

# احصل على إجابات حول لقاح كوفيد-19



لقد صادقت إدارة الغذاء والدواء الأمريكية (FDA) على لقاح Pfizer / BioNTech COVID-19 لأي شخص يبلغ من العمر 12 عامًا أو أكثر. هذه خطوة مثيرة ومهمة في الصراع لإنهاء الجائحة. **لقاح Pfizer هو لقاح كوفيد-19 الوحيد المصاحبه للأطفال.** لقاح Moderna و Johnson & Johnson/Jansen مصادق عليه للأشخاص الذين تبلغ أعمارهم 18 عامًا أو أكثر.

لقاحات كوفيد-19 ليست فعالة بشكل مبهز بحسب في تجنب المرض ودخول المستشفى والوفاة<sup>1</sup> ولكنها ستساعدنا على العودة إلى أنشطتنا الطبيعية. تُشير الدراسات الحديثة إلى أن اللقاحات تعمل ضد السلالات المتحورة الجديدة من الفيروس التي تم التعرف عليها حتى الآن<sup>2</sup> وتمنع انتقال الفيروس للأشخاص الآخرين. الأشخاص الذين يختارون الحصول على التطعيم لا يحمون أنفسهم من الفيروس فحسب، بل يساعدون أيضًا في حماية أولئك الأشخاص في مجتمعنا الذين قد يكونون أكثر عرضة للإصابة أو غير قادرين على الحصول على التطعيم في الوقت الحالي.

## هل يجب أن أحصل على التطعيم إذا كنت قد أصبت بالفعل بعدوى كوفيد-19؟



نعم، حتى إذا كنت قد أصبت بالفعل بعدوى كوفيد-19، فلا يزال يتعين عليك الحصول على التطعيم. توفر اللقاحات حماية إضافية من المرض ومن احتمال الإصابة المتكررة. تُشير الدراسات إلى أن اللقاح يوفر لك حماية أفضل ضد السلالات المتحورة من الفيروس. قد يعني هذا أيضاً أن اللقاح يوفر مناعة تدوم لفترة أطول من المناعة الطبيعية، أو المناعة نتيجة الإصابة بالمرض. التطعيم باللقاح وسيلة أكثر أماناً وفعالية لتكوين المناعة من الإصابة بالفيروس والإصابة بمرض كوفيد-19.

## ما هي الآثار الجانبية التي يمكن أن أعاني منها بعد الحصول على اللقاح؟<sup>3</sup>

لقاحات كوفيد-19 آمنة وفعالة. ولكن، مثل جميع الأدوية، قد يعاني بعض الأشخاص من آثار جانبية، لذلك من المهم أن تكون على دراية بماهية هذه الأعراض الجانبية والأشياء التي يجب مراقبتها.

### الأعراض الجانبية الشائعة

قد تظهر عليك أعراض جانبية خفيفة إلى معتدلة، لبضعة أيام. هذه علامات طبيعية على أن الجسم يبني الحماية وعلى أن الجهاز المناعي يقوم بما يُتوقع منه القيام به. عادةً ما تختفي هذه الأعراض الجانبية في خلال 12-48 ساعة. قد لا تظهر أي أعراض جانبية على بعض الأشخاص أو قد تظهر عليهم أعراض جانبية مختلفة بعد الجرعة الثانية عن تلك التي ظهرت عليهم بعد الجرعة الأولى. إن ظهور أعراض جانبية شائعة ليس سبباً لعدم الحصول على جرعة ثانية من لقاح COVID-19 mRNA. أنت بحاجة إلى كلتا الجرعتين كي تتوفر لك الحماية بشكل كامل.

<https://www.cdc.gov/vaccines/acip/meetings/downloads/slides-2021-05-12/04-COVID-Oliver-508.pdf> 1

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/fully-vaccinated-peopLE.html> 2

<https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/info-by-product/pfizer/reactogenicity.html> 3

## في سائر أنحاء جسمك:

- قشعريرة
- إسهال
- حمى أو شعور بالتعرق
- صداع
- آلام في العضلات
- غثيان، أو شعور برغبة في التقيؤ
- تعب

## على الذراع حيث تم حقن اللقاح:

- ألم
- احمرار
- تورم

## الأعراض الجانبية الأقل شيوعاً

قد يعاني بعض الأطفال من تورم الغدد اللمفاوية والإحساس بالألم عند لمسها (يسمى ذلك تضخم العقد اللمفاوية)، وعادة ما تكون في منطقة الإبط أو الرقبة.

