

لأخذ البالغين للقاحات

قد لاتدرك حاجتك للقاح طوال فترة حياتك البالغة.
إن اللقاحات مهمة لصحتك وإليك ثلاث أسباب رئيسية.



ما هي اللقاحات التي تحتاجها؟

يجب على كل البالغين أخذ:

- لقاح الانفلونزا كل عام للوقاية من الأنفلونزا الموسمية
- لقاح الكزاز، لقاح الخناق (الدفتيريا)، السعال الديكي

بناء على عمرك، حالتك الصحية، اللقاحات التي تلقيتها
عندما كنت طفلاً، وعوامل أخرى، قد تحتاج إلى لقاحات
إضافية مثل:

- الجدري التهاب
- الكبد A التهاب
- الكبد B
- فيروس الورم الحليمي البشري الحصبة
- المكورات السحائية
- المكورات الرئوية داء
- اللقاح المنطوية

1. قد تكون معرضاً لأمراض خطيرة التي مازالت منتشرة في الولايات المتحدة.

في كل عام يتعرض الآلاف من البالغين في الولايات المتحدة للإصابة بأمراض يمكن تجنبها عبر أخذ اللقاحات، حيث أن البعض قد يحتاج للرقود في المستشفى، أو قد يتعرض للوفاة.

فإنه حتى وإن تلقيت هذه اللقاحات في عمر الطفولة، فإن الحماية ضد تلك الأمراض قد تزول مع مرور الوقت. قد تكون كذلك معرضاً لخطر الإصابة بأمراض أخرى بسبب عمرك، عملك، نمط حياتك، سفرك أو حالتك الصحية.

2. لا يمكنك تحمل خطر الإصابة بالمرض.

فحتى الأشخاص الأصحاء قد يمرضوا للجد الذي يمنعهم من الحضور للعمل أو المدرسة. إذا أصبت بالمرض، فقد يمنعك ذلك من الاهتمام بعائلتك أو القيام بمسؤولياتك.

3. يمكنك الحفاظ على صحتك وصحة من حولك من خلال الحصول على اللقاحات الموصى بها.

اللقاحات تقلل من فرص إصابتك بالمرض. تعمل اللقاحات مع دفاعات الجسم الطبيعية لتقليل فرص الإصابة بأمراض معينة وكذلك المعاناة من مضاعفات هذه الأمراض.

اللقاحات تقلل من فرص نشر أمراض معينة. هنالك الكثير من الأشياء التي نرغب بإهدائها للأشخاص الذين نحبه، غير أن الأمراض التي يمكن تجنبها بأخذ اللقاح ليست إحداها.

يعد الأطفال، كبار السن، والأشخاص ذوي المناعة الضعيفة (مثل أولئك الذين يخضعون لمعالجة السرطان) الأكثر عرضة للأمراض التي يمكن تجنبها عبر أخذ اللقاحات.

تعد اللقاحات من أكثر الطرق أماناً للحفاظ على صحتك. الأعراض الجانبية للقاحات تكون خفيفة في الغالب وتزول بمفردها. من النادر حدوث أعراض جانبية قوية.

أخذ اللقاحات

يمكن للبالغين أخذ اللقاحات في عيادات الأطباء، الصيدليات، أماكن العمل، عيادات المجتمع الصحية، إدارات الصحة، وغيرها من المقرات. للعثور على موفر لقاح بالقرب منك، قم بزيارة <http://vaccine.healthmap.org>

تغطي معظم خطط التأمين الصحي تكلفة اللقاحات الموصى بها. تحقق مع شركة التأمين الخاصة بك للحصول على التفاصيل وللحصول على قائمة بمزودي اللقاحات. إذا لم يكن لديك تأمين صحي، قم بزيارة www.healthcare.gov

للتعرف أكثر على خيارات التغطية الصحية.

لا تنتظر.
خذ اللقاح!

