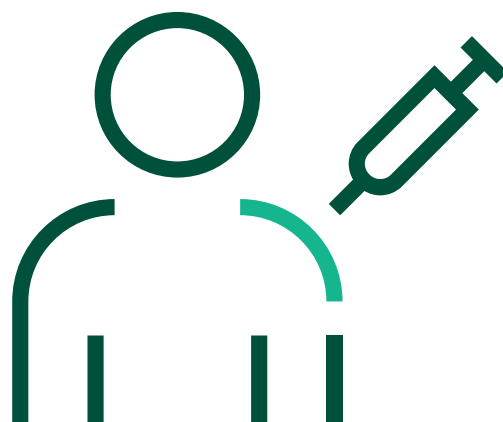


اللقاح ضد كوفيد-19



06 أبريل 2021



لماذا يجب عليّ تلقي اللقاح؟



كوفيد-19 ناتج عن فيروس مستجد لدى البشر. ولذلك ليس لدينا مناعة ضد العدوى، ولذا تمكن كوفيد-19 من الانتشار كوباء. جزء قليل فقط من الشعب الدنماركي تعرّض لكوفيد-19، ولا نعرف بالتأكد إن كان أولئك الذين أصيبوا بالعدوى، محميّون تماماً من الإصابة بالعدوى ثانية في وقت لاحق.

قد يصيب كوفيد-19 الجميع. الجميع معرّض للمرض بسبب كوفيد-19. إلا أن البعض معرضون بصورة خاصة لخطر الإصابة بمرض جدي والوفاة، إذا أصيبوا بالعدوى.

توصي دائرة الصحة بالتلقيح ضد كوفيد-19 لأنه يحمي من الإصابة بالعدوى والمرض بسبب كوفيد-19. كلما كان عدد الملقحين أكثر، سنتمكن بقدر أفضل من السيطرة على الوباء. الحصول على التلقيح مجاني، وقبول العرض هو أمر اختياري.

هل سيُعرض عليّ التلقيح؟



سيُعرض التلقيح ضد كوفيد-19 على جميع من في الدنمارك، وكذلك الأشخاص الذين لا يحملون الجنسية الدنماركية. من المهم أن يتم تلقيح أكبر عدد ممكن، لكي نتمكن من المحافظة على الوباء تحت السيطرة. إلا أننا، من حيث المبدأ، لن نعرض التلقيح على الأطفال دون 16 سنة، وكذلك الحوامل والمرضعات، لأن اللقاحات لم تجر دراستها والمصادقة عليها بالنسبة لهذه الفئات.

وسيجري تحديث التقويم الزمني للقاحات لدى دائرة الصحة باستمرار، لكي تتمكن من متابعة موعد حلول دورك:

www.sst.dk/vaccinationskalender



متى أتلقى رسالة حول التلقيح؟

ستتلقى رسالة عبر البريد صندوق البريد الإلكتروني e-Boks حين يأتي دورك، وستتمكن من حجز موعد للتلقيح في www.vacciner.dk. إن كنت معقياً من البريد الرقمي، فستتلقى رسالة بالبريد العادي ويمكنك حجز موعد بالنفون.

حين يتاح لك حجز الموعد، قد تكتشف أنه من الصعب العثور على أوقات شاغرة. وننصح بأن تحاول ثانية في وقت لاحق، حيث توضع باستمرار أوقات جديدة في النظام.

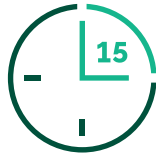
إن لم تقبل العرض في الحال، فلن تفقد حقك في الحصول على لقاح مجاني في وقت لاحق. إلا أن دائرة الصحة تتصح بأن تقبل العرض حين تحصل عليه، لأنه من المهم أن يتلقح أكبر عدد ممكن للمحافظة على السيطرة على الوباء.

كيف يجري تلقيحي؟

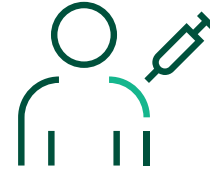


2. هناك العديد من الأشخاص الذين يتولون إعطاء اللقاح، لكنهم يعملون دائماً تحت إشراف الطبيب.

1. احضر شخصياً في مكان التلقيح في الموعد المتفق عليه. احضر معك كامامة الفم وبطاقة الصحة الصفراء الخاصة بك.



4. ويجب عليك بعد التلقيح الانتظار في مكان قريب لمدة 15 دقيقة، ليتمكن موظفو الصحة من مساعدتك إذا ظهرت لديك ردة فعل للحساسية.



