



التطعيم ضدّ الإنفلونزا

التطعيم أثناء الحمل يحمي الأم والطفل.





حمل صحي

إنّ سلامة الأم والطفل وصحتهما يأتیان في المقام الأول خلال فترة الحمل.

وقد تُهدّد الإصابةُ بنزلة البرد (الإنفلونزا) في أثناء الحمل صحّة الأم والطفل على نحوٍ خطير؛ إذ يزداد في أثناء الحمل خطرُ حدوث تطوّراتٍ مرضيةٍ جسيمة. وتكون المضاعفات، التي تحتاجُ إلى العلاج في المستشفى، مثل الالتهاب الرئويّ، أمرًا ممكنًا. كما تزيد العدوى بالإنفلونزا خلال فترة الحمل من خطر تأخّر النمو والإجهاض والولادة المبكرة.

الإنفلونزا الموسمية خطر يمكن الوقاية منه بالنسبة للأم والطفل

للتقليل من خطر حدوث نوبات إنفلونزا خطيرة تنصح اللجنة الدائمة للتطعيم (STIKO)، وهي عبارة عن مجموعة من الخبراء المستقلين، كل النساء الحوامل بالتطعيم ضد الإنفلونزا الموسمية. فهذا التطعيم يوفر بالتأكيد حماية فعالة للأم والطفل على حدٍ سواء.

ما هي الإنفلونزا الموسمية؟

تعتبر الإنفلونزا الحقيقية (الإنفلونزا الموسمية) من الأمراض شديدة العدوى. تشهد الدوائر المحيطة بنا بانتظام بشكل خاص في كل فصل شتاء - خاصةً من يناير/كانون الثاني إلى مارس/أذار- ما تُعرف باسم موجات الإنفلونزا. ويكون احتمال الإصابة بالعدوى والمرض في هذه الفترة مرتفعاً للغاية.

تنتقل فيروسات الإنفلونزا عبر قطرات اللعاب، على سبيل المثال عند التحدث أو السعال، وكذلك عبر اليدين أو عند ملامسة أسطح مُلوثة، حيث تهاجم الفيروسات وتصيب الغشاء المخاطي للجهاز التنفسي العلوي. وهذا لا يؤدي إلى ظهور علامات المرض النمطية فحسب (كالسعال الجاف وآلام في الحنجرة)، بل يجعل الجسم أيضاً أكثر عرضةً لمُسببات مرضية بكتيرية مُعيّنة. ويمكن أن تحدث بفعل ذلك إصابةً متزامنةً بمُسببات مرضية أخرى.

علامات مرض الإنفلونزا الحقيقية هي:

- ◀ بداية مرض مفاجئ مع حمى (≥ 38.5 درجة مئوية)
- ◀ سعال جاف
- ◀ آلام في الرأس والحنجرة والعضلات والأعضاء
- ◀ تعب، وأحياناً غثيان/تقيؤ
- ◀ تعرق

تظهر هذه الأعراض النمطية على ثلث الحالات المرضية تقريباً.

احتمال حدوث مضاعفات خاصة بمرض الإنفلونزا، كالتهاب الرئتين وعضلات القلب.

أما أمراض الزكام، التي تُدعى أيضاً "الرشح"، فتتسبب بها عدّة أنواعٍ أخرى من الفيروسات، وتمر غالباً بوتيرةٍ أقل حدةً وتختفي في غضون أيامٍ قليلة.

معلومة مهمة

يحمي التطعيم ضد الإنفلونزا فقط من فيروسات الإنفلونزا، لكنه لا يحمي في العموم من نزلات البرد الأخرى.

ما خطورة الإنفلونزا خلال الحمل؟

خلال فترة الحمل يكون الجهاز المناعي أقل نشاطاً: وهو ما يعتبر آلية حماية طبيعية للجنين، فعلى هذا النحو تتم حماية الجنين من التعرض لهجمات الجهاز المناعي للحوامل باعتباره من الأجسام الغريبة. وهذا يعني أيضاً أن الحوامل عادةً يكونون أكثر عرضة للإصابة بالعدوى بشكل عام.



إضافة إلى ذلك، يتغير التنفس والدورة الدموية أثناء الحمل، ما سيزيد من خطر استفحال المرض.

إمكانيات علاج محدودة أثناء الحمل

لا يوصف أي دواء أثناء الحمل إلا بعد تخمين دقيق. حيث تعطى الأولوية للتطور السليم للطفل وسلامة الأم. وهذا يسري أيضًا على الأدوية المضادة للفيروسات، التي لا تقدم أثناء الحمل إلا بعد فحص دقيق لكل حالة على حدة.

المضادات الحيوية غير فعالة في علاج الأمراض الفيروسية، كما في حالة الإنفلونزا. فهي لا تستخدم سوى لعلاج حالات الإصابة بالبكتيريا، لهذا تستخدم المضادات الحيوية غالبًا في حالة تزامن الإنفلونزا مع مضاعفات ناجمة عن بكتيريا.