قد يعاني بعض الأشخاص من طفح جلدي أحمر اللون أو مثير للحكة أو متورم أو مؤلم في موضع الحقن، والذي كثيراً ما يُطلق عليه "ذراع كوفيد". يمكن أن يبدأ هذا الطفح الجلدي في الظهور بعد بضعة أيام إلى أكثر من أسبوع بعد حقن الجرعة الأولى. إذا ظهرت على طفلك أعراض "ذراع كوفيد" بعد الحصول على الجرعة الأولى، فلا يزال يتعين عليه الحصول على الجرعة الثانية. اسأل طبيب الطفل عن علاج هذا بمضادات الهستامين للمساعدة في علاج الحكة، أو أسيتامينوفين أو عقار مضاد للالتهاب غير ستيرويدي لتسكين الألم.



## نصائح مفيدة للتعامل مع الآثار الجانبية

من الأفضل الانتظار أطول مدة ممكنة قبل أن تتناول أي دواء مسكن للألم بعد الحصول على اللقاح. تحدث مع الطبيب حول تناول دواء بدون وصفة طبية، مثل ايبوبروفين، أو اسيتامينوفين (غالبًا ما يسمى تايلينول)، أو نابروسين، للمساعدة في تخفيف الألم أو المعاناة الناتجة من أي آثار جانبية.

من المهم أن تستمر في تناول أي أدوية طويلة الأمد يومياً بعد التطعيم، إلا إذا أخبرك طبيبك أن تتوقف عن تناولها.

### للد من الألم والمعاناة في المكان الذي تم حقن الجرعة فيه:

- ضع قطعة قماش نظيفة وباردة ومبللة فوق المنطقة.
- استخدم ذراعك أو قم بعمل تمارين لذراعك.

### لتخفيف المعاناة الناتجة عن الحمى:

- اشرب الكثير من الماء
- ارتد ملابس خفيفة لا تجعلك تشعر بالسخونة.



## متى يجب الاتصال بالطبيب

- في معظم الحالات، لن تعاني إلا من الآثار الجانبية الطبيعية. اتصل بالطبيب أو بمقدم الرعاية الصحية:
- إذا بدأ الاحمرار أو الإحساس بالألم عند لمس المكان الذي أخذت فيه الحقنة يسوء بعد 24 ساعة (أو يوم واحد (1)).
  - إذا كنت قلقاً بشأن أي أعراض غير معتادة قد تظهر عليك، أو إذا كان لديك أسئلة حول مجموعة من الآثار الجانبية نتيجة الحصول على أكثر من لقاح في نفس الوقت.
  - إذا كنت قلقاً بشأن أعراضك الجانبية أو إذا لم تختف هذه الأعراض الجانبية بعد بضعة أيام.

اتصل بالطبيب على الفور إذا كان لديك أي من الأعراض التالية لمدة تصل إلى 3 أسابيع بعد الحصول على لقاح كوفيد-19:

- ضربات قلب غير طبيعية
- تشوش الرؤية
- ألم الصدر
- اضطراب أو صعوبة في الكلام
- إغماء أو فقدان الوعي
- تورم الساق
- كدمات جديدة أو التكدم بسهولة
- نمش (بقع حمراء صغيرة على الجلد)
- ألم شديد في البطن لا يزول
- صداع شديد أو صداع لا يزول
- تشنجات
- ضيق في التنفس
- وهن أو تغيرات حسية



## الأعراض الجانبية الشديدة أو الخطيرة بعد التطعيم باللقاح نادرة<sup>4</sup>

تعتبر ردود الفعل التحسسية شديدة إذا احتاج شخص ما إلى العلاج باستخدام إبينفرين أو EpiPen® أو الذهاب إلى المستشفى. تسمى هذه الأنواع من التفاعلات بالحساسية المفرطة، وتكاد دائماً تحدث في غضون 30 دقيقة بعد الحصول على اللقاح. قد يعاني الأشخاص في هذه الحالة من صعوبة في التنفس، أو تورم في الوجه والحلق، أو سرعة ضربات القلب، أو طفح جلدي مفرط في جميع أنحاء الجسم، أو الدوار والوهن. لهذا السبب من المهم البقاء لمدة 15-30 دقيقة بعد التطعيم، حتى يتمكن الطبيب من ملاحظتك والتأكد من أن كل شيء على ما يرام. الأدوية متوفرة لعلاج الحساسية المفرطة. يجب ألا يحصل أي شخص يعاني من رد فعل تحسسي مفرط بعد الجرعة الأولى من اللقاح على الجرعة الثانية.