3. ستتلقى اللقاح عادة في عضلة الكتف.

ما هي الأمور التي ينبغي أن أتنبه لها بصورة خاصة؟

1. لا ننصح بأن يُعطى اللقاح للأطفال دون 16 سنة وكذلك الحوامل والمرضعات، حيث إن اللقاحات لم تُدرس بعناية بالنسبة لهذه الفئات. إن كان من المحتم أنك حامل، فتحدثي مع الطبيب قبل أن تتلقي اللقاح. في حالات خاصة تماماً، كالأمراض الخطيرة جداً مثلاً، قد يُعرض على الطفل أو الحامل تلقي اللقاح بعد تقييم طبي مهني ومحدد.



2. إن كان لديك ردة فعل فورية للحساسية المفرطة/التأق (anafylaksi) تجاه مادة أو أكثر من المواد التي تحتويها اللقاحات، كأن يكون مثلاً تجاه ما يُسمى بمادة ماغروغول macrogol أو (بي إي جي) PEG، أو أصبت بالحساسية المفرطة (التأق)، فلا ينبغي أن تتلقي اللقاح.



3. إن كانت لديك صفائح دم قليلة أو مصاباً بمرض الهيموفيليا (الاستعداد للنزف)، فقد تكون معرضاً لخطر متزايد لتجلط الدم في حال تلقي اللقاح. ولذلك عليك التحدث مع الطبيب قبل تلقي اللقاح



متى يجب عليّ تأجيل التلقيح؟

1. إن كانت لديك حرارة مرتفعة (38 درجة على الأقل) أو لديك التهاب حاد خطير كالتهاب الرئتين مثلاً، عندها يجب عليك تأجيل اللقاح. يمكنك تلقي التلقيح إذا كان لديك مجرد ارتفاع في الحرارة، أو التهابات خفيفة، كنزلة البرد مثلاً، لكن عليك دائماً التفكير إن كنت مصاباً بكوفيد-19.



2. إذا كنت مصاباً بكوفيد-19، يجب عليك تأجيل التلقيح.



3. إذا أجريت الفحص بسبب الشكوك بالإصابة بكوفيد-19 أو لأنك من المخالطين المقربين، فيجب أن تؤجل التلقيح لحين حصولك على جواب نتيجة الفحص. إذا كانت نتيجة فحصك سلبية، فيمكن أن تتلقي اللقاح، لكن إن كانت إيجابية، فننصح بأن تنتظر شهراً بعد انتهاء المرض.



ما هي الآثار الجانبية التي قد تحدث لي؟

جميع اللقاحات لها آثار جانبية، لكن ليس جميع الذين يتلقون اللقاح تحصل لديهم الآثار الجانبية. وعموماً، فإن الأمر يتعلق بمضايقات عابرة، ونحن نعتبر أن اللقاحات ضد كوفيد-19 آمنة جداً وموثقة جيداً. ستجد أدناه قائمة بردود الفعل المعتادة التي قد يشعر بها المرء عند تلقي لقاحات ضد كوفيد-19.

أمثلة على الآثار الجانبية العادية

ردود فعل عامة

- التعب
- صداع الرأس
- ألم العضلات والمفاصل
- القشعريرة
- ارتفاع خفيف في الحرارة

ردود فعل موضعية

- أوجاع واحمرار في موضع الوخزة

أمثلة على الآثار الجانبية النادرة

- ردود فعل لحساسية شديدة
- صعوبة في التنفس
- طفح جلدي
- تورم في الوجه

ستشعر الغالبية بالألم في موضع الوخز. يشعر العديد من الأشخاص بردود فعل عامة كألم العضلات أو ارتفاع خفيف في الحرارة مثلاً، ما يعدّ يعتبر علامة على أن جهاز المناعة يقوم برد فعل على اللقاح كما ينبغي. إذا شعرت بمضايقات معروفة وعابرة، فلا تحتاج أن تتصل بالطبيب.

في حالات خاصة قد تظهر ردود فعل حساسية مفرطة فورية، قد تحصل مباشرة بعد تلقيك اللقاح. إن كانت لديك حساسية مفرطة تجاه العقاقير مثلاً، فيجب أن تنتبه لذلك قبل تلقيك اللقاح. بالنسبة للقاح ضد كوفيد-19، ستكون هناك دائماً استعدادات للطوارئ للتعاطي مع ردود الفعل النادرة للحساسية الفورية.

