

معلومات مهمة

لقاح
كوفيد-19



Arabic version:
Protect yourself against COVID-19

احم نفسك من كوفيد-19

NHS
SCOTLAND

 **Healthier
Scotland**
Scottish
Government

Public Health 
Scotland

ما هو كوفيد-19؟

كوفيد-19 هو عدوى تنفسية تم التعرف عليها في أواخر عام 2019. وهو فيروس شديد العدوى وينتشر في الهواء عندما يسعل أو يعطس المصابين به، أو عند ملامستهم للأسطح التي يستقر عليها الفيروس، ثم يلمسون العينين والأنف والفم.

قد يتسبب كوفيد-19 في الإصابة بمرض خطير ودخول المستشفى وربما الوفاة.

ما سبب أهمية تلقي لقاح كوفيد-19

يُفترض أن يساهم تلقي لقاح كوفيد-19 في أقرب وقت ممكن في حمايتك، وقد يساعد في حماية أسرتك ومن تهتم بهم.



يُعد اللقاح أفضل طريقة لحماية نفسك من كوفيد-19

وَقَرِّ الحماية لنفسك:

- قلل من احتمالية إصابتك بكوفيد-19. قد تكون الإصابة بكوفيد-19 خطيرة وقد تؤدي إلى مضاعفات طويلة الأجل. كون الشخص بصحة جيدة لا يقلل من خطر إصابته بكوفيد-19 والعدوى به.

وَقَرِّ الحماية لغيرك:

- يمكنك نقل كوفيد-19 للمرضى والزملاء، حتى إذا كانت لديك أعراض خفيفة جدًا، أو لا توجد أعراض قط.

احم ال NHS:

- في ظل تزايد أعداد المصابين بكوفيد-19، تزداد أهمية إيقاف نشر فيروس كوفيد-19- أكثر من أي وقت مضى. يُفترض أن يساعد لقاح كوفيد-19 على تقليل أعداد الحالات الخطيرة وإنقاذ الأرواح.

مَنْ هم الأكثر عرضة لخطر الإصابة بكوفيد-19؟

الأشخاص البالغون من العمر 50 عامًا أو أكثر هم الأكثر عرضة للإصابة، وتزداد الخطورة مع تقدم العمر. كما أن كبار السن الذين يعيشون في دور الرعاية أكثر عرضة للخطر نظرًا لأن مجموعة كبيرة من الأشخاص المعرضين للخطر يعيشون معًا. هذا الفيروس شديد العدوى وينتشر بسرعة.

للمزيد من المعلومات حول الفئات الأخرى المعرضة لخطر الإصابة بكوفيد-19، يُرجى زيارة nhsinform.scot/covid19

مَن سيوفّر لهم لقاح كوفيد-19 أولاً؟

اللقاح أصبح متاحًا الآن، وإننا نمنح الأولوية للأشخاص الأكثر عرضة لخطر الإصابة. أول مَن يتلقى اللقاح المجاني هم:

- المقيمون والعاملون في دور الرعاية
 - الأشخاص في عمر 80 عامًا أو أكبر (أو سيكونون كذلك بحلول 31 مارس 2021)
 - العاملون في الصفوف الأولى في الرعاية الصحية والاجتماعية.
- ويبدأ تطعيم المجموعات الأخرى باللقاح تباعًا بمجرد توفر إمدادات اللقاح.

توصي NHS Scotland بشدة بأن تحصل على اللقاح بمجرد توفيره لك.



هل اللقاح آمن؟

لن تستخدم NHS Scotland اللقاح إلا إذا كان مستوفٍ لمعايير السلامة والفعالية. تخضع جميع الأدوية، بما فيها اللقاحات، للاختبار للتأكد من سلامتها وفعاليتها قبل السماح باستخدامها. يجب أن تحصل Medicines & Healthcare products Regulatory Agency (MHRA) (الوكالة التنظيمية للأدوية ومنتجات الرعاية الصحية) على كافة البيانات وأن تقوم بتقييمها، وأن تضمن فعالية اللقاح وإكمال كافة التجارب والفحوصات الضرورية.