### ردود الفعل التحسسية الفورية غير الشديدة نادرة أيضاً.

تسمى ردود الفعل التحسسية التي لا تتطلب رعاية الطوارئ أو دخول المستشفى برد الفعل التحسسي الفوري غير الشديد. تحدث هذه الأنواع من التفاعلات في غضون 4 ساعات بعد التطعيم. قد يصاب الأشخاص في هذه الحالة بالشرى، أو التورم، أو الصفير عند التنفس. إذا كان طفلك يعاني من رد فعل تحسسي فوري غير شديد بعد الحصول على جرعة من لقاح كوفيد-19، فيجب ألا يحصل على جرعة ثانية، حتى لو لم يكن رد الفعل شديداً للدرجة التي تتطلب رعاية الطوارئ أو دخول المستشفى.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/allErgic-reaction.html> 4



## إن فرصة حدوث آثار جانبية طويلة الأجل منخفضة للغاية.

إذا استعرضت تاريخ جميع اللقاحات، فإن الغالبية العظمى من الآثار الجانبية طويلة الأجل من اللقاح تظهر بين 30-45 يومًا بعد انتهاء التجربة السريرية على اللقاح. ولهذا تطلب إدارة الغذاء والدواء (FDA) وقت انتظار لا يقل عن 60 يومًا بعد انتهاء الدراسة السريرية قبل منح الترخيص بالاستخدام في حالة الطوارئ (EUA).

## سوف تواصل إدارة الغذاء والدواء (FDA) ومركز السيطرة على الأمراض (CDC) مراقبة أي آثار جانبية نادرة محتملة.

لقد تم تطوير اللقاحات سريعاً عن طريق تجنب الروتين والبيروقراطية، وليس بالتعجّل أو تجاوز أي من احتياطات السلامة. لقد كان العلماء يعملون مع التقنية المستخدمة لإعداد اللقاحات منذ أكثر من عقد من الزمان. وقد سمحت الملايين من حالات كوفيد-19 في جميع أنحاء العالم للعلماء بدراسة الفيروس سريعاً لإعداد لقاح آمن وفعال. تلقى ملايين الأشخاص في الولايات المتحدة لقاحات كوفيد-19 في أشد معايير مراقبة السلامة في التاريخ. قامت إدارة الغذاء والدواء (FDA)، ومركز السيطرة على الأمراض (CDC)، واللجنة الاستشارية لممارسات التحصين (ACIP)<sup>5</sup> بمراجعة جميع البيانات المتاحة بعناية وهم على ثقة تامة من أن اللقاحات آمنة وفعالة للوقاية من كوفيد-19. إن احتمال إصابتك بحالة كوفيد-19 مهددة للحياة أعلى بكثير من الخطر المحتمل للإصابة بأعراض جانبية خطيرة من اللقاح.

تمتلك الولايات المتحدة أفضل نظام في العالم<sup>6</sup> للبحث عن الآثار الجانبية النادرة التي لا يمكن العثور عليها إلا عند إعطاء اللقاحات على نطاق واسع لكثير من الناس. تقوم مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) بإبلاغ الجمهور عندما يقوم شخص ما بالإبلاغ عن مرض بعد الحصول على لقاح، سواء كان المرض ناتجاً عن اللقاح أم لا. يمكن لأي شخص الإبلاغ عن مرض أو آثار جانبية بعد الحصول على لقاح، وليس الأطباء فقط. يتم الإبلاغ عن هذه المعلومات من خلال نظام الإبلاغ عن الأحداث السلبية للقاح (VAERS). من المهم تذكر أنه إذا تم الإبلاغ عن مشكلة صحية إلى VAERS، فهذا لا يعني أن اللقاح تسبب في المشكلة. إن ذلك ببساطة يحذر العلماء، وخبراء سلامة اللقاحات، والأطباء من أي مشاكل محتملة قد تحتاج إلى النظر فيها بعناية أكبر.

ومثال على مدى جودة عمل النظام هو الاكتشاف السريع أن لقاح Johnson & Johnson COVID-19 كان مرتبطاً بنوع نادر جداً من الجلطة الدموية (تجلط الدم مع متلازمة قلة الصفائح أو TTS) التي كانت بحاجة إلى العلاج بطريقة مختلفة عن الأنواع الأخرى من جلطات الدم. تمكّن نظام VAERS من تحديد الآثار الجانبية النادرة وتمكنت مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC) من إخبار الأطباء بأفضل طريقة لعلاج هذه الجلطات الدموية. الآن، حتى لو أصيب شخص ما بهذا التأثير الجانبي النادر، يمكن للأطباء علاجه بشكل فعال. من المهم الإشارة إلى أن لقاح Johnson & Johnson هو نوع مختلف من اللقاحات ويختلف عن لقاحات mRNA التي تنتجها شركة Pfizer و Moderna. لم يظهر أي ارتباط بين جلطات دموية واللقاح في أكثر من 200 مليون جرعة من لقاح Moderna و Pfizer. لقاح Moderna هو لقاح كوفيد-19 الوحيد المصادق عليه للأطفال.

