوامل على تطعيم أنفلوانزا H1N1 وتطعيم الأنفلوانزا الموسمية.

لماذا يجب أن أحصل على تطعيم أنفلوانزا H1N1؟  
إن تطعيم الأنفلوانزا هام للغاية بالنسبة للسيدة الحامل وذلك لأنها تكون معرضة بشكل خطر للمرض الشديد إذا ما أصيبت بالأنفلوانزا. فقد توفت سيدة حامل في الولايات المتحدة الأمريكية بسبب أنفلوانزا H1N1.

هل تطعيم الأنفلوانزا H1N1 آمن بالنسبة لي ولطفلي؟  
نعم. إن تطعيم أنفلوانزا H1N1 آمن تماماً مثل تطعيم الأنفلوانزا الموسمية. لقد ثبت أن تطعيم الأنفلوانزا الموسمية آمن تماماً بالنسبة للسيدة الحامل والأطفال. لقد تم اختبار تطعيم أنفلوانزا الخنازير والتأكد من أنه آمن تماماً مثل تطعيم الأنفلوانزا الموسمية.

هل يحتوي تطعيم أنفلوانزا H1N1 على مواد حافظة؟  
إن المادة الحافظة في التطعيم هي ثيميروسال وهي مادة آمنة للسيدات الحوامل وأطفالهن. قد تتوافر بعض أنواع التطعيم لأنفلوانزا الخنازير وتكون خالية من الثيميروسال إذا كنت تفضل تجنب المواد الحافظة (تحقق من ذلك مع جهة تقديم الرعاية الصحية التي تتبعها). من الأمان لك أن تحصلي على التطعيم سواء كان يحتوي أو لا يحتوي على مادة الثيميروسال.

هل أحتاج للحصول على تطعيم أنفلوانزا الخنازير وتطعيم أنفلوانزا الخنازير؟  
نعم. لن يحميك تطعيم الأنفلوانزا الموسمية من الإصابة بأنفلوانزا الخنازير. لن يحميك تطعيم أنفلوانزا الخنازير من الإصابة بالأنفلوانزا الموسمية. سوف تحتاجين للحصول على تطعيمين مختلفين لحماية نفسك وطفلك من الإصابة بأنفلوانزا الخنازير والأنفلوانزا الموسمية. يمكنك الحصول على كل التطعيمين في نفس الوقت. يجب أن تحصل السيدات الحوامل على كلا التطعيمين بأسرع ما يمكن.

ما هو نوع التطعيم الذي يجب أن أحصل عليه؟  
هناك نوعان من تطعيم الأنفلوانزا. يجب أن تحصل السيدة الحامل على تطعيم الأنفلوانزا التي يتم حقنها باستخدام إبرة، وعادة ما تكون في الذراع. لا يمكن للسيدات الحوامل أن تحصلن على النوع الآخر، وهو تطعيم الأسبراي الأنفي.

ما هي الآثار الجانبية المحتملة لتطعيم أنفلوانزا الخنازير؟  
لن يعاني أغلب الناس من الآثار الجانبية. أما إذا ظهرت الآثار الجانبية، فمن المحتمل أن تكون معتدلة. عادةً ما تبدأ الآثار الجانبية بعد الحصول على التطعيم تماماً وتستمر لمدة يوم إلى يومين. وقد تشتمل على حمى (ارتفاع درجة الحرارة) أو أوجاع أو ألم أو احمرار أو تورم في مكان الحقن بالتطعيم. وكما هو الحال مع أي دواء، فإن هناك فرصة ضئيلة للغاية أن يحدث رد فعل يسبب الحساسية. إن المشكلات الخطيرة الناتجة عن تطعيم الأنفلوانزا نادرة للغاية. إن خطر التطعيم أقل كثيراً من خطر الأنفلوانزا. إذا كانت لديك حساسية شديدة من البيض أو أية مادة أخرى في التطعيم، يجب ألا تحصل على التطعيم.

هل يمكن أن يحصل طفلي على تطعيم أنفلوانزا الخنازير؟  
الأطفال الأقل من 6 أشهر لا يمكنهم الحصول على التطعيم. إن أي شخص يعيش مع أو يعتني بطفل عمره أقل من 6 أشهر، يجب أن يحصل على تطعيم كل من الأنفلوانزا الموسمية وأنفلوانزا الخنازير لحماية الطفل المولود حديثاً من الإصابة بالأنفلوانزا.

كم عدد الجرعات التي يجب أن أحصل عليها من تطعيم أنفلوانزا الخنازير لعام 2009؟  
إن السيدات الحوامل وكل الأشخاص الآخرين الذين يزيد عمرهم عن 10 سنوات، سوف يحتاجون إلى جرعة واحدة من تطعيم أنفلوانزا الخنازير.

ماذا يمكنني أن أفعل أيضاً لحماية نفسي وطفلي؟

- كل شخص تعيش معه يجب أن يحصل على تطعيم الأنفلوانزا الموسمية وتطعيم أنفلوانزا الخنازير قبل ولادة الطفل.
- يجب غسل اليدين من حين لآخر بالماء والصابون. إذا لم يتوفر الماء والصابون، يجب استخدام غسول يدي يحتوي على الكحول.
- تجنبي لمس العينين والأنف والفم. حيث أن الجراثيم تنتشر بهذه الطريقة.
- ابتعدي عن الأشخاص المرضى.

للاطلاع على التحديثات، يُرجى زيارة الموقع [www.kingcounty.gov/health/h1n1](http://www.kingcounty.gov/health/h1n1) أو اتصل بالخط الساخن للأنفلوانزا على الرقم -903-877-5464، طوال اليوم (باللغتين الإنجليزية والأسبانية).