سوف تدرس:

- نتائج التجارب المعملية والسريرية
- ضوابط التصنيع والجودة
- عينات المنتج
- اختبار المنتج النهائي.

وسيتم هذا في أسرع وقت ممكن دون التخلي عن المعايير، لما للقاحات كوفيد-19 من أولوية. لن تعتمد وكالة MHRA اللقاحات للتوريد في المملكة المتحدة إلا إذا استوفت معايير السلامة والجودة والفعالية المتوقعة.

كما ستطلب وكالة MHRA المشورة من هيئة أخرى مستقلة، مفوضية الأدوية البشرية. وسيستمر فحص سلامة اللقاحات أثناء الاستخدام.

كيف يعمل اللقاح؟

لا يتسبب لقاح كوفيد-19 بالإصابة بكوفيد-19. وإنما هو يقوّي مناعتك ضد الفيروس، حتى يتمكن جسمك من مكافحته بسهولة أكبر إذا تعرضت له. وبالتالي يقل خطر إصابتك بكوفيد-19، أو حتى لو أصبت بكوفيد-19 فإنه يقلل من شدة الأعراض. كما يُعد اللقاح مناسباً للأشخاص ذوي اضطرابات الجهاز المناعي.

تخضع فعالية اللقاح واستجابة الجسم المناعية له للمراقبة المستمرة أثناء استخدام اللقاح.

كيف يُعطى اللقاح؟

يُعطى اللقاح بالحقن في أعلى الذراع.

وفي أثناء إعطاء اللقاح، يتم اتخاذ التدابير الصارمة التي من شأنها الوقاية من العدوى والسيطرة عليها. لن يستغرق تلقي لقاح كوفيد-19 إلا بضع دقائق. **من المهم أن تحصل على الجرعتين لحماية نفسك من الإصابة بكوفيد-19.**



تُعطى الجرعة الثانية بعد 21 إلى 28 يومًا من الجرعة الأولى.



الجرعة الثانية

الجرعة الأولى

سيُقدم لقاح كوفيد-19 على جرعتين.
سيتم إخبارك بموعد عودتك لتلقي
الجرعة الثانية.

كيفية تلقي اللقاح

تُعطى اللقاحات في أنحاء مختلفة من إسكتلندا لتلبية احتياجات المجتمعات المحلية. قد لا يتم إعطائك لقاح كوفيد-19 في عيادة الطبيب العام. سيؤكد مجلس صحة NHS الترتيبات المحلية.

للمزيد من المعلومات حول اللقاح، وتسليمه، يُرجى زيارة
www.nhsinform.scot/covid19vaccine أو الاتصال
على 0800 030 8013. لا يمكنكم حجز مواعيد اللقاحات
أو تغييرها عبر الخط الساخن.

إذا كنت مريضًا في هذا اليوم

يتعين عليك الذهاب لتلقي لقاح كوفيد-19 إذا كنت مصابًا بمرض بسيط غير مصحوب بحمى. إذا كنت تشعر بالتعب الشديد، يمكنك أن تؤجل تلقي اللقاح حتى تتعافى تمامًا.

إذا كنت تشعر بالتعب وظهرت عليك أعراض كوفيد-19، فلا تحضر موعد اللقاح. ينبغي أن تعزل نفسك وتحجز اختبار كوفيد-19. يمكن إجراء هذا من خلال nhsinform.scot/testing

لقد أصبت بكوفيد-19 من قبل، هل ينبغي لي أن أتلقى اللقاح؟

نعم. حتى لو أصبت بالفعل بكوفيد-19، فما تزال هناك احتمالية أن تُصاب به مرة أخرى. وتلقيك للقاح سيققل من احتمالية هذه الإصابة. وإن أصبت به مرة أخرى، فسيققل اللقاح من خطورة الأعراض التي ستعرض لها.

إذا أُجريت اختبار كوفيد-19 مؤخرًا وكانت النتيجة إيجابية - حتى لو لم تظهر أعراض - فعليك أن تنتظر أربعة أسابيع بعد الاختبار حتى يمكنك تلقي اللقاح.

