



## هل أنتِ حامل؟

# احرصي على تناول لقاحات COVID-19

## توصي بشدة الحوامل أو المرضعات بالتطعيم ضد COVID-19

### لماذا أحتاج اللقاح إذا كنت حاملاً؟

إذا أصبتِ بمرض COVID-19 في آخر فترة الحمل، فإنكِ وجنينك معرضان لمخاطر أعلى من الإصابة بأمراض خطيرة، قد تحتاج العلاج في المستشفى ودعم الرعاية المركزة. فقد أوضحت بيانات المملكة المتحدة أن كل حامل تقريباً ممن يصابن بمرض COVID-19، وتحتاج العلاج بالمستشفى أو الرعاية المركزة، لم تُطعَم. ومستوى المخاطر الكلية من الإصابة بمرض COVID-19 لك ولوليدكِ منخفض، إلا أنه ارتفع منذ الموجات الأولى من COVID-19.

وتمنحك لقاحات COVID-19 في أثناء الحمل مستويات عالية من الحماية من المرض. وهناك معلومات مطمئنة بخصوص لقاحات COVID-19 المقدمة للحوامل في المملكة المتحدة وفي بلدان أخرى.

لذا من المهم أن تحصلي على الحماية بنلقي كل جرعاتك من اللقاح لضمان سلامتك أنتِ وطفلك. لا تنتظري بعد أن تضعي حملك.

الحوامل اللاتي يعانين من حالات طبية أساسية معرضات لمخاطر أعلى من المضاعفات الصحية الخطيرة من الإصابة بمرض COVID-19.

### عوامل المخاطر للحوامل

إذا كنت تعانين من حالات طبية أساسية، أو إذا انطبقت عليكِ الحالات التالية:

- زيادة في الوزن
- مشكلات المناعة
- مرض السكري
- ارتفاع ضغط الدم
- أمراض القلب
- الربو
- عمرك فوق 35 سنة
- في الثلاثة أشهر الأخيرة من حملك (أكثر من 28 أسبوعاً)
- تتحددين من أصول عرقية للأقليات السود أو الآسيوية
- لم تحصلي على جرعات اللقاح أو حصلتِ على جرعة منها

في هذه الحالات، أنت معرضة أكثر للإصابة بمرض (COVID-19) مقارنةً بالنساء غير الحوامل في نفس عمركِ.

فقد أظهرت لقاحات COVID-19 المتاحة في المملكة المتحدة أنها فعالة وتتمتع بخصائص سلامة صحية جيدة. لذا من المهم أن تتلقي لقاحات COVID-19 لحماية نفسك وطفلك.

### التطعيم ضد Covid-19 في أثناء الحمل

أصدرت اللجنة المشتركة المعنية بالتطعيم والتحصين (JCVI) نصيحة بأن الحوامل معرضات لمخاطر صحية أكبر من الإصابة بمرض COVID-19. وتذكّر الحوامل بأن يتلقين لقاحات COVID-19 في أقرب وقت ممكن. ويجب ألا تتأخر الحوامل في الحصول على اللقاح إلى أن يضعن حملهن. وهذا لحمايتهن وأطفالهن. حصلت أكثر من 100,000 حامل في المملكة المتحدة على لقاحي فايزر Pfizer ومودرنا Moderna حديثاً، ويتمتع هذان اللقاحان بخصائص سلامة صحية جيدة.

لا يحتوي هذان اللقاحان على فيروس كورونا الحي coronavirus، ولا يمكن إصابة الحامل أو جنينها بالمرض.

تقوم منظمة الصحة العالمية والهيئات التنظيمية في المملكة المتحدة والولايات المتحدة الأمريكية وكندا وأوروبا بالمراجعة المستمرة للأدلة العلمية المعنية بلقاحات COVID-19.

ولقاحا فايزر Pfizer ومودرنا Moderna هما اللقاحان المفضلان للحوامل في أي عمر، ممن يحضرن أنفسهن لتناول جرعتهم الأولى.

وعلى كل من بدأن بالفعل التطعيم، وقُدِّمت لهن الجرعة الثانية في أثناء حملهن، أن يتناولن نفس لقاح الجرعة الأولى، إلا إذا تسببت لهن في أعراض جانبية خطيرة.

يرد المزيد من المعلومات حول الحمل والرضاعة الطبيعية والخصوبة والتطعيم ضد فيروس كورونا (COVID-19) coronavirus على موقع هيئة خدمات الصحة الوطنية

## ماذا يعني هذا بالنسبة لي؟

### أن أصبح حاملًا

لا توجد أي ضرورة لتجنب الحمل بعد التطعيم بلقاح COVID-19. فليس هناك أي دليل على أن لقاحات COVID-19 لها أي أثر على الخصوبة أو فرصك في الحمل.

### إذا كنتِ حاملًا

تمنح لقاحات COVID-19 الحوامل أفضل حماية من مرض COVID-19 الذي يمكن أن يكون خطيرًا في أواخر فترة حمل بعض النساء.

وستمنحك الجرعة الأولى من لقاح COVID-19 حماية جيدة. يجب أن تحصلي على جرعاتك في الوقت المحدد لها للحصول على أفضل حماية ممكنة. ويجب أن تحصلي على جرعتك الثانية بعد مرور 8 إلى 12 أسبوعًا من تناولك الجرعة الأولى. ولست مضطرة لتأخير هذه الجرعة الثانية إذا أخرت موعد تطعيمك لأي سبب، يُرجى أن تسارعي في تلقيها في أقرب وقت ممكن.

وإذا حصلتِ بالفعل على الجرعة الأولى من لقاح COVID-19 بلا أضرار جانبية خطيرة، فيمكنك تلقي الجرعة الثانية من نفس اللقاح عندما يقدّم لك.

إذا كانت جرعتك الأولى من لقاح أسترازينيكا AstraZeneca، فيجب أن تطلّعي على المعلومات الواردة في هذه النشرة [www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting](http://www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-and-blood-clotting).

### اللقاحات المنشطة

تستحق الحوامل جرعة منشطة بعد مرور 12 أسبوعًا على حصولهن على الجرعة الثانية. قد تكون الجرعة المنشطة المقدمة من لقاح فايزر Pfizer أو مودرنا Moderna.

## الرضاعة الطبيعية

فوائد الرضاعة الطبيعية معروفة حق المعرفة.

لهذا السبب، أوصت اللجنة المشتركة المعنية بالتطعيم والتحصين JCVI بالتطعيم باللقاح في أثناء الرضاعة. وهذا يتماشى مع التوصيات الصادرة من الولايات المتحدة الأمريكية ومنظمة الصحة العالمية.

قد يسبب اللقاح، مثله مثل كل العقاقير، بعض الأعراض الجانبية. وقد يساعدك التأكد من معرفتك لما يمكن توقعه بعد حصولك على اللقاح، خاصةً إذا وضعتِ حملك أو إذا كنتِ ترعين أطفالًا آخرين.

يُرجى قراءة النشرة "ما يمكن توقعه بعد الحصول على لقاح COVID-19" [www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination](http://www.gov.uk/government/publications/covid-19-vaccination-what-to-expect-after-vaccination).

المعهد الملكي لأطباء النساء والولادة (RCOG) والمعهد الملكي للقابلات (RCM) - [rcog.org.uk](http://rcog.org.uk) - يقدمان دليلًا يعين على اتخاذ القرار ومعلومات أخرى قد تجدونها مفيدة حول لقاحات COVID-19 والحمل [www.rcm.org.uk/guidance-for-pregnant-women](http://www.rcm.org.uk/guidance-for-pregnant-women).

إذا أردتِ مناقشة مسألة التطعيم ضد COVID-19، فيُرجى الاتصال بقابلتكِ أو طبيبكِ أو ممرضك.

لا تُؤجلي التطعيم إلى أن تضعي حملك، وامنحي نفسك الوقت لضمان أفضل حماية من مرض COVID-19 لك ولطفلك.



التطعيم لمساعدة الفئات الأكثر عرضة للمخاطر الصحية.



لا يحقق أي لقاح فعالية 100%،

لذا من المهم مداومة اتباع

الإرشادات الوطنية الحالية.

من أجل حمايتك وحماية أفراد أسرتك وأصدقائك وزملائك، يتعين مداومة عمل ما يلي:

- ارتداء قناع الوجه في الأماكن المذكورة
- غسل يديك بعناية وباستمرار
- فتح النوافذ لدخول الهواء النقي
- يُرجى اتباع الإرشادات الحالية

هذه النشرة المجانية متاحة أيضًا بصيغة برايل braille، وفي شريط فيديو بلغة الإشارة البريطانية، وبالأحرف الكبيرة، وفي ملف مسموع، وبعدد 27 لغة، ويُرجى زيارة الموقع [www.healthpublications.gov.uk](http://www.healthpublications.gov.uk) لتنزيل نسخ منها أو طلبها الآن. أو اتصل بالرقم 0300 123 1002 لطلب نسخة.