

لقاح كوفيد-19

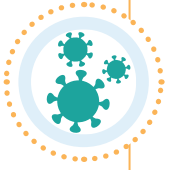


كيف أتحدث مع أفراد عائلتي حول لقاح كوفيد-19؟

تم آخر تحديث: 18 مايو/أيار، 2021

من المهم معرفة الحقائق حول لقاح كوفيد-19 حتى تتمكن من إجراء محادثة مستنيرة مع أحد أفراد أسرتك حول ما إذا كان ينبغي عليهم الحصول على اللقاح أم لا. نأمل أن تساعدك ورقة المعلومات هذه في تلك المحادثات.

ما هو كوفيد-19؟



- كوفيد-19 هو مرض معد يسببه فيروس كورونا 2019.
- يمكن أن ينتشر كوفيد-19 عندما يسعل شخص مصاب بالفيروس، أو يعطس أو يتحدث أو حتى يتنفس بالقرب من شخص آخر.
- قد يكون بعض الأشخاص مصابين بالفيروس ولا يعرفون ذلك، ولا يزالون ينشرونه للآخرين.
- قد يعاني الأشخاص المصابون بكوفيد-19 من:

- سعال

- حمى

- الشعور بالتعب

- فقدان التذوق أو الشم

- ضيق في التنفس

- إسهال أو قيء

- قشعريرة

- سيلان في الأنف.

- يعاني بعض الأشخاص المصابين بكوفيد-19 من أعراض خفيفة. قد لا يشعر الآخرون بالمرض على الإطلاق. لكن بعض الأشخاص المصابين بكوفيد-19 يمرضون بشدة ويمكن أن يموتوا.

ما هو اللقاح؟



- يخبر اللقاح جهاز المناعة لديك أن يصنع أجسامًا مضادة تساعد جسمك على محاربة الجراثيم التي يمكن أن تؤذي.
- يصنع العلماء لقاحات لحماية الآخرين من الجراثيم، بما في ذلك البكتيريا والفيروسات مثل فيروس كورونا.

(يتبع في صفحة 2)

* في هذا المستند، عندما نشير إلى "اللقاح"، فإننا نشير إلى جميع لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة على إدارتها من قبل وزارة الصحة الكندية

- لقد حصلنا بالفعل على لقاحات لأمراض أخرى، مثل شلل الأطفال والأنفلونزا والحصبة.
- يعمل لقاح COVID-19 مع الدفاعات الطبيعية لجسمك لمحاربة كوفيد-19، تمامًا مثل اللقاحات الأخرى.
- يتم إعطاء لقاح COVID-19 من خلال إبرة.
- يعتقد الأطباء ومقدمو الرعاية الصحية أن عددًا أقل من الأشخاص سيصابون بـ COVID-19 إذا حصل المزيد من الناس على اللقاح.
- يعتقد الأطباء ومقدمو الرعاية الصحية أنه من المهم للجميع الحصول على لقاح كوفيد-19.

كيف يعمل لقاح كوفيد-19؟

- وافقت كندا على أربعة لقاحات كوفيد-19 تم تطويرها بواسطة أربع شركات : Pfizer-BioNTech و Moderna و AstraZeneca و Johnson & Johnson (Janssen).
- تم تطوير كل لقاح بشكل مختلف، لكن جميعها فعالة في الحماية من كوفيد-19. راجع [ورقة معلومات الأسئلة الشائعة](#) في هذه السلسلة للحصول على معلومات حول الاختلافات بين اللقاحات الأربعة.
- يقوم لقاح كوفيد-19 بتدريب جهاز المناعة لديك على صنع أجسام مضادة ضد فيروس كورونا. إذا تعرضت لفيروس كوفيد-19 بعد أخذ اللقاح، فإن الأجسام المضادة جاهزة للمساعدة في محاربتة ومنعك من الإصابة بالمرض.
- لا يحتوي أي من لقاحات كوفيد-19 على فيروس كوفيد-19، لذلك لا يمكن أن يعطيك كوفيد-19. بدلاً من ذلك، تعطي اللقاحات جسمك وصفة لصنع الأجسام المضادة.