هل يمكن إعطاء لقاح كوفيد-19 في نفس الوقت مع لقاحات أخرى؟

في الحالة المثلى، يجب أن تنتظر لمدة 7 أيام فاصلة بين لقاح كوفيد-19 وأي لقاح آخر.

كيفية الاستعداد لتلقي اللقاح

في يوم تلقي اللقاح، حاول أن ترتدي ملابس عملية يسهل من خلالها الوصول إلى أعلى الذراع.

إذا كنت تخاف من الإبر أو تشعر بالقلق حيالها، حاول أن تظل هادئًا وأخبر الشخص المسؤول عن إعطائك اللقاح. سيكون متفهمًا لحالتك ويمكنه مساعدتك.

هل توجد أي أسباب تمنعك من تلقي اللقاح؟

ينبغي عدم تلقي لقاح كوفيد-19 إذا كانت لديك حساسية شديدة تجاه أي من مكونات اللقاح أو بعد أخذ جرعة سابقة من اللقاح. سيؤثر هذا على عدد قليل جدًا من الناس، ولكن سيسعد الشخص الذي يعطيك اللقاح بالإجابة على أي أسئلة لديك في موعده.

لا يوصى باللقاح للسيدات الحوامل أو اللواتي يخططن للحمل حيث لم يُختبر اللقاح على السيدات الحوامل. ينبغي أيضًا تجنب الحمل لمدة لا تقل عن شهرين بعد تلقي الجرعة الثانية من اللقاح. إذا كنتِ ترضعين رضاعة طبيعية، فينبغي أن تنتظري حتى تنتهي من الرضاعة لتتلقى اللقاح.

يتعين على جميع السيدات ممن هن في سن الإنجاب والحوامل حاليًا واللواتي يخططن للحمل أو الرضاعة الطبيعية أن يقرأن دليل تلقي لقاح كوفيد-19. يُرجى زيارة nhsinform.scot/covid19vaccine أو الاتصال على **0800 030 8013** للمزيد من المعلومات.

للمزيد من المعلومات حول الآثار الجانبية المحتملة ومكونات اللقاح، يرجى زيارة nhsinform.scot/covid19vaccine على روابط لنشرات معلومات المرضى، أو اتصل على **0800 030 8013**.

الآثار الجانبية الشائعة

قد يظهر على بعض الأشخاص آثار جانبية بعد تلقي اللقاح. لذلك من المهم أن تتلقى جرعتين من اللقاح، حتى لو ظهرت آثار جانبية خفيفة بعد الجرعة الأولى. وهذه الآثار عادة ما تكون طفيفة وقد تشمل ما يلي:

- إيلام و/أو تورم و/أو احمرار في موضع الحقن
 - صداع، آلام في العضلات
 - الشعور بالتعب
 - حمى (درجة الحرارة أعلى من 37.8 درجة مئوية)
- تورم الغدد من الآثار الجانبية الأقل شيوعًا. ويبدأ هذا بعد بضعة أيام من تلقي اللقاح وقد تمتد حتى أسبوعين. هذا أمر متوقع وهو علامة على استجابة الجهاز المناعي للقاح.

إذا لم تشعر بارتياح، فتناول جرعة باراسيتامول. تأكد من تناول باراسيتامول بحسب التوجيهات الميينة على الملصق أو النشرة.

حمى بعد تلقي اللقاح

إنه لمن الشائع جدًا أن تُصاب بحمى بعد تلقي اللقاح. وعادةً ما تحدث خلال 48 ساعة من تلقي اللقاح، لكنها عادةً ما تختفي في غضون 48 ساعة.

لست بحاجة إلى أن تعزل نفسك أو تحجز لإجراء اختبار كوفيد-19 إلا إذا ظهرت عليك أعراض كوفيد-19 الأخرى أو:

- أخبرتك خدمة الاختبار والحماية التابعة لـ (NHS Test and Protect) بأنك أحد المخالطين القريبين من شخص ثبتت إصابته الإيجابية بكوفيد-19
- كنت تعيش مع شخص ثبتت مؤخرًا إصابته الإيجابية بكوفيد-19
- كنت تعيش مع شخص تظهر عليه أعراض الإصابة بكوفيد-19.

