

## تبدأ حماية طفلك من الأنفلونزا عندما تحملين



### أين يمكنني الحصول على المزيد من المعلومات؟

تحدثي إلى مقدم خدمة التحصين حول التطعيم أثناء الحمل.

اتصلي بوزارة الصحة في ولايتك أو مقاطعتك:

02 5124 9800	<b>ACT</b>
1300 232 272	<b>SA</b>
1300 066 055	<b>NSW</b>
1800 671 738	<b>TAS</b>
08 8922 8044	<b>NT</b>
1300 882 008	<b>VIC</b>
08 9321 1312	<b>WA</b>
13 HEALTH (13 432 584)	<b>QLD</b>

### التعامل مع الأنفلونزا

الأنفلونزا ليست مثل نزلات البرد. وعلى الرغم من تشابه بعض الأعراض، قد يصبح بعض الأشخاص مرضى بدرجة خطيرة.

#### ما هي أعراض الأنفلونزا؟

عادة ما تكون بداية مفاجئة لما يلي:

- حمى (ارتفاع في درجة الحرارة)
- سعال
- التهاب الحلق
- سيلان أو انسداد الأنف
- آلام العضلات أو الجسم
- صداع
- إرهاق (تعب).

الأنفلونزا مرض يستمر عادة لمدة 5-7 أيام أو أكثر.

#### ماذا لو أصبت بالأنفلونزا؟

- غطي فمك عند السعال/العطس واغسلي يديك قبل لمس طفلك
- إذا كنتي ترضعين طفلك رضاعة طبيعية، استمري في ذلك ولكن تجنبي السعال والعطس بالقرب من طفلك
- تعاملي مع درجة الحرارة وآلام العضلات الخاصة بك بتناول الباراسيتامول.

يمكن لطبيبك أن ينصحك بشأن خيارات العلاج.

#### ماذا لو أصيب شخص في أسرتي بالأنفلونزا؟

- ابقهم بعيداً عن الطفل إن أمكن
- تأكدي من قيامهم بتغطية أفواههم عند السعال/العطس وغسل أيديهم قبل لمس الطفل.

#### ماذا لو أصيب طفلي بأعراض أشك بأنها الأنفلونزا؟

- إذا كانت الرضاعة طبيعية، استمري في ذلك
- اطلبي الرعاية الطبية من طبيب ممارس عام
- ابق طفلك بعيداً عن الأشخاص الآخرين، خاصة الأطفال الرضع والأطفال وكبار السن والسيدات الحوامل والأشخاص الذين يعانون من حالات طبية.

[health.gov.au/immunisation](http://health.gov.au/immunisation)



جميع المعلومات في هذا المنشور صحيحة اعتباراً من آذار/مارس 2022.  
DT0002930



Australian Government  
Department of Health



National  
Immunisation  
Program

A joint Australian, State and Territory Government Initiative



**STOP INFLUENZA**  
in pregnancy and newborns

أسألي عن اللقاح المجاني اليوم.

[health.gov.au/immunisation](http://health.gov.au/immunisation)

## ما هي الأنفلونزا؟

الأنفلونزا هي عدوى فيروسية شديدة العدوى تنتشر عندما يسعل الشخص المصاب أو يعطس. يمكن أن تسبب الأنفلونزا مرضاً شديداً ومضاعفات تهدد الحياة، بما في ذلك الالتهاب الرئوي وإلحاق الأذى بالقلب وأعضاء أخرى.

## الأنفلونزا مرض خطير للسيدات الحوامل وأطفالهن

- التغييرات في وظائف المناعة والقلب والرئة أثناء الحمل تجعلك أكثر عرضة للإصابة بأمراض خطيرة بسبب الأنفلونزا.
- حتى السيدات الصحيحات اللاتي لا يعانين من تعقيدات في الحمل يمكن أن يصبن بالأنفلونزا المهددة للحياة. يمكن أن تشمل المضاعفات الأخرى الولادة المبكرة أو ولادة جنين ميت.
- بالنسبة للأطفال الصغار، يمكن أن تسبب عدوى الأنفلونزا التهاباً رئوياً وقد تؤدي إلى الوفاة.
- الأطفال الذين عمرهم أقل من سن ستة أشهر هم الأكثر عرضة لدخول المستشفى بسبب الأنفلونزا مقارنةً بأي فئة عمرية أخرى. هؤلاء الأطفال أصغر من أن يحصلوا على لقاح الأنفلونزا بأنفسهم.



## يمنح التطعيم ضد الأنفلونزا أثناء الحمل الحماية لطفلك

- أفضل طريقة لحماية طفلك حديث الولادة من الأنفلونزا هي التطعيم أثناء الحمل.
- عن طريق الحصول على التطعيم، تقومين بنقل الأجسام المضادة الواقية لطفلك من خلال المشيمة، والتي تحميه في الأشهر القليلة الأولى من حياته عندما يكون أكثر عرضة للتضرر وأصغر من الحصول على لقاح الأنفلونزا بنفسه.
- كما يقلل أيضاً التطعيم أثناء الحمل من فرصتك في التعرض لولادة جنين ميت وغيره من المضاعفات التي يمكن أن تضر بطفلك النامي.



## يعد لقاح الأنفلونزا آمناً في أي مرحلة من مراحل الحمل

- هناك أدلة كثيرة تثبت سلامة لقاح الأنفلونزا للسيدات الحوامل. لم تجد الدراسات على السيدات اللاتي تم تحصينهن أثناء الحمل أي دليل على أن لقاح الأنفلونزا يضر بأطفالهن النامية.
- يمكن أن تشمل الآثار الجانبية الشائعة من لقاح الأنفلونزا ألماً خفيفاً أو احمراراً أو تورماً في مكان التطعيم، ويستمر ذلك أقل من بضعة أيام وتختفي دون علاج. هذه الآثار الجانبية ليست أكثر شيوعاً في السيدات الحوامل عنها بين السيدات غير الحوامل.

## الأسئلة الشائعة

**س: هل لقاح الأنفلونزا مجاني للسيدات الحوامل؟**

نعم. اللقاح مجاني للسيدات الحوامل من خلال برنامج التحصين الوطني.

**س: متى يجب تحصين السيدات الحوامل؟**

يمكن إعطاء لقاح الأنفلونزا بأمان في أي مرحلة من مراحل الحمل. ومن الأفضل إعطاؤه قبل بدء موسم الأنفلونزا، ومع ذلك، يمكن إعطاؤه في أي وقت خلال العام وسيظل يوفر بعض الحماية للأم والطفل عند ولادته. يمكن إعطاء لقاح الأنفلونزا في نفس يوم السعال الديكي (الشاهوق) و / أو لقاح COVID-19.

**س: هل أحتاج للتطعيم مرة أخرى إذا تم تحصيني في الشتاء الماضي؟**

نعم. يتم تغيير لقاح الأنفلونزا كل عام للحماية من أنواع الأنفلونزا التي من المتوقع أن تكون الأكثر شيوعاً في تلك السنة.

**س: ما هي التطعيمات الأخرى الموصى بها أثناء الحمل؟**

يوصى أيضاً بلقاح السعال الديكي (الشاهوق) و لقاح COVID-19 وإعطائهما مجاناً للسيدات الحوامل.