

## التطعيم ضد الإنفلونزا

هل تريد تجنب كلاً من إنفلونزا شديدة وخطر الأمراض التالية؟ هل تنتمي إلى مجموعة معرضة لخطر؟ هل أنت أكبر من 65 سنة؟ إذا ينبغي أن تحصل على التطعيم قبل وصول فيروس الإنفلونزا لهذا العام إلى بليكينجه. ويحميك اللقاح ضد الإنفلونزا الخطيرة التي يمكن أن تتسبب في أمراض تالية صعبة، مثل الالتهاب الرئوي.

تنشأ الإنفلونزا بسبب فيروس وهي شديد العدوى. وينتقل الفيروس عن طريق الهواء وينتشر، في المقام الأول، إن سعل أو عطس شخص مريض. والمرض أكثر انتشاراً في السويد خلال أشهر الشتاء. وتدعى الإنفلونزا العادية أيضاً بالإنفلونزا الموسمية.

## وقد يشتد مرض المصابين كثيراً

ويشتد احتمال مرضك مرضاً شديداً جراء الإصابة بالإنفلونزا إن كنت كبيراً في السن أو أحد أفراد المجموعة المعرضة للخطر. تقريباً جميع الذين يموتون من الإنفلونزا كانت أعمارهم فوق 65 عاماً أو كانوا يعانون من مرض خطير كامن. وتتصح لهذا السبب الفئات المعرضة للخطر وكبار السن في المقام الأول بالتطعيم كل سنة.

وتعتبر أنت أحد أفراد الفئات المعرضة للخطر إن

- زاد عمرك عن 65 عاماً
- كنت مصاباً بمرض بالقلب أو الرئة
- كنت مصاباً بحالة صعبة العلاج من مرض السكري بمستويات مرتفعة من السكر في الدم
- كنت مناعتك من الإصابة بالأمراض المعدية منخفضة لسبب آخر
- كنت مصاباً بمرض مزمن بالكبد أو الكلى
- كنت بديناً جداً
- كنت مصاباً بمرض عضلي عصبي يؤثر على التنفس
- كنت حاملاً في النصف الثاني من الحمل
- كنت طفلاً مصاباً بإعاقات وظيفية متعددة.

## عن التطعيم

جزء كبير من أولئك الذين يحصلون على التطعيم يتجنبون الإنفلونزا. ولكن إن أصبت بالمرض مع ذلك فإن التطعيم يخفف الأعراض ولا تمرض بنفس الشدة التي كانت ستوجد لو لم تحصل على التطعيم.

ومعظم لقاحات الإنفلونزا مستخرجة من بيض الدجاج. فإن كانت لديك حساسية تجاه بيض الدجاج فعليك دائماً استشارة الطبيب قبل إجراء أي تطعيم.

## هكذا يتم التطعيم

يمكنك الحصول على تطعيم الإنفلونزا لمرة واحدة على أن يتكرر التطعيم بعد عام واحد. وستأخذ التطعيم في العضد في العادة. اتصل بالمستوصف الخاص بك لحجز موعد.

وقد يحدث في بعض الأحيان بعد التطعيم أن قليلاً من الاحمرار والتورم يظهر في البقعة التي حصلت على التطعيم فيها، وقد تشعر بشيء من الألم عند مس تلك البقعة. وقد تصاب في بعض الأحيان بالحمى. وتختفي الأعراض عادة في غضون يومين أو ثلاثة.

## التكلفة

تكاليف التطعيم 330 كروناً. وإن كنت قد بلغت سن 65 سنة فالتطعيم مجاني.