إذا بدأت تشعر بالحمى بعد مرور أكثر من 48 ساعة من تلقي اللقاح أو استمرت لمدة أطول من 48 ساعة، فعليك أن تعزل نفسك وتحجز لإجراء اختبار كوفيد-19. يمكن إجراء هذا من خلال

nhsinform.scot/testing

الإبلاغ عن الآثار الجانبية

وكما هو الحال مع جميع اللقاحات، يمكنك الإبلاغ عن أي آثار جانبية مشتبه بها من خلال Yellow Card Scheme. يمكنك الإبلاغ عن الآثار الجانبية للقاحات كوفيد-19 عبر الإنترنت على coronavirus-yellowcard.mhra.gov.uk

يمكنك أيضًا الاتصال بالخط الساخن لـ Yellow Card على **0800 731 6789 (متاح من الإثنين إلى الجمعة، من الساعة 9 صباحًا إلى 5 مساءً).**

الأعراض الشائعة لكوفيد-19

الأعراض الأكثر شيوعًا هي:



فقدان حاستي
الشم أو التذوق،
أو تغيرهما



حمى/ارتفاع
درجة الحرارة
(37.8 درجة
مئوية أو أكثر)



سعال جديد
مستمر

من الممكن أن تُصاب بكوفيد-19 دون أن تظهر عليك أي أعراض. إذا ظهرت عليك أعراض كوفيد-19، فينبغي أن تعزل نفسك وتحصل على اختبار.

للمزيد من المعلومات حول كوفيد-19،
يُرجى زيارة nhsinform.scot/covid19

معلومات إضافية

إذا كنت تشك في شيء أو كانت لديك أسئلة حول لقاح كوفيد-19،
تفضل بزيارة الموقع www.nhsinform.scot/covid19vaccine أو
اتصل بالرقم **0800 030 8013** (متاح من الساعة 8 صباحًا إلى 8 مساءً،
7 أيام في الأسبوع) لتتعرف على المزيد من المعلومات. لا يمكنكم حجز
مواعيد اللقاحات أو تغييرها عبر الخط الساخن.

بعد تلقي اللقاح

لسنا متأكدين مما إذا كان تلقيك للقاح سيمنعك من نشر الفيروس
للآخرين أم لا؛ لذلك فمن المهم أن نحافظ جميعًا على اتباع أحدث
النصائح الحكومية.

إيقاف انتشار الفيروس يبدأ من عندنا جميعًا.



برايل



خط كبير



صوتي



لغة الإشارة
البريطانية



نسخة سهلة
القراءة



الترجمات



وللمزيد من المعلومات، بما في ذلك التنسيقات الأخرى
ودعم الترجمة:

www.nhsinform.scot/covid19vaccine



0800 030 8013



phs.otherformats@phs.scot



المعلومات صحيحة في وقت النشر. يرجى زيارة
www.nhsinform.scot/covid19vaccine
للاطلاع على أحدث المعلومات.

أنت تملك الحقوق المتعلقة بإمكانية الوصول إلى
معلوماتك الشخصية الصحية واستخدامها. لمعرفة المزيد
من المعلومات حول حقوقك أو طريقة استخدام NHS
لمعلوماتك الشخصية بما يتوافق مع اللائحة العامة لحماية
البيانات، تفضل بزيارة:

www.nhsinform.scot/confidentiality
و www.nhsinform.scot/data-protection

تم النشر من قبل Public Health Scotland
1 South Gyle Crescent
Edinburgh EH12 9EB
Public Health Scotland 2020 ©
جميع الحقوق محفوظة.

تأسست Public Health Scotland في
1 أبريل 2020، وهي هيئة حكومية وطنية
باسكتلندا لتحسين وحماية صحة ورفاهة
الشعب الاسكتلندي.