

# لقاح كوفيد-19

## ماذا يحدث عندما أحصل على لقاح كوفيد-19؟



### ما الذي تم فعله للتأكد من أنني في أمان عندما أحصل على اللقاح؟

- هناك خطوات معمول بها لحماية صحتك وسلامتك عندما تحصل على اللقاح.
- سيسألك الأطباء والممرضات عما إذا كان:
  - لديك أي أعراض لكوفيد-19
  - تلقيت لقاحًا آخر، مثل لقاح الأنفلونزا، في الـ14 يومًا الماضية (أسبوعان)
  - كان لديك أي تفاعلات حساسية خطيرة في الماضي.
- عندما تذهب للحصول على لقاحك، ينبغي أن يرتدي الجميع كمامة للوجه ويغسلون أيديهم ويحاولون الوقوف على بعد 6 أقدام من الآخرين أثناء الانتظار. اتصل بطبيبك إذا كنت لا تستطيع ارتداء كمامة الوجه.
- إذا كنت قلقًا أو لديك أي أسئلة، أخبر الشخص الذي يعطيك اللقاح حتى يتمكن من المساعدة.
- سيراقب الأطباء والممرضات أي آثار جانبية خطيرة عندما يحصل الناس على اللقاح.



### ماذا ينبغي عليّ القيام به قبل المجيء إلى عيادة التطعيم؟

- إذا كنت ترغب في الحصول على مترجم فوري في موعد تطعيمك، فيرجى مطالبة طبيبك أو فريق الرعاية الخاص بك بترتيب ذلك.
- ارتد قميصًا فضفاضًا ومريحًا يمكنك لفه إلى أعلى كتفك.
- أحضر كمامتك واغسل يديك عندما تصل إلى العيادة. اتصل بطبيبك إذا كنت لا تستطيع ارتداء كمامة الوجه.
- أحضر بطاقةك الصحية أو أي شكل آخر من أشكال الهوية (على سبيل المثال، جواز السفر أو رخصة القيادة). إذا لم يكن لديك أيًا من هؤلاء، فلا يزال بإمكانك الحصول على اللقاح. تحدث إلى شخص ما في فريق الرعاية الخاص بك، أو الشخص الذي يعطيك اللقاح إذا لم يكن لديك بطاقة هوية.
- أحضر شخصًا ليعينك، إذا لزم الأمر.
- أحضر بطاقة التطعيم الصفراء الخاصة بك، إذا كان لديك واحدة.
- تناول وجباتك كالمعتاد.





## ماذا ينبغي عليّ القيام به قبل أن أحصل على اللقاح؟

- قبل الحصول على اللقاح، أخبر الطبيب أو مقدم الرعاية الصحية إذا كنت:
  - لست على ما يرام
  - لديك أي أعراض لكوفيد-19
  - حامل
  - ترضعين رضاعة طبيعية
  - أغمي عليك عندما تلقيت إبرًا أخرى
  - تخاف بشدة من الحصول على الإبر وما قد يساعدك على الهدوء
  - تعاني من رد فعل تحسسي للقاح من قبل
  - عانيت من أي تفاعلات حساسية خطيرة أخرى من قبل
  - تتناول مضادات التخثر (مميعات الدم)
  - لديك جهاز مناعة ضعيف (على سبيل المثال، إذا كنت مصابًا بفيروس نقص المناعة البشرية (HIV)، أو التهاب الكبد سي، أو السرطان أو أي أمراض خطيرة أخرى)
  - تلقيت لقاحًا آخر خلال الـ 14 يومًا الماضية (أسبوعين).
- حتى إذا كنت تنتمي إلى إحدى المجموعات **أعلاه** فإن هذا لا يعني تلقائيًا أنه لا يمكنك الحصول على اللقاح. من الجيد التحدث إلى الطبيب أولاً والتأكد من أن الحصول عليه آمن لك.
- إذا كانت هذه هي جرعتك الثانية من اللقاح، أخبر الشخص الذي يعطيك اللقاح إذا كان ظهرت عليك أي آثار جانبية بعد جرعتك الأولى من اللقاح.
- اطرح أي أسئلة قد تكون لديك حول اللقاح.

## ماذا سيحدث عندما أحصل على اللقاح؟

- سيطلب منك التوقيع على استمارة قبل الحصول على اللقاح للتأكد من موافقتك على الحصول على اللقاح وأن جميع أسئلتك قد تمت الإجابة عليها. هذا يسمى إعطاء الموافقة. يمكنك أن تقرر في أي وقت أن تقول لا وأن لا توقع على الاستمارة.
- سيعطيك الطبيب أو أي عامل رعاية صحية آخر إبرة في الجزء العلوي من ذراعك، على غرار لقاح الإنفلونزا.
- سيعمل اللقاح على رفع جهاز المناعة لديك وجعله أقوى.





