

# لقاح كوفيد-19



## كيف أتحدث مع أحد أفراد عائلتي حول لقاح كوفيد-19؟

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
  - عدم القدرة على التذوق أو الشم جيدًا
  - صعوبة 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.

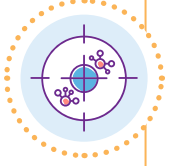
### ما هو اللقاح؟

- 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.
- 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 العلماء ومقدمو الرعاية الصحية أن عددًا أقل من الأشخاص سيصابون بـ COVID-19 إذا حصل المزيد من الناس على اللقاح.
- يعتقد العلماء ومقدمو الرعاية الصحية أنه من المهم للجميع الحصول على لقاح كوفيد-19.

### كيف يعمل لقاح كوفيد-19؟

- 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 محاربه ومنعك من الإصابة بالمرض.
- لا يحتوي اللقاح على فيروس كوفيد-19، لذا لا يمكنه إعطائك كوفيد-19. بدلاً من ذلك، يعطي اللقاح جسمك وصفة لصنع الأجسام المضادة.
- يجب أن تحصل على اللقاح **مرتين** لتتمتع بالحماية الكاملة من كوفيد-19. سيخبرك الشخص الذي يعطيك اللقاح بموعد الحصول على اللقاح الثاني.



### هل أحتاج حقًا إلى اللقاح الثاني؟

- نعم من المهم جدًا الحصول على جرعتين من اللقاح. تُخبر الجرعة الثانية جهاز المناعة بإنتاج المزيد من الأجسام المضادة. سيعطي ذلك جسمك أفضل فرصة لمحاربة الفيروس.



### هل اللقاح آمن؟ كيف نعرف؟

- نعم، اللقاح آمن، وهي الطريقة الرئيسية التي سنتغلب بها على كوفيد-19.
- لا يمنحك اللقاح كوفيد-19. إنه يعمل فقط مع جهاز المناعة لديك حتى يكون جسمك مستعدًا لمحاربة الفيروس إذا لامسته.
- عمل الأطباء والعلماء على التأكد من أن اللقاح آمن للاستخدام.
- اختبر العلماء اللقاح مع العديد والعديد من الأشخاص. أعطوا كل الناس في الاختبارات إبرة. بعض الناس لديهم اللقاح في إبرهم والبعض الآخر لديهم إبرة لا تحتوي على لقاح.
- ثم نظر العلماء إلى ما حدث لأفراد المجموعتين.
- تقريبا كل الأشخاص الذين حصلوا على اللقاح لم يمرضوا. أصيب الكثير من الناس بالمرض ولم يحصلوا على اللقاح.





## 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.



## هل يوجد من لا يجب أن يأخذ اللقاح؟

- لا توجد لقاحات معتمدة لكوفيد-19 لأي شخص يقل عمره عن 16 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.
- يجب ألا تحصل على اللقاح إذا كنت تعاني من حساسية شديدة أو ردود فعل تجاه:
  - أي مكونات لقاح، بما في ذلك البولي إيثيلين جلايكول (PEG). PEG هو عنصر شائع ويمكن العثور عليه في بعض المنتجات مثل الأدوية والمليينات وشراب السعال
  - جرعتك الأولى من لقاح كوفيد-19



## 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 قلقين بشأن الإصابة بكوفيد-19، ونقله إلى الآخرين. لن يشعروا بالحرية في فعل الأشياء كما وقتما ينتهي الوباء.



## كيف أجري 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 واسألهم 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.
- ضع في اعتبارك مشاركة أوراق المعلومات الأخرى من CAMH حول لقاح كوفيد-19 معهم. يمكن العثور على صفحات المعلومات هنا: [www.camh.ca/covid19](http://www.camh.ca/covid19)
- 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؟

- من النادر جدًا أن يصاب الأشخاص برد فعل تحسسي من لقاح كوفيد-19.
- سيراقب الأطباء والممرضات أي ردود فعل تحسسية أثناء انتظار أحد أفراد أسرتك لفترة قصيرة من الوقت بعد تلقي اللقاح.
- إذا أصيب أحد أفراد أسرتك بالشرى، أو صعوبة في التنفس، أو تورم الوجه واللسان والحلق، اتصل برقم 911.



## 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 طبيبهم 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.



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

- إذا كان لديهم صانع قرار بديل، فسيقوم هذا الشخص باتخاذ هذا القرار نيابة عنهم. سيحتاج صانع القرار البديل إلى التفكير في أي شيء عبروا عنه في الماضي بشأن التطعيم. إذا لم يذكروا أي شيء من قبل بشأن الحصول على اللقاح، أو التطعيم بشكل عام، فإن صانع القرار البديل سيقدر 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.