تلقى نظام سلامة اللقاح بعض البلاغات عن التهاب عضلة القلب (myocarditis) (تورم والتهاب عضلة القلب) أو التهاب التامور (pericarditis) (التهاب الغشاء المحيط بالقلب).<sup>7</sup> هذه الحالات الصحية ليست نادرة. عادةً ما يحدث التهاب عضلة القلب والتهاب التامور بعد الإصابة بفيروسات مثل الإنفلونزا أو مرض لايم، أو حتى كوفيد-19، ويمكن علاجهما. يتم تشخيص حوالي 10 إلى 20 شخصاً من بين كل 100,000 شخص في الولايات المتحدة بالتهاب عضلة القلب كل عام. من غير المعروف حتى الآن ما إذا كانت هذه الحالات النادرة من التهاب عضلة القلب مرتبطة باللقاحات. مؤخراً، أصدرت جمعية القلب الأمريكية بياناً<sup>8</sup> ينصح الناس بأنه نظرًا لأن الحالات المبلغ عنها نادرة وخفيفة في الغالب، فإن فوائد لقاحات كوفيد-19 لا تزال تفوق بكثير أي مخاطر محتملة لهذا الأثر الجانبي.

[https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7020e1.htm?s\\_cid=mm7020e1\\_w](https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7020e1.htm?s_cid=mm7020e1_w) 5

<https://www.cdc.gov/vaccinesafety/index.html> 6

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/myocarditis.html> 7

<https://newsroom.heart.org/news/covid-19-vaccine-benefits-still-outweigh-risks-despite-possible-rare-heart-complications> 8

## لماذا يحتاج الأطفال إلى التطعيم ضد كوفيد-19؟

هناك سوء فهم شائع مفاده أن الأطفال لا يصابون بعدوى كوفيد-19 أو أنهم ليسوا معرضين لخطر الإصابة بمرض شديد من الفيروس. غير أن بعض الأطفال يمرضون إلى الحد الذي يتطلب العلاج في المستشفى. ما زال هناك الكثير لا نعرفه عن الكيفية التي سيظل يؤثر بها كوفيد-19 على الأطفال على المدى الطويل.



عدوى كوفيد-19 أكثر خطورة بكثير من أي من المخاطر المحتملة من الحصول على اللقاح. يعاني الأطفال من آثار جانبية خطيرة، يمكن أن تدوم طويلاً بمعدلات مماثلة للبالغين، حتى عندما لم تظهر عليهم أعراض على الإطلاق أو كانت لديهم أعراض خفيفة فقط في وقت إصابتهم بالمرض. ويظل العديد من الأطفال يعانون من التعب، والصداع، وآلام البطن، وآلام العضلات والمفاصل، وصعوبة في الذاكرة ومعالجة المعلومات.

منذ بداية الجائحة، تم تشخيص 77,827 طفلاً من ولاية يوتا تتراوح أعمارهم بين 0 - 18 عامًا بعدوى كوفيد-19، وكان 683 منهم بحاجة إلى دخول المستشفى. من بين الذين كانوا بحاجة إلى دخول المستشفى في تلك الفئة العمرية، أصيب 74 منهم بمتلازمة التهاب الأجهزة المتعددة لدى الأطفال (MIS-C). MIS-C حالة خطيرة ويمكن أن تؤدي إلى الوفاة.

## هل تسببت لقاحات كوفيد-19 في حدوث أي حالات وفاة؟



لم تكن هناك حالات وفاة ناجمة بشكل مباشر عن اللقاحات، من بين أكثر من 259 مليون جرعة من لقاح كوفيد-19 تم إعطاؤها في الولايات المتحدة من 14 ديسمبر 2020 إلى 10 مايو 2021<sup>9</sup>، لقد اكتشفت CDC أن لقاح Johnson & Johnson COVID-19 تسبب في حدث سلبي نادر وخطير - جلطات دموية مع انخفاض صفائح الدم - في عدد قليل جدًا من الأشخاص. في ذلك الوقت، العديد من الأطباء لم يكونوا على دراية بأن هذه الجلطات الدموية النادرة بحاجة إلى العلاج بشكل مختلف عن علاج جلطات الدم الأخرى. للأسف، فإن معالجة هذه الجلطات الدموية النادرة بنفس الأدوية التي تعالج بها جلطات الدم الأخرى يمكن أن يكون لها آثار جانبية خطيرة للغاية - وقد مات عدد قليل من الأفراد - لأن جلطات الدم لديهم لم يتم علاجها بالأدوية الصحيحة. لم يظهر أي ارتباط بين جلطات الدم ولقاحات mRNA (فايزر أو موديرنا).