هناك فرق قليل في نوعية الآثار الجانبية وبردود الفعل الأكثر شيوعاً بالنسبة للقاحات المختلفة. يمكنك قراءة المزيد في موقع

www.sst.dk/covid-vaccination

ما هي اللقاحات التي أستطيع تلقيها؟

سيُعرض عليك أحد اللقاحات ضد كوفيد-19، المصادق عليها للاستعمال في الدنمارك.

لقاح موديرنا كوفيد-19 / COVID-19 Vaccine Moderna®	كوميرناتي Comirnaty®	
لقاح الحمض النووي الريبي RNA	لقاح الحمض النووي الريبي RNA	النوع
الشركة الأمريكية موديرنا Moderna	الشركة الألمانية بيونتيك BioNTech بالتعاون مع الشركة الأمريكية فايزر Pfizer	من إعداد
إسبانيا وسويسرا	ألمانيا وبلجيكا	أنتجت في
الأشخاص فوق 18 سنة - لكن ليس للحوامل والمرضعات	الأشخاص فوق 16 سنة - لكن ليس للحوامل والمرضعات	مُصادق عليه لـ
2	2	عدد الجرعات للفاعلية الكاملة
4-6 أسابيع	3-6 أسابيع	الفترة الزمنية بين اللقاحات
بعد 14 يوماً من الوخزة الثانية	بعد 7 أيام من الوخزة الثانية	الفاعلية الكاملة تتحقق



هل أستطيع اختيار اللقاح بنفسني؟

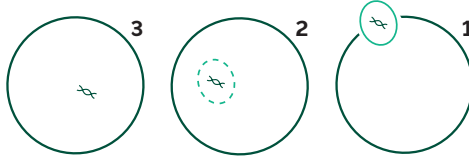
حيث إننا سنتلقى دفعات محددة فقط من اللقاح، ولأن اللقاحات سيُحتفظ بها وسيجري التعامل معها وفق ظروف خاصة تماماً، فنحن مضطرون لوضع قيود مشددة للتحكم بتوزيع اللقاحات، وكذلك لضمان عدم حدوث هدر كبير باللقاحات. وعليه، بالنسبة للعرض المجاني لا نستطيع أن نختار بنفسك نوع اللقاح الذي سنتلقاه. وبالمناسبة، فإن ذات الشيء ينطبق أيضاً على برنامج تلقيح الأطفال وبرنامج التلقيح الأخرى المجانية في الدنمارك. إلى هذا الحين، فإن جميع لقاحات كوفيد-19، التي تُسلم إلى الدنمارك، ستوزع من خلال عرض التلقيح المجاني، ولذلك فلن يكون متاحاً للمرء أن يشتري اللقاح بنفسه بوصفه طبية.

كيف يعمل اللقاح؟

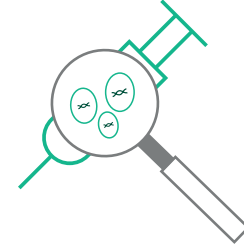
اللقاحات ضد كوفيد-19 المصنوعة منها، تحتوي شرائح مشفرة، مصنوعة مما يُسمى الأحماض النووية (الحمض النووي الريبسي أو الحمض النووي) وهي مواد تظهر طبيعياً في جسد الإنسان. بالنسبة كوميرناتي® Comirnaty و لقاح كوفيد-19 موديرنا® COVID-19 Vaccine Moderna فإن الشرائح المشفرة مغلفة بمواد دهنية.

حين تدخل الشرائح المشفرة في خلايا الجسم، تترجم الشيفرة إلى بروتين خاص بفيروس كورونا المستجد. هذه البروتينات تحفز جهاز المناعة للجسد لإنتاج أجسام مضادة واقية وخلايا مناعة خاصة بحيث يتمكن جهاز المناعة من التعرف على الفيروس والقضاء عليه إذا أصيب الجسد بالعدوى لاحقاً.

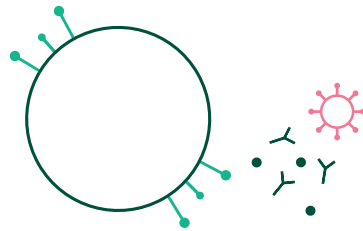
ستتحلل شريحة الشيفرة، والمواد المساعدة في اللقاح، سريعاً في الجسد بعد حصول مفعولها.



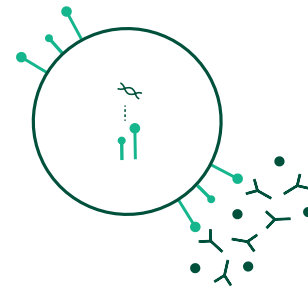
2. يساعد التغليف في إيلاج الشريحة المشفرة في خلايا الجسم. وبعدها يتحلل التغليف سريعاً من قبل إنزيمات الجسم.



1. يحتوي اللقاح على شرائح شيفرة صغيرة.



4. الأجسام المضادة وخلايا المناعة تستطيع القضاء على الفيروس إذا وقعت الإصابة بالعدوى لاحقاً. تتحلل شريحة الشيفرة حين تنتهي فاعليتها.



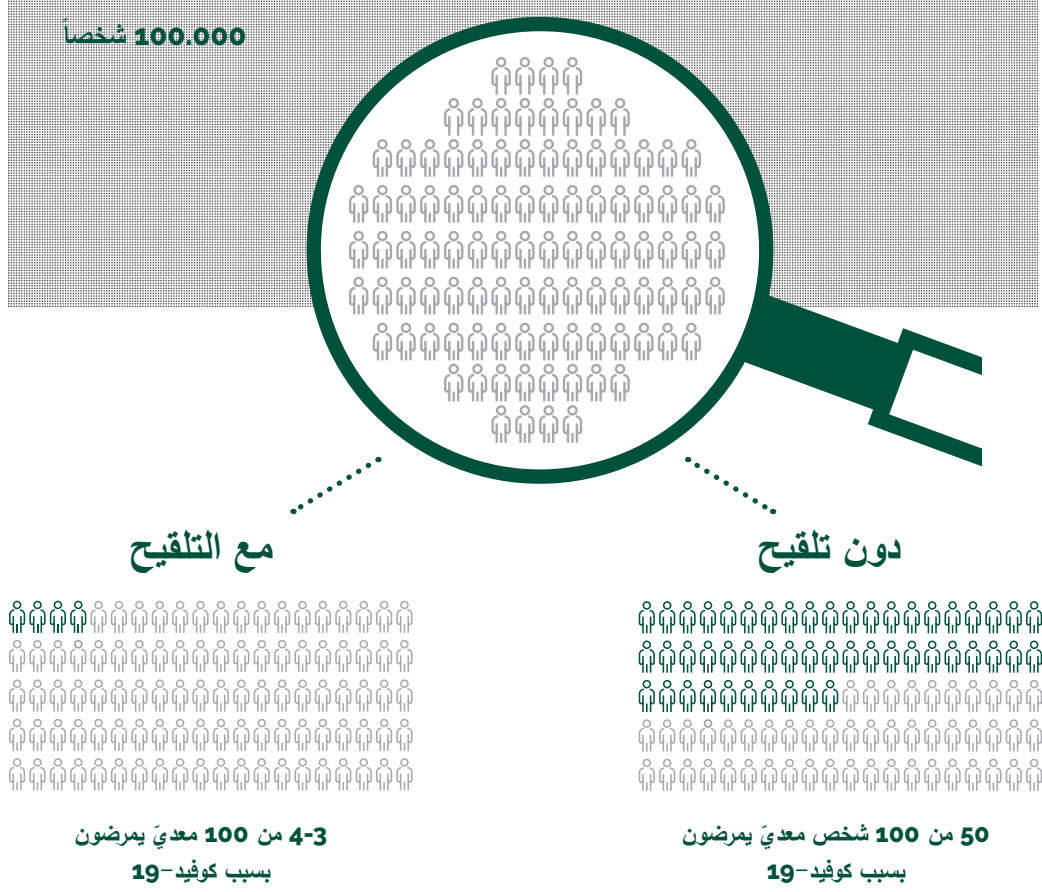
3. الشرائح المشفرة الصغيرة تحمل الخلية على إنتاج بروتينات جديدة، تتموضع على الجانب الخارجي من الخلية، وتحفز جهاز المناعة في الجسم على تكوين أجسام مضادة وخلايا مناعة.

ما مدى فاعلية اللقاحات؟

اللقاحات ضد كوفيد-19 خضعت جميعها للأبحاث في تجارب قرعة كبيرة، حيث تلقت مجموعة اللقاح، ومجموعة أخرى حُقتت بماء مالح أو لقاح آخر (يسمى لقاح وهمي). فاعلية اللقاحات جرى قياسها عبر المقارنة بعدد الذين أصيبوا بمرض كوفيد-19 في تلك المجموعتين.

