



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: 28.05.2024، وفقاً لتوصية لجنة التطعيم الدائمة (STIKO) للتطعيم ضد فيروس كوفيد 19، الصادرة بتاريخ 11.01.2024

كيف يمكنني أن أحمي نفسي جيداً من فيروس كورونا؟

تتطور الحماية طويلة المدى ضد فيروس كورونا، بعد عدة تطعيمات أو حتى إصابات. وفقاً للجنة التطعيم الدائمة، تُوفّر المناعة الأساسية حمايةً ضد الإصابة الحادة بفيروس كوفيد 19، وتُقلّل من العواقب طويلة المدى. وتُكتسب مناعةً أساسية 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 واحدة على الأقل من حالات التعرض الثلاثة عبارة عن تطعيم. ومع ذلك، من المهم أن يكون هناك فاصل زمني كافٍ بين حالات التعرض هذه. فإذا كانت الفواصل الزمنية قصيرة جداً، فقد لا يكون لدى نظام المناعة الوقت الكافي لتكوين حماية طويلة المدى. لذلك، فإن الإصابة لن تكون بديلاً عن التطعيم، إذا كان الفاصل الزمني قصيراً جداً.

- كانت لديهم سوابق مرضية مُعيّنة.
- كانوا يتلقون العناية في منشأة رعاية أو
- كانوا مخالطين مقربين (مثل أفراد الأسرة) للأشخاص الذين يُحتمل ألا يكون جهازهم على علمهماني قادراً توفير الحماية الكافية بعد أي تطعيم.
- كذلك قد يحتاج الأطفال الأصغر من 4 سنوات وفقاً لنوع اللقاح لجرعات أكثر من تطعيم فيروس كورونا. إذا كانت لديك استفسارات حول ذلك، يرجى التواصل مع طبيبك.

يمكنك العثور على مزيد من المعلومات حول توصية التطعيم هنا:



www.rki.de/DE/Content/Infekt/Impfen/ImpfungenAZ/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 اختلاطاً مباشرة مع المرضى.
 - في حالة ارتفاع خطر التعرض لمسار مرضي شديد في حالة الإصابة بفيروس كوفيد-19: بداية من عمر 60 عاماً 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 جرعة التطعيم المعززة كل عام في فصل الخريف. وإذا كان الشخص لا يعاني بالفعل من قصور في الجهاز المناعي، وأصيب خلال العام الجاري بفيروس كورونا، يُمكن حينها التغاضي عن تلقي جرعة التطعيم المعززة.
- يُفضّل إجراء التطعيمات المعززة، باستخدام لقاحات الحمض النووي الريبوزي المرسل التي تمت موازنتها مع متحورات فيروس كورونا الناشئة حالياً.

هل يُوصى بأن أكتسب مناعةً أساسيةً؟

توصي لجنة التطعيم الدائمة بالمناعة الأساسية، لكل شخص يبلغ من العمر 18 عاماً فأكثر. ولاكتساب هذه المناعة الأساسية، يوصى مبدئياً بالتطعيم مرتين بفاصل زمني قدره 4 إلى 12 أسبوعاً. بالإضافة إلى ذلك، يُعطى تطعيم معزز (Booster-Impfung) بعد 6 أشهر على الأقل من التطعيم الثاني.

الإصابات بفيروس كورونا، يُمكن أن تحل محل تطعيمين من التطعيمات الموصى بها. ولكي تحل الإصابة محل التطعيم، يجب أن يكون الفارق الزمني بين الإصابة والتطعيم السابق أو التطعيم اللاحق على الأقل 3 أشهر

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



ما اللقاحات الموصى بها؟

أُعتمدت لقاحاتٌ مختلفة للتعطيم ضد كورونا في الاتحاد الأوروبي. ويُوصى 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: وجكوفدن (Jcovden®) من إنتاج يانسن-سيلاج إترناشونال (Janssen-Cilag International)
 - اللقاحات البروتينية: نوفاكسوفيد (Novavax®) 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 للتعطيم؟

يمكن تحمل اللقاحات بصفة عامة. ويُمكن أن تظهر تفاعلات التعطيم 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 التعطيم؟

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

من خلال بعض نصائح النظافة البسيطة، تحمي نفسك والآخرين من الإصابة بعدوى فيروس كورونا، وأمراض الجهاز التنفسي المعدية الأخرى.

كما يُمكن الحصول على التعطيم مرة أخرى خلال فصل الخريف. ويُمكن غالبًا الحصول على تعطيم فيروس كورونا وتعطيم الأنفلونزا في الموعد نفسه، إلا أنه يُراعى عادة الحصول على التعطيم في ذراعين مختلفتين.

استعلم هنا عن تعطيم 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 التعطيم 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 التعطيم الدائمة توصي بلقاح كورونا لهؤلاء الأطفال والمراهقين.

لا يُوصى 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

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

الوزارة الاتحادية للصحة: www.bundesgesundheitsministerium.de/coronavirus

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