لم تكن هناك حالات وفاة من أي آثار جانبية (حتى النادرة منها) للقاحات mRNA (Pfizer أو Moderna). Pfizer هو اللقاح الوحيد المصادق عليه للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 18 عامًا. لقاح Johnson & Johnson غير مصادق عليه للأطفال الذين تقل أعمارهم عن 18 عامًا.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/safety/adverse-events.html> 9



## من الذي يجب ألا يحصل على لقاح Pfizer 19-COVID؟

لقاح Pfizer/BioNTech 19-COVID مصادق عليه للأشخاص في سن 12 عاماً فما فوق. يجب ألا تحصل على هذا اللقاح إذا:

- حدث لديه رد فعل تحسسي شديد بعد الجرعة الأولى من اللقاح.
- حدث لديه رد فعل تحسسي شديد تجاه أي من مكونات اللقاح.



تحدث إلى طبيبك قبل الحصول على لقاح كوفيد-19 إذا كان لديك رد فعل تحسسي فوري للجرعة الأولى من لقاح كوفيد-19، أو رد فعل تحسسي لنوع آخر من اللقاح أو العلاج عن طريق الحقن لمرض آخر، حتى لو لم يكن شديداً.

يمكن أن تحصل على اللقاح حتى لو كان لديك تاريخ من ردود الفعل التحسسية الشديدة التي لا تتعلق باللقاحات أو الأدوية القابلة للحقن، مثل الطعام، أو الحيوانات الأليفة، أو السموم، أو الحساسية البيئية، أو حساسية اللاتكس (المطاط). يمكن أيضاً أن تحصل على التطعيم إذا كان لديك تاريخ من الحساسية تجاه الأدوية التي تؤخذ عن طريق الفم أو تاريخ عائلي من ردود الفعل التحسسية الشديدة.<sup>10</sup>



## هل يمكن أن أحصل على لقاحات أخرى في نفس الوقت مع لقاح كوفيد-19؟

عندما تحصل على لقاح كوفيد-19، فهذا وقت مناسب للتأكد من حصولك أنت وطفلك على اللقاحات الأخرى. قد يتم الآن إعطاء لقاحات كوفيد-19 واللقاحات الأخرى في نفس اليوم، ولن تعد مضطراً إلى الانتظار للحصول على لقاح كوفيد-19 إذا كنت قد حصلت على نوع مختلف من اللقاح في الـ 14 يوماً الأخيرة.<sup>11</sup> اسأل طبيبك عن الآثار الجانبية المحتملة لكل لقاح، حتى تعرف ما الذي يجب أن تنتبه إليه. من الممكن أن تعاني من آثار جانبية من كلا اللقاحين في نفس الوقت.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/specific-groups/allErgies.html> 10

<https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/info-by-product/clinical-considerations.html#Coadministration> 11





## هل يجب علي الإبلاغ عن أي آثار جانبية أعاني منها بعد أن أحصل على لقاح كوفيد-19؟

إذا كنت تعتقد أنك تعاني من آثار جانبية بعد حصولك على اللقاح، فيمكنك إبلاغ هذا إلى **نظام الإبلاغ عن الأحداث السلبية (VAERS)** التابع لمراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها (CDC). يمكنك أيضًا أن تطلب من الطبيب إبلاغ VAERS بالنيابة عنك. يساعد نظام VAERS العلماء والخبراء الطبيين في الكشف سريعاً عن الأنماط غير العادية أو غير المتوقعة للمشكلات الصحية (وتسمى أيضًا "الأحداث السلبية") التي قد تشير إلى مشكلة محتملة تتعلق بالسلامة مع اللقاح.

## قم بالتسجيل على V-safe

v-safe أداة على الإنترنت تمكنك من إخطار مراكز مكافحة الأمراض والوقاية منها إذا ظهرت لديك أي أعراض جانبية بعد الحصول على لقاح كوفيد-19. كما يمكنك أن تحصل على تذكيرات إذا كنت بحاجة إلى جرعة ثانية. تعرّف على المزيد عن v-safe على الموقع [www.cdc.gov/vsafe](http://www.cdc.gov/vsafe).



<https://www.cdc.gov/vaccines/covid-19/info-by-product/clinical-considerations.html#Coadministration> 5

<https://www.cdc.gov/vaccinesafety/concerns/multiPLE-vaccines-immunity.html> 6