

الإنفلونزا

تعد الإنفلونزا الموسمية (الإنفلونزا) مرضًا تنفسيًا شائعًا يسببه فيروس الإنفلونزا. يمكن أن تؤدي الإصابة بالإنفلونزا إلى مرض شديد لدى بعض الأشخاص.

تتوفر لقاحات الإنفلونزا الموسمية لجميع الأشخاص من عمر 6 أشهر فأكثر. تحميك اللقاحات وتحمي من حولك من الإصابة بمرض شديد بسبب الإنفلونزا.



من هم الأكثر عرضة للمخاطر الصحية الشديدة؟

- كبار السن
- الرضع والأطفال الصغار دون سن 5 سنوات
- الأشخاص الذين يعانون من ضعف الجهاز المناعي
- الأشخاص الذين يعانون من بعض الإعاقات
- الحوامل
- الأشخاص الذين يعانون من حالات صحية معينة

ما الأعراض؟

- التهاب الحلق أو السعال
- الحمى
- الصداع
- سيلان الأنف
- آلام الجسم
- احتقان الأنف
- الإرهاق
- الغثيان

كيف ينتشر؟

تنتشر الإنفلونزا الموسمية عن طريق السعال أو العطس من شخص مصاب بالفيروس، أو من خلال لمس الأسطح التي يوجد عليها الفيروس ثم لمس الوجه.

الحد من انتشار الإنفلونزا الموسمية:



تلقّ اللقاح



ابقَ في المنزل إذا كنت مريضًا



اغسل يديك بانتظام



تجنّب مخالطة المرضى عن قرب



غطّ فمك عند السعال أو العطس



ارتدِ كمامة إذا كنت مريضًا



نظّف الأسطح التي يكثر لمسها واتخذ إجراءات لتحسين جودة الهواء



امسح رمز الاستجابة السريعة للاطلاع على مزيد من المعلومات.

تواصل مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كانت لديك أي أسئلة. احصل على رعاية طبية مجانية أو بتكلفة منخفضة، حتى بدون تأمين صحي. يرجى زيارة phila.gov/primary-care.



تواصل مع مقدم الرعاية الصحية الخاص بك إذا كانت لديك أي أسئلة حول الإنفلونزا الموسمية. اتصل بالرقم 911 أو توجه إلى قسم الطوارئ فورًا إذا كنت أنت (أو طفلك) تعاني من صعوبة في التنفس أو لا تشرب كمية كافية من السوائل أو في حال حدوث أي حالة طارئة.



Department of
Public Health
CITY OF PHILADELPHIA

خريف 2026/شتاء 2027

لقاحات الإنفلونزا الموسمية

يتم تطوير اللقاحات كل عام لحماية الأشخاص من سلالات الإنفلونزا التي يتوقع العلماء أن تكون الأكثر شيوعًا خلال ذلك الموسم.

هل يمكن أن يسبب لقاح الإنفلونزا الإصابة بالإنفلونزا؟

لا، لا يمكن أن يسبب لك لقاح الإنفلونزا الإصابة بالإنفلونزا. ينقسم لقاح الإنفلونزا إلى نوعين رئيسيين: لقاح يعتمد على فيروسات غير نشطة (خاملة)، ولقاح يعتمد على فيروسات مضعفة.

يساعد كلا النوعين من اللقاحات على بناء مناعة ضد فيروس الإنفلونزا، ولا يمكن لأيٍ منهما أن يسبب الإصابة بالإنفلونزا.

لماذا يعاني بعض الأشخاص من آثار جانبية؟

تعمل اللقاحات على تدريب الجهاز المناعي على التعرف على الفيروس والدفاع عن الجسم ضد المرض الشديد.

أحيانًا تؤدي عملية بناء المناعة ضد الفيروس استجابةً للقاح إلى ظهور آثار جانبية، لكنها تكون عادةً خفيفة وتستمر لمدة يوم أو يومين فقط.

تشمل الآثار الجانبية للقاح الإنفلونزا ألمًا أو احمرارًا في موضع الحقن، وأحيانًا الصداع أو الحمى أو الغثيان أو آلام العضلات.

لماذا أحصل على اللقاح إذا كان لا يزال بإمكانني الإصابة بالإنفلونزا؟

يقلل اللقاح من خطر إصابتك بالإنفلونزا الشديدة، كما يحمي أفراد عائلتك وأصدقائك الذين يكونون أكثر عرضة للإصابة بمرض شديد إذا أصيبوا بالإنفلونزا.

- هل أعاني من أي حالات صحية قد تزيد من خطر إصابتي بالإنفلونزا شديدة؟
- إذا شعرت بالمرض، فما الذي ينبغي أن أفعله للحفاظ على صحتي، وكيف يمكنني حماية من حولي؟

أسئلة يمكنك طرحها على مقدم الرعاية الصحية

يمكنك العثور على اللقاحات في أحد المراكز الصحية أو الصيدليات أو لدى مقدم الرعاية الصحية.

لمزيد من المعلومات، يرجى زيارة الموقع phila.gov/flu-shot.



Department of
Public Health
CITY OF PHILADELPHIA

0806-683-215Public Health Preparedness | برنامج