هل تحتاج إلى جرعة واحدة أو جرعتين من اللقاحات؟

- تتطلب لقاحات Pfizer و BioNTech و Moderna و AstraZeneca جرعتين لتتمتع بالحماية الكاملة من كوفيد-19
- جرعة واحدة من هذه اللقاحات الثلاثة لا تكفي. من المهم جدًا الحصول على الجرعة الثانية من اللقاح حتى لو ظهرت عليك أعراض خفيفة بعد الجرعة الأولى.
- سيخبرك الشخص الذي يعطيك اللقاح بموعد اللقاح الثاني، لذا انتبه إلى التاريخ.
- يتطلب لقاح Janssen (Johnson & Johnson) جرعة واحدة فقط لتتمتع بالحماية الكاملة من كوفيد-19.

كيف نعرف ما إذا كانت اللقاحات آمنة؟

- نحن نعلم أن جميع اللقاحات الأربعة فعالة، وهي الطريقة الرئيسية التي سنتغلب بها على كوفيد-19.
- ستمنع اللقاحات الأشخاص من الموت أو الحاجة إلى الذهاب إلى المستشفى بسبب كوفيد-19.
- اللقاحات لا تمنحك كوفيد-19. إنهم يعملون مع جهاز المناعة لديك حتى يكون جسمك مستعدًا لمحاربة الفيروس إذا لامسته.

(يتبع في صفحة 3)

* في هذا المستند، عندما نشير إلى "اللقاح"، فإننا نشير إلى جميع لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة على إدارتها من قبل وزارة الصحة الكندية

- عمل الأطباء والعلماء على التأكد من أن اللقاحات آمنة. يواصلون مراقبة سلامة اللقاح لتحديد أي آثار جانبية نادرة. يساعد ذلك في ضمان الحفاظ على إمدادات لقاح آمنة وفعالة.
- اختبر العلماء اللقاحات مع العديد من الأشخاص. أعطوا كل الناس في الاختبارات إبرة. بعض الناس لديهم لقاح في إبرهم والبعض الآخر لديهم إبرة لا تحتوي على لقاح.
- ثم نظر العلماء إلى ما حدث للناس في المجموعتين مع مرور الوقت.
- تقريباً كل الأشخاص الذين حصلوا على لقاح لم يمرضوا. أصيب الكثير من الناس بالمرض الذين لم يحصلوا على لقاح.
- بعد أن تلقى الملايين من الناس اللقاحات، تم اكتشاف أن لقاحا AstraZeneca و Janssen يمكن أن يسببا اضطراباً نادراً ولكنه خطير في الدم يسمى قلة الصفائح التخثرية الناتجة عن اللقاح. (VITT) يمكن أن يسببا جلطات الدم، ودخول وحدة العناية المركزة وحتى الموت. ومع ذلك، فإن مراقبة السلامة صارمة للغاية لدرجة أن العلماء تمكنوا من ملاحظة هذا التأثير الجانبي النادر وأصبح الأطباء الآن قادرين على التعرف عليه وعلاجه.
- يرجى التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كنت قلقاً بشأن أي من اللقاحات.



ما هي الآثار الجانبية للقاح؟

- تشمل الآثار الجانبية الشائعة:
 - ألم في الذراع
 - احمرار وتورم مكان حقن الإبرة
 - الشعور بالتعب
 - صداع
 - حمى أو قشعريرة خفيفة
 - آلام العضلات أو آلام المفاصل
- عادة ما تكون هذه الآثار الجانبية خفيفة أو معتدلة وتختفي بعد بضعة أيام.



ماذا عن جلطات الدم المصاحبة لبعض اللقاحات؟

- VITT هو اضطراب دم نادر ولكنه خطير. يمكن أن يتطور في أي شخص من أربعة إلى 28 يومًا بعد الحصول على لقاح AstraZeneca أو Janssen.
- الأشخاص الذين عانوا من اضطراب مشابه يسمى نقص الصفائح الناجم عن الهيبارين (HIT) أو الذين أصيبوا بتجلط الوريد الجيوب الأنفية الدماغية قد يكونون أكثر عرضة للإصابة بـ VITT يمكن أن يؤدي الاضطراب إلى أنواع معينة من الجلطات الدموية، ودخول وحدة العناية المركزة ICU وحتى الموت.
- يمكن أن يتسبب مرض كوفيد-19- أيضاً في حدوث جلطات دموية ودخول وحدة العناية المركزة والوفاة. في بعض الحالات، قد يكون خطر الإصابة بمشكلات صحية من لقاح AstraZeneca أو Janssen أقل بكثير من خطر الإصابة بمضاعفات خطيرة من كوفيد-19-. تحدث مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك للحصول على معلومات حول المخاطر الخاصة بك ولمساعدتك في تحديد ما إذا كنت ستحصل على هذه اللقاحات.

