



التطعيم ضدّ الإنفلونزا

التطعيم أثناء الحمل يحمي الأم والطفل.





حمل صحي

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

وقد تهدد الإصابة بالنزلة الوافدة (الإنفلونزا) صحة الأم والطفل على نحو خطير. حيث يزيد خلال فترة الحمل خطر الإصابة بنوبات إنفلونزا شديدة مصحوبة بمضاعفات، كالتهاب الرئتين الذي يتعين علاجه في المستشفى. كما تزيد العدوى بالإنفلونزا خلال فترة الحمل من خطر تأخر 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 حدّ سواء.

ما هي الإنفلونزا الموسمية؟

تعتبر الإنفلونزا الحقيقية (الإنفلونزا الموسمية) من الأمراض شديدة العدوى. ففي دوائر العرض خاصتنا يحدث بانتظام في كل فصل شتاء على وجه الخصوص -غالبًا من يناير إلى مارس- ما يدعى بموجات الإنفلونزا. وفي هذه الفترة يكون احتمال الإصابة بالعدوى والمرض مرتفعًا للغاية.

وتنتقل فيروسات الإنفلونزا عبر قطرات اللعاب، على سبيل المثال عند التحدث أو السعال، وكذلك عبر اليدين أو عند ملامسة أسطح ملوثة، 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 أيضا أكثر عرضة لمسببات معينة للأمراض البكتيرية التي قد تتسبب بدورها في الإصابة -في الوقت نفسه- بمسببات مرض 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 تدعى أيضاً «الرشح» فتتسبب بها أنواع أخرى من الفيروسات، وتمر غالباً بشكل أقل حدة وتختفي في غضون أيام قليلة.

معلومة مهمة

التطعيم ضد الإنفلونزا يحمي فقط من

فيروسات الإنفلونزا، لكن لا يحمي عمومًا من

نزلات البرد الأخرى ولا من الإصابة بفيروس كوفيد-19. كذلك لا يزيد

التطعيم ضد الإنفلونزا من خطورة الإصابة بفيروس كوفيد-19.

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.



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 أيضا 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 غالبا 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 قبل بدء موسم الإنفلونزا. فهي تساعد الجسم على بناء مواد مضادة لفيروسات الإنفلونزا.

ينصح بالتلقيح

لذلك تنصح STIKO كل النساء السليمات بالتطعيم ضد الإنفلونزا الموسمية ابتداء من الشهر الرابع من الحمل. أما النساء الحوامل اللواتي يعانين من الأمراض المزمنة الأساسية، كالربو أو مرض السكري أو ارتفاع ضغط الدم، فيتعين عليهن التطعيم قبل الشهر الرابع من الحمل. كذلك يُنصح بالتطعيم لمرة واحدة ضد السعال الديكي (الشاهوق) في الثلث الأخير من كل حمل (بدايةً من أسبوع الحمل الـ ٢٨)، علمًا بأنه لا يتم الحصول على لقاح السعال الديكي فرديًا، بل يتم التطعيم باستخدام لقاح مركب ضد كلٍ من الكزاز والدفتريا والشاهوق (السعال الديكي) وأحيانًا أيضًا ضد التهاب سنجابية النخاع (شلل الأطفال).

الموامة السنوية للقاح

نظرًا لأن فيروس الإنفلونزا قد يتحور بعض الشيء، فإنه يتعين إجراء تعديلات موامة على اللقاحات كل عام وذلك للتمكن من الوصول إلى أفضل حماية ممكنة. بدورها توفر اللقاحات المعروفة باللقاحات رباعية التكافؤ الحماية من الأنواع الأربعة من فيروسات الإنفلونزا التي يُتوقع أن تكون الأكثر انتشارًا في موسم الإنفلونزا التالي. هذا



ويجري العمل باللقاحات رباعية التكافؤ ضد الإنفلونزا منذ عام ٢٠١٨ بناءً على توصية صادرة من لجنة التطعيم الدائمة STIKO.

وكما هو الحال بالنسبة لأي علاج طبي، لا يتفاعل كل الأشخاص على نفس النحو مع أي مكون فعال. وفي الحالات التي تصاب فيها النساء الحوامل بالإنفلونزا رغم استفادتهن من التطعيم، فإن المرض يكون أقل حدة.

ملائم جدا للأم والطفل

يمكن الحصول على التطعيم ضد الإنفلونزا للحوامل في إطار الوقاية المعتادة للحمل في إحدى عيادات طب النساء. كما يمكن إجراء هذا التطعيم في العادة في العيادات العامة أو عيادات الأمراض الباطنية.



معلومات تهمكم

يمكن الحصول على التطعيم ضد الإنفلونزا للحوامل في إطار الوقاية المعتادة للحمل في إحدى عيادات طب النساء. كما يمكن إجراء هذا التطعيم في العادة في العيادات العامة أو عيادات الأمراض الباطنية.

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.

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 السريرية بعد التطعيم. يرجى التحدث حول ذلك مع الطبيب/ الطبيبة الخاص/ة بكم.

متى لا ينبغي التطعيم بهذا اللقاح؟
نُصح بعدم تناول اللقاح إذا كانت لديك حساسية ضد أي من
مكونات اللقاح



تقييم الخطر: آثار جانبية محتملة

تتمثل الآثار الجانبية للتطعيم ضدّ 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 كالطفح الجلدي أو تفاعل فرط الحساسية الفوري فلا تحدث سوى في حالات جد نادرة.

الأمر الأكيد هو أن مخاطر التطعيم أقل بكثير من مخاطر
الإصابة بإنفلونزا حادة!



منفعة مزدوجة

إن تطعيم الأم المستقبلية يحمي الطفل أيضا بعد الولادة. ذلك أن المواد المضادة تنتقل للطفل عبر المشيمة - وهذا ما يدعى بـ,,المناعة الأمومية". وهي حماية مهمة، إذ غالبا ما تحدث إصابات بالإنفلونزا والسعال الديكي مع مضاعفات لدى الأطفال في عامهم الأول.

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 حتى الرضيع أيضا. تشدد اللجنة الدائمة للتطعيم STIKO على أهمية إجراء التطعيم الحالي ضد السعال الديكي لأفراد الأسرة والمسؤولين عن رعاية حديثي الولادة.

حماية إضافية: مراعاة النظافة

بالإضافة إلى التلقيح ضدّ 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
- ◀ الكح أو العطس في ثنية الذراع وليس في اليد، على هذا النحو يتم الحد من انتقال الفيروسات/البكتيريا



المزيد من المعلومات

تجدون معلومات عن التلقيح في المواقع التالية:

www.impfen-info.de/grippe <

www.infektionsschutz.de <

www.rki.de/impfen <

تجدون معلومات عن النمو السليم في الموقع التالي:

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 2020

صور: iStock، Fotolia، Boris Breuer Fotografie

Mike Harrington/Stone via Getty Images

عنوان الطلبية: يمكن الحصول على هذا الكتيب بالمجان من BZgA،
50819 كولونيا، أو من الموقع الإلكتروني: www.bzga.de أو بالاتصال
بالبريد الإلكتروني order@bzga.de ولا ينبغي إعادة بيعه من طرف



الكتيب متاح للتنزيل بخمس لغات

DE

EN

RU

TR

AR



impfen-info.de

Wissen, was schützt.



Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung