



مستشفى المواصلة الجديد  
NEW MOWASAT HOSPITAL

كل ما تحتاج معرفته عن

## تطعيم الإنفلونزا أثناء الحمل

لإستفسار وحجز المواعيد  
يرجى الإتصال 182 6666



نرعى الأجيال  
CARING FOR GENERATIONS

### ما هي الإنفلونزا؟

الإنفلونزا مرض معد للغاية. الأعراض تظهر بسرعة كبيرة وتشمل حمى، قشعريرة، صداع، آلام في المفاصل والعضلات، تعب شديد

نوبة سيئة من الإنفلونزا أسوأ من نوبة ثقيلة من البرد الشائع. من المحتمل أن تقضي بضعة أيام في السرير. العدوى الخطيرة، وإن كانت أقل شيوعاً، يمكن أن تؤدي إلى دخول المستشفى، إعاقة دائمة بل وحتى الموت

### ما الذي يسبب الإنفلونزا؟

سبب الإنفلونزا هو الفيروسات التي تنتشر من شخص لآخر حيث تصيب الجهاز التنفسي (مجرى التنفس والرئتين) ويمكن أن تؤدي إلى الالتهاب الرئوي وغيرها من المضاعفات

تتغير الفيروسات كل عام وهذا هو السبب في ضرورة إعطاء التطعيمات سنوياً

### كيف تنتشر الإنفلونزا؟

عندما يقوم الشخص المصاب بالسعال أو يعطس ينشر فيروس الإنفلونزا في منطقة واسعة محمولاً على قطرات صغيرة من اللعاب. يمكن بعد ذلك أن يقوم أشخاص آخرون بتنفس هذه القطرات أو يمكن التقاطها عن طريق لمس الأسطح حيث استقرت هذه القطرات

يمكن منع انتشار الفيروس عن طريق تغطية الفم والأنف عند السعال أو العطس

للحد من خطر الإصابة بالفيروس يجب غسل اليد بانتظام واستخدام الغسول المخصص لليدين ولكن تبقى الطريقة الأفضل لتجنب الإصابة أو نشر عدوى الإنفلونزا هي أخذ التطعيمات قبل موسم الإنفلونزا

### كيف أتجنب الإصابة بالإنفلونزا؟

بما أن الأشخاص يمكنهم نقل العدوى قبل ظهور الأعراض بيوم وكذلك بعد ظهورها بأسبوع فهم لا يكونون قادرين على معرفة إذا ما كانوا يقومون بنشر العدوى أم لا

لذلك من الصعب جداً تجنب الإختلاط بالأشخاص المصابون بفيروس الإنفلونزا وكذلك من الممكن أن يقوم أحد أفراد عائلتك بجلبه إلى المنزل

يمكنك أيضاً غسل يديك بانتظام ولكن هذا لن يجنبك الإصابة بالفيروس عن طريق إستنشاق القطرات

أفضل طريقة لتجنب الإصابة بالمرض هي التطعيم ضد فيروس الإنفلونزا

### ماذا يجعل هذا الفيروس خطيراً أكثر إن كنت حاملاً؟

أثناء الحمل يقوم الجسم بإضعاف جهاز مناعتك الذي يقوم بالدفاع عنك وذلك لجعل الحمل ناجح، نتيجة لذلك تكونين أقل قدرة على مقاومة الأمراض مقارنة بقدرتك في الحالة الطبيعية بدون حمل

بمعنى آخر إذا أصيبت سيدة حامل بفيروس الإنفلونزا فهي أكثر عرضة من سيدة أخرى غير حامل لدخول المستشفى أو في حالات نادرة دخول العناية المركزة أو الموت

### كيف يستفيد طفلي إن أخذت التطعيم؟

الأطفال الصغيرة أيضاً في خطر كبير أن تصاب بمضاعفات كثيرة إذا أصيبوا بفيروس الإنفلونزا هذا لأن جهازهم المناعي لم يتطور بشكل كامل بعد وهم كذلك أصغر من أن يتم إعطاؤهم التطعيم

### سوف يستفيد طفلك ان قمت بأخذ تطعيم الأنفلونزا بسبب:

- يقل احتمال إصابتك بالإنفلونزا ومعاناتك من مضاعفات مثل الالتهاب الرئوي وخاصة في المراحل الأخيرة من الحمل
- قد تؤدي الإنفلونزا أثناء الحمل إلى زيادة خطر الإجهاض أو الولادة المبكرة أو جعل طفلك منخفض الوزن. إن التطعيم يقلل من خطر الإصابة بالإنفلونزا مما يعني بدوره أن خطر حدوث هذه المضاعفات يقل كثيراً
- سوف يساعد التطعيم أيضاً على حماية طفلك بإعطاؤه بعض المناعة ضد فيروس الإنفلونزا خلال الشهور الأولى من الحياة
- سوف تكونين محمية خلال موسم الإنفلونزا ولذا سيقبل احتمال إنتقال العدوى إلى طفلك المولود حديثاً

### هل سأعاني من أي آثار جانبية؟

يمكنك أن تشعرى بالألم مكان الحقن، حمى خفيفة ووجع بالعضلات خلال يوم أو يومين من أخذ التطعيم. الآثار الجانبية الخطيرة غير شائعة

### متى يجب على أخذ تطعيم الأنفلونزا؟

يؤخذ تطعيم الأنفلونزا خلال موسم الشتاء. هذا التطعيم آمن إذا تم أخذه خلال أي مرحلة من مراحل الحمل منذ الإخصاب إلى ما بعد ذلك. ستكونين بحاجة أخذ تطعيم الأنفلونزا كل موسم شتاء إن كنت حاملاً لأن الفيروس يتغير كل عام

لذا لا تتأخرى واحصلي على التطعيم لتجنبى الإصابة بالإنفلونزا



مستشفى المواساة الجديد  
NEW MOWASAT HOSPITAL

## Everything you need to know about

# FLU VACCINATION IN PREGNANCY

### For Appointment

Please call **1826666**



نرعى الأجيال  
CARING FOR GENERATIONS



### What is flu?

Flu is a highly infectious disease. The symptoms, that come on very quickly, include fever, chills, headaches, aches and pains in the joints and muscles, and extreme tiredness. A bad bout of flu is worse than a heavy cold. You are likely to spend a few days in bed. Serious infections, although less common, can lead to hospitalisation, permanent disability and even death

### What causes flu?

Flu is caused by viruses that are spread from person to person. They infect the respiratory system (wind pipe and lungs), where they can lead to pneumonia and other complications. The viruses can change every year which is why people have to be vaccinated annually

### How is flu spread?

When an infected person coughs or sneezes, they spread the flu virus in tiny droplets of saliva over a wide area. These droplets can then be breathed in by other people or they can be picked up by touching surfaces where the droplets have landed. You can prevent the spread of the virus by covering your mouth and nose when you cough or sneeze, and you can wash your hands frequently or use hand gels to reduce the risk of picking up the virus. But the best way to help avoid catching and spreading flu is by having the vaccination before the flu season starts

### How can I avoid catching flu?

Because people are infectious a day or so before the symptoms start to show (as well as up to seven days after), they won't know if they are spreading the virus or not

So it's very hard to avoid contact with people infected with the flu virus. And, of course, members of your family can always bring it into the home

You can wash your hands regularly but this won't stop you catching the disease by breathing in the infected droplets in the air.

The best way to avoid getting flu is by having the vaccination

### Why does being pregnant make it more serious for me if I get flu?

When you are pregnant, your body naturally weakens your immune

(defence) system to ensure that the pregnancy is successful. As a result, you are less able to fight off infections compared with when you are not pregnant. This means that if a pregnant woman catches flu, she is much more likely than a woman who isn't pregnant, to be admitted to hospital or, on rare occasions, be admitted to intensive care and even die

### How does my baby benefit if I have the vaccination?

Young babies are also at high risk of being seriously ill if they catch flu because their immune (defence) system is not fully developed and they are too young to be given flu vaccine

### Your baby will benefit if you have the flu vaccination because:

- you are less likely to get ill with flu and suffer complications such as pneumonia, particularly in the later stages of your pregnancy
- getting flu during pregnancy can lead to an increased risk of miscarriage, premature birth or having a low weight baby. Having the vaccination reduces the chances of getting flu which in turn means the risk of these complications is much reduced

it will help protect your baby who will continue to have some immunity to flu during the first few months of its life

- you will continue to be protected throughout the flu season, and so be less likely to pass flu onto your new born baby

### Will I get any side effects?

You may get a sore arm at the site of the injection, a low grade fever and aching muscles for a day or two after the vaccination. Serious side effects are uncommon

### So when should I have the vaccination?

The flu vaccine needs to be given during the winter season - you can safely have the vaccine at any stage of your pregnancy from conception onwards. You will need the flu vaccination each flu season if you are pregnant because the flu viruses may have changed

**SO DON'T DELAY BE VACCINATED TO AVOID GETTING FLU**