(يتبع في صفحة 4)

* في هذا المستند، عندما نشير إلى "اللقاح"، فإننا نشير إلى جميع لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة على إدارتها من قبل وزارة الصحة الكندية

- بسبب ارتفاع مخاطر VITT مع لقاح AstraZeneca ، قررت حكومة أونتاريو التوقف عن إعطاء الجرعات الأولى من هذا اللقاح المحدد. إذا كنت قد تلقيت جرعتك الأولى بالفعل، فاعلم أنك قد تناولت لقاحًا فعالًا للغاية. لا يزال بإمكانك تلقي AstraZeneca كجرعتك الثانية، أو قد يُعرض عليك لقاح مختلف لجرعتك الثانية.
- راجع [ورقة معلومات الأسئلة الشائعة](#) في هذه السلسلة للحصول على مزيد من المعلومات حول VITT ولقاح AstraZeneca.

هل يوجد من لا يجب أن يأخذ اللقاح؟

- لا توجد لقاحات معتمدة لكوفيد-19 لأي شخص يقل عمره عن 12 عامًا. يتم إجراء المزيد من الاختبارات في الوقت الحالي للتأكد من أنها آمنة للأطفال والشباب.
- إذا كانت لديك أي أعراض تجعلك تعتقد أنك قد تكون مصابًا بكوفيد-19، فقد تضطر إلى الانتظار للحصول على اللقاح.
- إذا كنت تعاني من حساسية تجاه **البولي إيثيلين جلايكول (PEG)**، فلا يجب أن تحصل على لقاح mRNA (Moderna أو Pfizer-BioNTech). يعد البولي إيثيلين جلايكول مكونًا شائعًا في منتجات مثل الأدوية والمليينات وشراب السعال.
- إذا كنت تعاني من حساسية تجاه **بولي سوربات 80**، فلا يجب أن تحصل على لقاح AstraZeneca أو Janssen (Johnson & Johnson). بولي سوربات هو عنصر شائع في منتجات مثل الأدوية والمكياج.
- إذا كنت تعاني من حساسية تجاه عقار **تروميثامين**، فلا يجب أن تحصل على لقاح Moderna. تروميثامين هو مكون موجود فقط في لقاح Moderna.
- الأشخاص الذين يعانون من نقص الصفائح الناجم عن الهيبارين (HIT) أو تجلط الوريد الجيوب الأنفية الدماغية قد يكونون أكثر عرضة للإصابة بـ VITT، مما قد يؤدي إلى تجلط الدم، ودخول وحدة العناية المركزة وحتى الموت. لا ينبغي أن يحصلوا على لقاح AstraZeneca أو Janssen.
- إذا كان لديك رد فعل تحسسي خطير تجاه الجرعة الأولى من لقاح كوفيد-19، فاسأل طبيبك عما إذا كان يجب أن تحصل على نوع مختلف من اللقاح.

لماذا من المهم أن يحصل الأشخاص المصابون بمرض عقلي و / أو مدمنون على اللقاح؟

- لقد كان هذا الوباء صعبًا جدًا على الجميع، وخاصة الأشخاص المصابين بأمراض عقلية والذين يعانون من مشاكل المخدرات أو الكحول.
- من المرجح أن يصاب الأشخاص المصابون بمرض عقلي خطير بكوفيد-19 وأن يمرضوا حقًا.
- الأشخاص الذين يتعاطون المخدرات، أو مدمنون عليها، هم أيضًا أكثر عرضة للإصابة بكوفيد-19 وأن يصبحوا مرضى بشدة.
- تحمي اللقاحات الأشخاص الذين يحصلون عليها وتحمي من حولهم.
- كلما زاد عدد الأشخاص الذين وافقوا وحصلوا على اللقاح، كلما كانت عودة حياتنا إلى طبيعتها أسرع.
- سيظل الأشخاص الذين لا يحصلون على اللقاح فلقين بشأن الإصابة بكوفيد-19، ونقله إلى الآخرين. لن يشعروا بالحرية في فعل الأشياء عندما ينتهي الوباء.