لمزيد من المعلومات، قم بزيارة
www.cdc.gov/vaccines/adults

مارس/آذار 2020





كيف يمكن للمرض التأثير عليك	الأمراض والقاحات التي تساعد على الوقاية منها
حمى أو القشعريرة، سعال، صداع، سيلان أو انسداد الأنف، ألم في الحنجرة، آلام في الجسم والعضلات، إرهاق شديد، وبعض الأشخاص قد يأتيهم قيء وإسهال، إلا أن هذا أكثر شيوعاً عند الأطفال. مضاعفات المرض: الالتهاب الرئوي، تفاقم الحالات الصحية المزمنة، الرقود في المستشفى، وقد يؤدي إلى الإعاقة أو حتى الوفاة	الانفلونزا لقاح الانفلونزا الموسمية
حمى، إرهاق، آلام في المعدة، فقدان الشهية، قيء، اليرقان، البول الداكن، وقد لا تكون هناك أية أعراض. مضاعفات المرض: فشل الكبد، آلام المفاصل، اضطرابات في الكلى، البنكرياس والدم.	الكبد الوبائي A لقاح الكبد الوبائي A
أعراض شبيهة بأعراض الانفلونزا المصاحبة لفقدان الشهية، الحمى، الإرهاق، الضعف العام، الغثيان، القيء، اليرقان، آلام المفاصل، وقد لا تكون هناك أية أعراض. مضاعفات المرض: التهابات الكبد المزمنة، فشل الكبد، سرطان الكبد	الكبد الوبائي B لقاح الكبد الوبائي B
في كثير من الأحيان، قد لا تكون هناك أعراض لسنوات حتى يظهر السرطان. مضاعفات المرض: سرطان عنق الرحم والمهبل والفرج عند النساء، سرطان القضيب عند الرجال، والثآليل التناسلية وسرطان الشرج والفم والبلعوم لدى النساء والرجال على حد سواء.	فيروس الورم الحليمي البشري لقاح فيروس الورم الحليمي البشري
الحمى، سيلان الأنف، السعال، طفح جلدي في جميع أجزاء الجسم. مضاعفات المرض: التهاب الأذن، الالتهاب الرئوي، انتفاخ في الدماغ بسبب الالتهابات، وحتى الوفاة.	الحصبة لقاح الحصبة
الغثيان، القيء، تصلب الرقبة، حمى، صداع، زيادة حساسية الضوء، التشوش، التعب، الطفح الجلدي. مضاعفات المرض: تلف في الدماغ، فقدان الأطراف، فقدان السمع، نوبات، جلطات، الوفاة.	مرض المكورات السحائية لقاحات المكورات السحائية
الحمى، القشعريرة، صعوبة التنفس، آلام الصدر، تصلب الرقبة، آلام الأذن، زيادة الحساسية للضوء، السعال. مضاعفات المرض: التهابات في الرئة، الأذن الوسطى أو الجيوب الأنفية، مشاكل في القلب، تلف في الدماغ، فقدان السمع، فقدان الأطراف، الوفاة.	مرض المكورات الرئوية لقاحات المكورات الرئوية
طفح جلدي مؤلم في جهة واحدة من الوجه أو الجسم، والتي تتحول عادة إلى بثور أو قشور، صداع، حمى، قشعريرة، اضطراب في المعدة. مضاعفات المرض: آلام شديدة تستمر لشهور أو حتى سنوات بعد زهاب الطفح الجلدي، التهاب رئوي، فقدان السمع والبصر، الوفاة.	داء القوباء المنطقية لقاح داء القوباء المنطقية
تشنجات مؤلمة وخطيرة وتيبس في جميع العضلات، صعوبة فتح الفم، صعوبة البلع أو التنفس، تشنجات العضلات، حمى. مضاعفات المرض: كسور في العظام، صعوبة في التنفس، الوفاة.	الكزاز لقاح الكزاز
أعراض البرد لفترات طويلة (السعال وسيلان الأنف) مما يؤدي إلى السعال أو الاختناق العنيفين مما يصعب عملية التنفس، الشرب أو حتى الأكل. مضاعفات المرض: كسور في الأضلاع، الالتهاب الرئوي والوفاة.	السعال الديكي لقاح السعال الديكي لقاح الكزاز والدفتيريا والسعال الديكي

للحصول على قائمة كاملة بجميع الأمراض التي يمكن الوقاية منها باللقاحات، قم بزيارة www.cdc.gov/vaccines/vpd-vac

تنوي السفر للخارج؟ توجد هناك مزيداً من اللقاحات التي تحتاجها.

تعرف عليها بزيارة: www.cdc.gov/travel

تحدث مع مختص الصحة الخاص بك للتأكد من أنك قد أخذت اللقاحات الموصى بها.

لمزيد من المعلومات حول اللقاحات، قم بزيارة www.cdc.gov/vaccines/adults أو استخدم أداة تقييم لقاح

البالغين على www2.cdc.gov/nip/adultimmsched/

لا تنتظر!
خذ اللقاح!

لمزيد من المعلومات، قم بزيارة
www.cdc.gov/vaccines/adults