

هكذا نحمي أنفسنا.



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 بتخليصها. فهي آمنة وفعالة. أخذ عشرات الآلاف من الناس اللقاحات أثناء فترة الدراسات. كما أثبتت اللقاحات أنها آمنة وفعالة لكبار السن ونوي الأمراض المزمنة. منذ أن تم الترخيص للقاح تم إعطاء عدة مليارات 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). 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.

نوصي أيضاً بتطعيم الأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين 5 و 11 عاماً ضد مرض كوفيد 19 باللقاح الخاص بالأطفال من فايزر/بيونتيك (انظر النشرة «تطعيم الأطفال بين 5 و 11 عاماً ضد كوفيد 19»)

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) أو ثلاثي أمينو الميثان (TRIS). يرجى التشاور مع أخصائية الحساسية أو أخصائي الحساسية.
- الأطفال والشباب دون سن 5 سنوات. فحتى الآن لا توجد بيانات كافية عن أخذ اللقاح في هذا العمر.

يرجى مراعاة الآتي: هل تعاني من حمى شديدة؟ هل أنت مريض وتشعر بتوسع؟ هل 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.

بعد الحصول على الجرعة الأولى من اللقاح، يجب عليك البقاء للمراقبة في مركز التطعيم لمدة 15 دقيقة من التطعيم.

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.

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.

تنطبق الاستثناءات على الأشخاص المعرضين للخطر بشكل خاص الذين يعانون من ضعف في جهاز المناعة؛ استفسر لدى طبيبتك أو طبيبك.

ينصح بأخذ الجرعة التنشيطية من اللقاح للأشخاص بدءاً من سن 16 عاماً بعد مرور 4 أشهر من التطعيم الأساسي الكامل (انظر النشرة «جرعة تنشيطية من لقاح الحمض النووي الريبوزي المرسال mRNA»).

كيف يحمي 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 الشديدة بمرض كوفيد-19.

من المهم أن تعرف ذلك: لا يمثل اللقاح حماية مطلقة من الإصابة. بعض الأشخاص قد يصابون بمرض كوفيد-19 بالرغم من أخذ اللقاح.

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

إلى متى يحميني اللقاح؟

توفر لقاحات mRNA الحماية بشكل جيد للغاية من الإصابات الشديدة بمرض كوفيد-19 التي تتطلب الإقامة في المستشفى. إلا أنه ثبت أن درجة الحماية التي يوفرها اللقاح قد تقل مع مرور الوقت بالنسبة للأشخاص الذين تزيد أعمارهم عن 65 عامًا. لذلك فإننا ننصح هذه الفئة العمرية بأخذ جرعة تنشيطية بعد مرور 4 أشهر من آخر جرعة اللقاح. حتى الآن ليس من الواضح إذا انخفضت درجة الحماية التي يوفرها اللقاح من الإصابات الشديدة للأشخاص في عمر أقل من 65 سنة أو من متحورات الفيروس. ومع ذلك فإن تأثير الحماية من الإصابات الخفيفة ونقل الفيروس يقل لدى كافة الأشخاص مع مرور الوقت. وقد يتم هذا التقليل بشكل أسرع أو أبطأ اعتمادًا على المتحور. لهذا السبب ننصح كافة الأشخاص في الفئة العمرية بين 16 و 64 عامًا بأخذ جرعة تنشيطية من اللقاح.

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 مفيدًا أيضًا إذا أصبت بعدوى فيروس كورونا في السابق. وبصفة عامة ستكون محميًا من الإصابة بعدوى جديدة لفترة من الوقت بعد الإصابة بالمرض. لكن من غير المعروف طول هذه الفترة. ننصح بتلقي التطعيم حتى تكون محميًا 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 بشكل عام جرعة واحدة من اللقاح لغرض التطعيم الأساسي. يمكن الاستغناء عن جرعة اللقاح الثانية.

هل توجد آثار جانبية؟

مع كل جرعة من اللقاح قد تظهر آثار جانبية. إلا أنها تكون في أغلب الأحيان خفيفة إلى معتدلة وتخفي بسرعة. من النادر جدًا حدوث آثار جانبية شديدة. عانى بعض الأشخاص من رد فعل تحسسي شديد بعد التطعيم ضد كوفيد-19 بلقاح mRNA. في حالات نادرة جدًا تمت ملاحظة التهابات في عضلة القلب أو التامور (غشاء القلب) خلال 14 يومًا من التطعيم، حيث كانت خفيفة في أغلب الحالات وكان من الممكن علاجها بشكل جيد. بالنسبة للأشخاص دون 30 عامًا، تمت ملاحظة هذه الالتهابات بشكل أكثر بعد تطعيمهم بلقاح موديرنا. لذلك يوصى أن يتلقى الأشخاص في عمر أقل من 30 عامًا الجرعة التنشيطية بلقاح فايزر/بيونتيك. ينطبق على اللقاحين ما يلي: تفوق فوائد تطعيم كوفيد 19 أيضاً بالنسبة للأشخاص الصغار في العمر المخاطر المحتملة بشكل واضح. تحدث التهابات في عضلة القلب أو التامور (غشاء القلب) 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 النزاع 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، والخفقان الشديد بالقلب. توجه إلى طبيبك أو طبيبك على الفور في حالة حدوث مثل هذه الأعراض.

إلى متى يمكن أن تستمر الآثار الجانبية؟

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

أخذت اللقاح. هل يمكن أن أسبب 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 ودرجة الحماية التي يوفرها التطعيم تقل مع مرور الوقت. وقد تختلف درجة الحماية وسرعة تقليلها من متحور فيروس إلى آخر. يرجى مراعاة الآتي: واصل الالتزام بقواعد النظافة والسلوك الوقائي وبارتداء 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 اختبارها إيجابية. بالإضافة إلى ذلك لا يجب عليك الالتزام بالإجراءات الخاصة بالدخول إلى سويسرا. 1.

من سيدفع تكلفة اللقاح؟

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

هل أخذ اللقاح اختياري؟

نعم. أخذ اللقاح اختياري في سويسرا.

أين أجد مزيدًا من المعلومات؟

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

www.foph-coronavirus.ch/vaccination

أو اسأل طبيبك أو طبيبك. أو في الصيدلية.