كيف أجري

* في هذا المستند، عندما نشير إلى "اللقاح"، فإننا نشير إلى جميع لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة على إدارتها من قبل وزارة الصحة الكندية



محادثة مع أحد أفراد الأسرة حول الحصول على اللقاح؟

- ابدأ المحادثة بطريقة عفوية وفضولية ومنفتحة للحفاظ على الثقة.
- استمع بعناية وتفهم أسئلتهم ومخاوفهم وقلقهم.
- شجعهم على التحدث إلى طبيبيهم أو أحد أعضاء فريق الرعاية للإجابة على أسئلتهم ومعالجة مخاوفهم.
- إذا كانوا مستعدين ، فقد يكون من المفيد حضور المواعيد لمساعدتهم في التحدث إلى طبيبيهم حول اللقاح.
- أكد لهم أنك لن تشجعهم على الحصول على اللقاح لو علمت أنه سيضرهم.
- ذكّرهم أنك تهتم بهم وبصحتهم.
- ذكّرهم أنه كلما تم تطعيم المزيد من الأشخاص، فستعود الحياة إلى طبيعتها في وقت أقرب.
- اذكر أنك ستحصل أيضًا على اللقاح بمجرد توفره لك.



ماذا لو كان أحد أفراد عائلتي قلقًا أو مذعورًا بشأن الحصول على اللقاح؟

- دعهم يتحدثون بصراحة عن مخاوفهم وذعرهم حول اللقاح واستمع إليهم.
- أخبرهم أن مخاوفهم صحيحة. إذا كانوا قلقين بشأن السرعة التي تم بها تطوير اللقاح، فيمكنك تذكيرهم بتقدم التكنولوجيا وأنها كانت جهدًا عالميًا.
- شجعهم على التحدث إلى طبيبيهم أو أعضاء فريق الرعاية الذين قد يقدمون لهم إجابات مهنية وطبية لا سيما حول أنواع اللقاحات المختلفة. اسألهم عما إذا كانوا يريدونك هناك للحصول على الدعم.
- ذكرهم أن هناك الكثير من المعلومات المضللة على الإنترنت وأنه ليست كل المصادر موثوقة. ساعد في إرشادهم إلى مصادر معلومات موثوقة.
- لا تطرح الموضوع باستمرار. امنحهم بعض الوقت لقراءة ما قدمته لهم أو التفكير فيما قاله لهم الطبيب.



ماذا يحدث إذا أصيب أحد أفراد عائلتي برد فعل تحسسي؟

- نادرًا ما تحدث تفاعلات خطيرة أو آثار جانبية من اللقاح.
- اتصل برقم 911 أو تحدث إلى الطبيب إذا كان أحد أفراد عائلتك:
 - صعوبة في التنفس
 - شرى
 - تورم الوجه أو الفم
 - وجه شاحب جدا
 - خمول وكسل شديد
 - حمى
 - النوبات
 - الشعور بوخز كالدبابيس والإبر أو خدر في جسمك.

(يتبع في صفحة 6)

* في هذا المستند، عندما نشير إلى "اللقاح"، فإننا نشير إلى جميع لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة على إدارتها من قبل وزارة الصحة الكندية

- إذا تلقيت جرعتك الأولى من AstraZeneca منذ أربعة إلى 28 يومًا، فاحذر من الأعراض التي قد تشير إلى VITT. هذه حالة نادرة، ولكن إذا واجهت الأعراض التالية في تلك الفترة الزمنية، فيرجى الذهاب إلى أقرب غرفة طوارئ:
 - صداع شديد لا يزول
 - تشنجات
 - صعوبة تحريك جزء من جسمك
 - رؤية ضبابية أو مزدوجة جديدة لا تزول
 - صعوبة الكلام
 - ضيق في التنفس
 - آلام شديدة في الصدر أو الظهر أو البطن
 - نزيف أو كدمات غير عادية
 - بقع حمراء أو أرجوانية جديدة أو بثور دموية
 - تورم شديد جديد، ألم أو تغير لون ذراعك أو ساقك.

ماذا عن الأدوية الخاصة بأفراد عائلتي؟ هل سيؤثر اللقاح عليهم؟

- لا يحتاج معظم الأشخاص الذين يتناولون الأدوية إلى القلق بشأن كيفية اختلاط أدويتهم باللقاح. ومع ذلك، هذا سؤال جيد بالنسبة لهم لطرحه على طبيبيهم أو الصيدلي.
- إذا كانوا يتناولون مضادات التخثر (مميعات الدم)، فيجب عليهم إخبار الشخص الذي يعطيهم اللقاح حتى يتمكن من محاولة تقليل أي كدمات قد يصابون بها من الإبرة.