## ماذا سيحدث بعد أن أحصل على اللقاح؟

- بعد الحصول على اللقاح، سوف تحتاج إلى الانتظار لمدة 15 دقيقة للتأكد من أنك على ما يرام.
- إذا كان لديك أي تفاعلات حساسية خطيرة من قبل، فسيُطلب منك الانتظار لفترة أطول قليلاً.
- يريدون التأكد من أنك في أمان.
- الفريق على استعداد للتعامل مع أي ردود فعل فورية، إذا حدثت.
- قد تواجه بعضًا من هذه الآثار الجانبية الشائعة:
  - ألم في الذراع
  - احمرار وتورم مكان حقن الإبرة
  - صداع
  - غثيان و/أو قيء
  - حمى خفيفة أو قشعريرة
  - آلام في العضلات أو المفاصل
  - الشعور بالتعب.
- هذه الآثار الجانبية طبيعية وستزول.
- ستتم مراقبتك أيضًا للتحري عن أي آثار جانبية خطيرة أو غير عادية، ولكنها **نادرة** إذا كان لديك آثار جانبية خطيرة، فسيُعتني بك الأطباء.
- إذا كنت تشعر بالقلق أو لست على ما يرام، يجب عليك التحدث إلى طبيبك أو أي عضو آخر في فريق الرعاية.
- يجب ألا تحصل على أي لقاحات أخرى لمدة **28 يومًا على الأقل (4 أسابيع)** بعد جرعتك الثانية من لقاح كوفيد-19.

## كيف سأعرف ما إذا كنت أعاني من رد فعل تجاه اللقاح؟ متى ينبغي أن أحصل على مساعدة من الطبيب؟



- من النادر حدوث تفاعلات خطيرة أو آثار جانبية من اللقاح.
- ومع ذلك، يجب عليك الاتصال برقم 911 أو التحدث إلى طبيبك أو أي عضو آخر في فريق الرعاية الخاص بك على الفور إذا كان لديك:
  - صعوبة في التنفس
  - شرى/احمرار في الجلد مصحوب بحكة
  - تورم في الوجه أو الفم
  - وجه شاحب جدًا
  - دوار شديد
  - حمى
  - نوبات
  - الشعور بوخز دبابيس وإبر و/أو تنميل في جسمك.
- سيراقب الأطباء والممرضات حالتك بحثًا عن أي تفاعلات حساسية بعد الحصول على اللقاح.

## كم مرة يجب أن أحصل على لقاح كوفيد-19؟

- يجب أن تحصل على اللقاح **مرتين** لتتمتع بالحماية الكاملة من لقاح كوفيد-19. سيخبرك الشخص الذي سيعطيك اللقاح متى تحتاج إلى الحصول على الجرعة الثانية.
- من المحتمل أن تحصل على اللقاح الثاني بعد 3 إلى 6 أسابيع من اللقاح الأول.
- جرعة واحدة لا تكفي. من المهم جدًا الحصول على الجرعة الثانية من اللقاح حتى لو كان لديك أعراض خفيفة بعد الجرعة الأولى.



## بعد أن أحصل على اللقاح، هل ما زلت بحاجة إلى توخي الحذر؟

- أنت لست محميًا تمامًا من كوفيد-19 بعد جرعتك الأولى من اللقاح لأن جسمك يستغرق بعض الوقت ليكون جاهزًا لمحاربة كوفيد-19.
- أنت بحاجة إلى الجرعة الثانية من اللقاح لتكون محميًا بشكل كامل.
- بعد جرعتك الثانية، لا تزال بحاجة إلى توخي الحذر، لأننا لا نعرف ما إذا كان لا يزال بإمكانك إعطاء كوفيد-19 لأشخاص آخرين حتى لو لم تشعر بالمرض.
- سوف يستغرق تطعيم الجميع وقتًا. حتى يتم تطعيم معظم الأشخاص، لا يزال من الممكن انتقال فيروس كوفيد-19.
- حتى بعد حصولك على اللقاح، عليك اتباع إرشادات الصحة العامة:
  - ارتداء كمامة الوجه
  - غسل أو تعقيم يديك مرارًا
  - البقاء 6 أقدام بعيدًا عن الأشخاص الآخرين ، عندما يكون ذلك ممكنًا
  - تجنب الازدحام.



## ملاحظات

---

---

---

---

---

---

---

---

إذا كانت لديك أسئلة، يرجى التحدث مع طبيبك.

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](http://www.camh.ca/covid19)

مقتبس بإذن من مركز CAMH's Azrieli Adult Neurodevelopmental Centre