لهذا فإن: الوقاية بالتطعيم ضد الإنفلونزا خير من العلاج.



طرق الوقاية؟

إن أفضل حماية من الإصابة بالإنفلونزا هي التطعيم في الوقت المناسب - قدر الإمكان بدءًا من أكتوبر/تشرين الأول وحتى منتصف ديسمبر/كانون الأول - قبل بدء موسم الإنفلونزا. فهي تساعد الجسم على بناء مواد مضادة لفيروسات الإنفلونزا.

يُنصح بالتلقيح

لذلك تنصح اللجنة الدائمة للتطعيمات كل النساء السليمات بالتطعيم ضد الإنفلونزا الموسمية بدايةً

من الثلث الثاني من الحمل. أما النساء الحوامل اللواتي يعانين من

الأمراض المزمنة الأساسية، كالربو أو مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم، يُوصى بتطعيمهن بدءًا من الثلث الأول من الحمل. ويوصى في حالة الحوامل اللواتي لم يُطعمن تطعيمًا كاملاً بأخذ تطعيم كورونا الوقائي بدءًا من الثلث الثاني من الحمل. ويمكن أن تُعطى التطعيمات ضد الإنفلونزا وضد كوفيد-19 في الوقت نفسه.

كذلك يُنصح بالتطعيم لمرة واحدة ضد السعال الديكي (الشاهوق) في الثلث الأخير من كل حمل (بدايةً من أسبوع الحمل الثامن والعشرين)، علمًا بأن لقاح السعال الديكي لا يُعطى بصورة فردية، بل يتم التطعيم باستخدام لقاح مركب ضد كل من الكزاز والدفتريا والشاهوق (السعال الديكي) وأحيانًا أيضًا ضد التهاب سنجابية النخاع (شلل الأطفال).

الموامة السنوية للقاح

نظرًا لأن فيروس الإنفلونزا يتحوّر كل عام، يتعين إجراء تعديلات موامة على اللقاحات كل عام، وذلك للتمكّن من الوصول إلى أفضل حماية ممكنة. وبدورها توفر اللقاحات المعروفة باللقاحات رباعية



التكافؤ الحماية من الأنواع الأربعة من فيروسات الإنفلونزا، التي يُتَوَقَّع أن تكون الأكثر انتشارًا في موسم الإنفلونزا التالي وتوصي اللجنة الدائمة للتطعيم (STIKO) باستخدام هذه اللقاحات رباعية التكافؤ بدءًا من أكتوبر/تشرين الأول.

حتى وإن لم يكن ممكنًا التنبؤ بفعالية لقاحات الإنفلونزا، يمكن منع حدوث الكثير من الأمراض بفضل التطعيم. وفي الحالات التي تُصاب فيها النساء الحوامل بالإنفلونزا رغم استفادتهن من التطعيم، يكون تطوُّر المرض، فضلًا عن ذلك، أقلَّ حدةً.

ملائم جدًا للأم والطفل

عند تطعيم البالغين ضد الأنفلونزا، لا يتم تلقيح مسببات الأمراض الحية والقابلة للتكاثر، ولكن فقط جزء معين ضروري للاستجابة المناعية. لذلك من غير الممكن أن تُصاب الأم والطفل بمرض الأنفلونزا عند الحصول على التطعيم. إن ما يُسمى باللقاحات المعطلة -كالمستخدمة لعلاج التيتانوس والسعال الديكي أيضًا- آمنة وفعّالة للأم والطفل. ومع ذلك لا ينبغي تقديم تطعيمات تحتوي على لقاحات حية -كالمستخدمة ضد الحصبة والنكاف والحصبة الألمانية- خلال فترة الحمل المحتملة، بل قبلها.



معلومات تهمكم

يمكن الحصول على التطعيم ضد الإنفلونزا للحوامل في إطار الوقاية المعتادة للحمل في إحدى عيادات طب النساء. كما تُقدّم كذلك العيادات العامة أو عيادات الأمراض الباطنية فضلاً عن بعض مكاتب الصحة أو الصيدليات أو أرباب العمل هذا التطعيم. وتتحمل شركة التأمين الصحي تكاليف تطعيمات الحماية الموصى بها. يمكن إعطاء لقاح الإنفلونزا في نفس الوقت مع لقاح كورونا. في هذه الحالة، قد تحدث تفاعلات للقاح بشكل متكرر أكثر بقليل مما كانت عليه عند إعطاء اللقاح بشكل منفصل.

التأكيد على أمان اللقاح

تمّ التأكيد على أمان اللقاح سواء بالنسبة للنساء الحوامل أو بالنسبة للأجنة في العديد من الدراسات. حيث لم يتم الوقوف على أي زيادة في ردود الفعل الخطيرة بسبب لقاح معين. فلم تسجل أي زيادة في نسبة الولادات المبكرة أو الولادات القيصرية، ولم تحدث أي تغيرات في حالة الرضع الصحية بعد الولادة.

متى لا ينبغي التطعيم بهذا اللقاح؟

لا ينبغي تطعيم الأشخاص الذين يعانون من الحمى (38.5 درجة مئوية أو أعلى) أو الالتهابات الحادة الوخيمة. يجب استكمال التطعيم في أقرب وقت ممكن.

إذا ما أسفرت الفحوصات الطبية التشخيصية عن إصابة شخص ما بحساسية شديدة ضد بروتين الدجاج، وهي نادرة الحدوث، ينبغي تطعيم هذا الشخص باللقاح في مكان ما تتوفر به المراقبة والمعالجة السريية بعد التطعيم. يرجى التحدث حول ذلك مع الطبيب/الطبيبة الخاص/الخاصة بكم.

تقييم الخطر: آثار جانبية محتملة

تتمثل الآثار الجانبية للتطعيم ضد الإنفلونزا في احمرار وآلام في موضع الحقن. وفي حالات نادرة ظهور حمى وغثيان وآلام في العضلات. وهي علامات حميدة في العادة، وتدل على تنشيط الدفاع المناعي. أما الآثار الجانبية الحادة كالتفح الجلدي أو تفاعل فرط الحساسية الفوري فلا تحدث سوى في حالات جد نادرة.

ومع ذلك فالأمر الأكيد هو أن: مخاطر التطعيم أقل بكثير من مخاطر الإصابة بإنفلونزا حادة!



منفعة مزدوجة

إن تطعيم الأم المستقبلية يحمي الطفل أيضًا بعد الولادة. ذلك لأن المواد المضادة تنتقل للطفل عبر المشيمة - وهذا ما يُطلق عليه «المناعة الأمومية». وهي حماية مهمة، إذ غالبًا ما تحدث إصابات بالإنفلونزا والسعال الديكي مع مضاعفات لدى الأطفال في عامهم الأول. ومع ذلك لا يُمكن تطعيم الرُّضّع ضد الأنفلونزا إلا بعد الشهر السادس من ولادتهم. تبدأ التطعيمات الأساسية ضد السعال الديكي من سن شهرين، غير أنه لا يمكن تحقيق الحماية التطعيمية الفعالة إلا في الشهر الخامس على الأقل.



معلومة مهمة

كل من له اتصال وثيق بطفل حديث الولادة، يتعين عليه التفكير في التطعيم ضد الإنفلونزا. فعلى هذا النحو لا يحمي نفسه فقط، ولكن يحمي الرضيع أيضًا. كما توصي اللجنة الدائمة للتطعيم بالحصول على لقاح جديد ضد السعال الديكي لأفراد الأسرة والمسؤولين عن رعاية الأطفال حديثي الولادة.

حماية إضافية: مراعاة النظافة

بالإضافة إلى التلقيح ضد الإنفلونزا، بالإمكان تقليل خطر العدوى بواسطة سلوكيات تنظيف بسيطة:

- ◀ تنظيف اليدين بالصابون بانتظام
- ◀ في حالة المرض، ينبغي الابتعاد عن الأشخاص الآخرين
- ◀ عدم استخدام المناديل لمرة متعددة، ولكن ينبغي التخلص منها بسرعة
- ◀ توفر الأقنعة فوق ذلك حماية فعّالة
- ◀ السعال أو العطس في ثنية الذراع وليس في اليد، وهكذا يُحدّ من انتقال الفيروسات/البكتيريا



المزيد من المعلومات

تجدون معلومات عن التلقيح في المواقع التالية:

www.impfen-info.de/grippeimpfung <

www.infektionsschutz.de <

www.rki.de/influenza-impfung <

تجدون معلومات عن صحة الأطفال في الرابط الإلكتروني:

www.kindergesundheit-info.de <

هيئة التحرير

الناشر: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA)،

50819 كولونيا

جميع الحقوق محفوظة.

تم الإعداد بالتعاون مع معهد Robert Koch-Institut

التصميم: dotfly GmbH كولونيا

إصدار: يونيو/حزيران 2023

رقم الطلب: D81000209

صور: iStock, Fotolia, Boris Breuer Fotografie, Westend61/Hoxton/

Sam Edwards, Prostock-studio – stock.adobe.com, Monkey Business –

stock.adobe.com

عنوان الطلبة: يمكن الحصول على هذا الكتيب بالمجان من BZgA،
50819 كولونيا، أو من الموقع الإلكتروني: www.bzga.de أو بالاتصال
بالبريد الإلكتروني bestellung@bzga.de ولا ينبغي إعادة بيعه من طرف
المستلمة/المستلم أو طرف ثالث.



الكتيب متاح للتنزيل بخمس لغات

DE

EN

RU

TR

AR

UA



impfen-info.de

Wissen, was schützt.



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung