



تطعيم فيروس كورونا الوقائي -

فعّال وآمن!

يحمي لقاح كورونا من الإصابة الحادة بفيروس كوفيد 19، ويُقلّل من العواقب طويلة المدى. قامت لجنة التطعيم الدائمة (STIKO) بتبسيط توصياتها، بناءً على تجارب السنوات الأخيرة. ستجد في هذه النشرة معلومات مهمة حول التوصيات الحالية للقاح كورونا.

إصدار: 2.11.2023، وفقًا لتوصية لجنة التطعيم الدائمة (STIKO) للتطعيم ضد فيروس كوفيد 19، الصادرة بتاريخ 25.05.2023

كيف يمكنني أن أحمي نفسي جيدًا من فيروس كورونا؟

تتطور الحماية طويلة المدى ضد فيروس كورونا، بعد عدة تطعيمات أو حتى إصابات.

وفقًا للجنة التطعيم الدائمة، تُوفّر **المناعة الأساسية** حمايةً ضد الإصابة الحادة بفيروس كوفيد 19، وتُقلّل من العواقب طويلة المدى. وتُكتسب مناعةً أساسيةً بالتعرّض لمكونات فيروس كورونا في **3 حالات اختلاط** على الأقل. ويمكن أن تشمل حالات التعرض هذه **تطعيمات بلقاح كورونا أو إصابات بفيروس كورونا**. ولأفضل مناعة أساسية ممكنة، ينبغي أن تكون اثنتان من حالات التعرض الثلاثة عبارة عن تطعيمات.

ومع ذلك، من المهم أن يكون هناك فاصل زمني كافٍ بين حالات التعرض هذه. فإذا كانت الفواصل الزمنية قصيرة جدًا، فقد لا يكون لدى نظام المناعة الوقت الكافي لتكوين حماية طويلة المدى. لذلك، فإن الإصابة لن تكون بديلًا عن التطعيم، إذا كان الفاصل الزمني قصيرًا جدًا.

يُوصى أيضًا - في بعض الحالات - بالمناعة الأساسية للأطفال بعمر 6 أشهر فأكثر وللمراهقين. يُوصى بالمناعة الأساسية للأطفال والمراهقين إذا

- كانت لديهم سوابق مرضية مُعينة،
- كانوا يتلقون العناية في منشأة رعاية أو
- كانوا مخالطين مقربين (مثل أفراد الأسرة) للأشخاص الذين يُحتمل ألا يكون جهازهم المناعي قادرًا على توفير الحماية الكافية بعد أي تطعيم.

يمكنك العثور على مزيد من المعلومات حول توصية التطعيم هنا:



www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/Impfungen/AZ/Impfempfehlung-Zusfassung.html/19-COVID

تجد معلومات تكميلية هنا:



www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutzimpfung/19-impfung-gegen-covid

هل يُوصى في حالتي بالحصول على المزيد من التطعيمات المعززة؟

بالإضافة إلى المناعة الأساسية، يُوصى بعض الأشخاص بالحصول على تطعيم سنوي معزز:

- في حالة ارتفاع خطر الإصابة بالعدوى: وينطبق ذلك على المقيمين في مرافق رعاية المسنين ومرافق الرعاية أو على مَنْ يعمل في مرافق الرعاية أو المرافق الطبية ويختلط اختلاطًا مباشرًا مع المرضى.
- في حالة ارتفاع خطر التعرض لمسار مرضي شديد في حالة الإصابة بفيروس كوفيد-19: بداية من عمر 60 عامًا أو بسبب الإصابة بأمراض سابقة معينة.
- في حالة المخالطة الوثيقة مع أشخاص يعانون من ضعف الجهاز المناعي (على سبيل المثال، أحد أفراد الأسرة)، الذين من المحتمل ألا يتمكن جهازهم المناعي من تكوين حماية كافية.

يجب أن تتلقى هذه الفئات من الأشخاص **التطعيم المعزز** كل عام، أو بعد 12 شهرًا على الأقل من آخر تطعيم أو إصابة بفيروس كورونا. يُفضّل أن يتم التطعيم المعزز في الخريف؛ لأنه من المفترض أن خطر العدوى يكون أعلى في الخريف والشتاء، مقارنةً بالأشهر الأكثر دفئًا.

يُفضّل إجراء التطعيمات المعززة، باستخدام **لقاحات الحمض النووي الريبوزي المرسال** التي تمّت مواءمتها مع متحورات فيروس كورونا الناشئة حاليًا.

نصيحة يحسب لك **فحص تطعيم كورونا** ما إذا كانت الفواصل الزمنية في حالتك كافية لاكتساب مناعة أساسية، وما إذا كان التطعيم مناسبًا لك.

هل يُوصى بأن أكتسب مناعةً أساسيةً؟

توصي لجنة التطعيم الدائمة بالمناعة الأساسية، لكل شخص يبلغ من العمر **18 عامًا** فأكثر. ولاكتساب هذه المناعة الأساسية، يوصى مبدئيًا **بالتطعيم مرتين** بفواصل زمنية قدره **3 أسابيع على الأقل**. بالإضافة إلى ذلك، يُعطى **تطعيم معزز (Booster-Impfung)** بعد **6 أشهر على الأقل** من التطعيم الثاني.

يمكن أن تحل الإصابة بفيروس كورونا محل أحد التطعيمات الموصى بها. ولهذا الغرض، يجب أن يكون الفاصل الزمني بين التطعيم السابق واللاحق **3 أشهر على الأقل**.

ما اللقاحات الموصى بها؟

أُعتمدت لقاحات مختلفة للتطعيم ضد كورونا في الاتحاد الأوروبي. ويوصى باللقاحات التالية في ألمانيا:

- لقاحات الحمض النووي الريبوزي المرسال (mRNA): كوميرناتي (Comirnaty) من إنتاج بيونتك/فايزر (BioNTech/Pfizer) وسبايكفاكس (Spikevax) من إنتاج موديرنا (Moderna)
 - لقاحات النواقل: فاكسزيفريا (Vaxzevria) من إنتاج أسترازينيكا (AstraZeneca) وجكوفدن (Jcovden) من إنتاج يانسن-سيلاج إنترناشونال (Janssen-Cilag International)
 - اللقاحات البروتينية: نوفاكسوفيد (Nuvaxovid) من إنتاج نوفافاكس (Novavax)
 - لقاحات الفيروس الكامل: لقاح كوفيد 19 فالنيفا (Valneva) من إنتاج شركة فالنيفا
- قد تكون لقاحات كوفيد 19 هذه متاحة بجرعات مختلفة، وكل لقاح منها يوصى به لفئات عمرية مختلفة.
- ### ما التفاعلات المحتملة للتطعيم؟
- يمكن تحمل اللقاحات بصفة عامة. ويمكن أن تظهر تفاعلات التطعيم المعتادة مثل الآلام في موضع الحقن أو الإعياء أو الصداع أو حتى الحمى. وتهدأ هذه الأعراض عادةً بعد بضعة أيام. ظهور آثار جانبية قوية أمرٌ نادرٌ جدًا.

يمكن العثور على مزيد من المعلومات حول سلامة اللقاحات عبر www.impfen-info.de نصيحة

أين يمكنني تلقي التطعيم؟

يمكنك تلقي التطعيم في عيادات الأطباء ولدى أطباء العمل وفي الصيدليات. ويتم التطعيم مجانًا.

لماذا تظل قواعد النظافة مهمة؟

يُوفّر لقاح كورونا حماية جيدة من أي إصابة حادة بفيروس كوفيد 19. ومع ذلك لا يستطيع اللقاح أن يوفر الحماية الكاملة.

تساعد بعض السلوكيات، مثل غسل اليدين وارتداء الكمامة، في الحماية من فيروس كورونا والتهابات الجهاز التنفسي الأخرى.

كما يمكن الحصول على التطعيم مرة أخرى خلال فصل الخريف. ويمكن غالبًا الحصول على تطعيم فيروس كورونا وتطعيم الأنفلونزا في الموعد نفسه، إلا أنه يُراعى عادة الحصول على التطعيمين في ذراعين مختلفتين.

استعلم هنا عن تطعيم الأنفلونزا:

www.impfen-info.de/grippeimpfung



هل يوصى بلقاح كورونا للأطفال والمراهقين الأصحاء؟

لا، بالنسبة إلى الأطفال والمراهقين الذين تقل أعمارهم عن 18 عامًا لا توصي لجنة التطعيم الدائمة بلقاح كورونا. يُواجه الأطفال والمراهقون، الذين ليست لديهم سوابق مرضية، عادةً تعبًا خفيفًا عندما يصابون بفيروس كوفيد 19، ومن النادر أن يضطروا إلى الذهاب إلى المستشفى بسببه. ولذلك لم تعد لجنة التطعيم الدائمة توصي بلقاح كورونا لهؤلاء الأطفال والمراهقين.

لا يوصى بلقاح كورونا للأطفال بداية من عمر 6 أشهر فأكثر والمراهقين إلا في حالات معينة. وهي تشمل سوابق مرضية معينة، على سبيل المثال.

مزيد من المعلومات

www.infektionsschutz.de/coronavirus/schutzimpfung (BZgA): المراكز الاتحادية للتوعية الصحية

www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus: الوزارة الاتحادية للصحة

www.rki.de/SharedDocs/FAQ/COVID-Impfen/gesamt.html (Robert Koch-Institut): معهد روبرت كوخ