وعموماً، فقد أصيب لاحقاً عدد قليل جداً من المتلقين للقاح بمرض كوفيد-19. وتقاس فاعلية اللقاح من خلال معرفة قدر المخاطر الأدنى للإصابة بالمرض بين المتلقين للقاح، مقارنة مع المجموعة التي تلقت لقاحاً وهمياً. فمثلاً، إن مرض 100 من إحدى المجموعتين، و5-6 أشخاص من المجموعة الثانية، فإن الفاعلية تبلغ 94-95%، كما هو الحال بالنسبة للقاح كوميرناتي® Cominarty® ولقاح كوفيد-19 موديرنا® COVID-19 Vaccine Moderna.

وبالعكس، فهذا لا يعني أن المرء مثلاً محمي فقط بنسبة 95%، ولا يعني أيضاً أن المرء مثلاً معرض لخطر الإصابة بكوفيد-19 5%، بالرغم من تلقي اللقاح. في الواقع فإن الخطورة أقل بكثير، لأن المرء يجب أن يأخذ بالاعتبار أن مخاطر الإصابة بكوفيد-19 ضئيلة، بغض النظر عما إن كان المرء تلقى اللقاح أم لا. فمثلاً، إن كانت معدلات العدوى (الحدوث) تبلغ 100، فهذا يعني أنه خلال اليوم الفائت قد اكتشف 100 مصاب بالعدوى لكل 100.000 من السكان. إن توقعنا أن حوالي النصف من هؤلاء لديهم أعراض أيضاً، أي أنهم أصيبوا بمرض كوفيد-19، فإن فاعلية اللقاحات - إذا كانوا جميعاً قد تلقوا اللقاح - يعني أن فقط ما بين 3 و4 من الأشخاص المصابين سيمرضون بسبب كوفيد-19، بينما 50 سيمرضون إن لم يتلق أحد منهم اللقاح.



ليس لدينا بعد توثيق أكيد يفيد بأن اللقاحات تقي أيضاً من أن يصبح الملقح ناقلاً للعدوى، لكننا نتوقع أن يكون الأمر كذلك، وأن نحصل على هذا التوثيق بالتزامن مع البدء بعملية التلقيح.

هل اللقاحات لها ذات الفاعلية لدى المسنين؟

لقد أظهرت الدراسات العلمية أن لقاح كوميرناتي® Comirnaty و لقاح كوفيد-19 موديرنا® COVID-19 Vaccine Moderna لديهما ذات الفاعلية لدى المسنين والأشخاص الذين لديهم عوامل التعرض للمخاطر.

لماذا ينبغي أن أتلقى اللقاح مرتين؟

الفاعلية الكاملة للقاحات تتحقق فقط بعد أسبوع-أسبوعين من الوخزة الثانية، ولذلك يجب أن تتلقى اللقاح مرتين.

ليس لدينا إلى الآن توثيق يؤكد أن حماية اللقاح تستمر لعدة سنوات، أو إن كان ينبغي لك أن تتلقى اللقاح ثانية في وقت لاحق لتحافظ على الوقاية.

كيف يجب علي أن أتصرف بعد التلقيح؟

بالرغم من تلقيك للقاح، فلا يزال يجب عليك اتباع النصائح العامة المفيدة المتعلقة بالوقاية من العدوى، الصادرة عن دائرة الصحة. اللقاح ليس فاعلاً 100%، ولا نعرف لحد الآن إن كان التلقيح يقي أيضاً من أن يحمل الشخص، المُتلقّي للقاح، الفيروس ومن ثم ينقل العدوى إلى الآخرين.

ينبغي أن تتصل بطبيبك إذا شعرت بأعراض جديدة بعد تلقيك للقاح. قد يتعلق الأمر مثلاً بأعراض الحساسية كالصعوبة في التنفس أو الطفح الجلدي. باستشارة الطبيب أن يقدر إن كانت الأعراض سببها اللقاح، أو أسباب أخرى محتملة، ثم يشرع في العلاج إن اقتضت الحاجة.

من واجب الطبيب إبلاغ دائرة العقاقير عن الآثار الجانبية المفترضة. كما تستطيع بنفسك أيضاً الإبلاغ عن الآثار الجانبية المفترضة لدى دائرة العقاقير عبر موقع www.lmst.dk

أين تجد الأجوبة على أسئلتك؟

يمكنك دائماً أن تجد أحدث المعلومات حول اللقاح ضد كوفيد-19 على موقع www.sst.dk/covid-vaccination وقراءة المزيد حول فيروس كورونا المستجد وكوفيد-19 على موقع www.sst.dk/corona