ماذا لو لم يرغب أحد أفراد عائلتي في الحصول على اللقاح؟ ما هي حقوقهم؟

- الحصول على لقاح كوفيد-19 في أونتاريو أمر اختياري. يمكنهم مناقشة ما إذا كان الحصول على اللقاح مناسبًا لهم مع الطبيب، وأعضاء فريق الرعاية، والعائلة، والأشخاص الآخرين الذين يثقون بهم.
- قبل أن يحصلوا على اللقاح، سيحتاجون إلى التوقيع على استمارة لإثبات فهمهم بأنهم سيحصلون على اللقاح وأنهم وافقوا على الحصول عليه. يمكنهم تغيير رأيهم في أي وقت قبل الحصول على اللقاح. يمكنهم أيضًا طلب المزيد من المعلومات.
- شجعهم على التحدث إلى طبيبيهم إذا كانوا يريدون المزيد من المعلومات حول حقوقهم.



* في هذا المستند، عندما نشير إلى "اللقاح"، فإننا نشير إلى جميع لقاحات COVID-19 التي تمت الموافقة على إدارتها من قبل وزارة الصحة الكندية



ماذا لو كان أحد أفراد عائلتي لديه صانع قرار بديل (SDM)؟

- إذا كان لدى أحد أفراد عائلتك صانع قرار بديل، فسيقوم ذلك الشخص باتخاذ هذا القرار نيابة عنهم. سيحتاج صانع القرار البديل إلى التفكير في أي شيء عبّروا عنه في الماضي بشأن التطعيم. إذا لم يقولوا أي شيء من قبل عن الحصول على اللقاح، أو عن التطعيم بشكل عام، فإن صانع القرار البديل سيقرر ما إذا كان اللقاح في مصلحتهم.
- قبل الحصول على اللقاح، سيوقع صانع القرار البديل على النموذج نيابة عنهم.
- شجعهم على التحدث مع طبيبهم إذا كانوا يريدون المزيد من المعلومات حول حقوقهم.
- راجع ورقة [معلومات الأسئلة الشائعة](#) في هذه السلسلة للحصول على مزيد من المعلومات حول الموافقة إذا كان أحد أفراد عائلتك قاصرًا.



بعد أن يحصل أفراد عائلتي على اللقاح، هل ما زالوا بحاجة إلى توخي الحذر؟

- إذا حصلت على أحد اللقاحات التي تتطلب جرعتين، فأنت لست محميًا تمامًا من كوفيد-19-بعد جرعتك الأولى لأن جسمك يستغرق وقتًا ليكون جاهزًا لمحاربة الفيروس. أنت بحاجة إلى الجرعة الثانية من اللقاح لتكون محميًا تمامًا.
- إذا حصلت على اللقاح الذي يتطلب جرعة واحدة فقط، فسيستغرق الأمر ما يصل إلى أربعة أسابيع حتى تصبح محميًا بالكامل.
- سيستغرق تطعيم الجميع وقتًا. حتى يتم تطعيم معظم الناس، لا يزال من الممكن انتقال فيروس كوفيد-19.
- حتى بعد حصولك على اللقاح، عليك اتباع إرشادات الصحة العامة، مثل هذه:
 - ارتداء كمامة الوجه.
 - غسل أو تعقيم يديك مرارًا.
 - البقاء 6 أقدام بعيدًا عن الآخرين، عندما يكون ذلك ممكنًا.
 - تجنب الازدحام.

ملاحظات

إذا كانت لديك أنت أو أحد أفراد أسرتك أسئلة، فيرجى تشجيعهم على التحدث إلى طبيبهم.

لا تهدف ورقة المعلومات هذه إلى أن تكون مصدرًا للأشخاص الذين يحتاجون إلى فحص كوفيد-19 أو الذين يعانون من أزمة في الصحة العقلية. إذا كنت تعاني من أزمة صحية عقلية، يرجى الاتصال برقم 911 على الفور أو الذهاب إلى أقرب قسم طوارئ.

لمزيد من المعلومات، قم بزيارة www.camh.ca/covid19

مقتبس بإذن من مركز CAMH's Azrieli Adult Neurodevelopmental Centre